



La experiencia subjetiva y prevalencia de las manifestaciones de ansiedad en un grupo de jóvenes futbolistas de 12 a 20 años de la región de Urabá en su participación de visorías deportivas en fútbol.

Danna Marcela Rodríguez Rincón

Brandon Mateo Guerra Restrepo

Trabajo de investigación para optar al título de Psicólogo

Tutor

Jorge Luís Soto Atehortúa, Magíster (MSc) en Motricidad y Desarrollo Humano

Universidad de Antioquia

Facultad de Ciencias Sociales y Humanas

Psicología

Apartadó, Antioquia, Colombia

2026

Cita	(Rodríguez Rincón y Guerra Restrepo, 2026)
Referencia	Rodríguez Rincón, D. M., y Guerra Restrepo, B. M. (2026). <i>La experiencia subjetiva y prevalencia de las manifestaciones de ansiedad en un grupo de jóvenes futbolistas de 12 a 20 años de la región de Urabá en su participación de visorias deportivas en fútbol</i> [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Apartadó, Colombia.
Estilo APA 7 (2020)	



www.udea.edu.co

Sistema de Bibliotecas – Biblioteca Carlos Gaviria Díaz

Biblioteca Sede Apartadó

Repositorio Institucional: <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Rector: John Jairo Arboleda Céspedes.

Decano/Director: Alba Nelly Gómez García

Jefe departamento: Johny Andrey Villada Zapata.

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

Dedicatoria

A mis padres, quienes han estado acompañándome de manera incondicional en cada proceso; a mi hermano, que con su presencia ha hecho más amenos mis días; a mis compañeros por la compañía y el apoyo mutuo y a Aiber, quien me ha impulsado a confiar más en mí misma.

Danna Rodríguez Rincón

Dedico este trabajo a mi padre, Jairo Guerra Montoya, y a mi madre, Luz Angélica Restrepo, quienes han acompañado mi recorrido personal y académico con amor, apoyo y confianza constante.

Asimismo, lo dedico a mi familia y compañeros, quienes, a través de una palabra, un gesto o una risa, hicieron posible este proceso sin saberlo.

A todos ellos, gracias.

Brandon Mateo Guerra Restrepo

Agradecimientos

A Dios, por ser refugio en los momentos de dificultad; a la Universidad de Antioquia, por los aprendizajes que me permitió adquirir a lo largo de mi formación profesional; al profesor Jorge Soto, por su apoyo y orientación en cada una de las etapas del proceso; a mis compañeros, por las risas compartidas y palabras de aliento, y a los deportistas participantes de este estudio, por hacer posible la construcción del presente trabajo.

Danna Rodríguez

Agradezco, en primer lugar, a Dios, quien me sostuvo en los momentos en los que pensé desistir.

A mi familia y compañeros, por su apoyo incondicional a lo largo de este proceso.

A todos los docentes que hicieron parte de mi formación académica, y en especial al profesor Jorge Luís Soto Atehortúa, quien aportó significativamente a este proceso por la confianza depositada y el acompañamiento brindado.

A los deportistas y entrenadores que hicieron posible la realización de este estudio, permitiendo la construcción de conocimiento que puede aportar al desarrollo de nuestra región, Urabá.

Finalmente, me agradezco a mí mismo por permitirme aprender, corregirme y continuar.

Brandon Mateo Guerra Restrepo

Tabla de contenido

Resumen	10
Abstract	11
Introducción	12
1 Planteamiento del problema	14
1.1 El deporte y el fútbol en el mundo, Colombia y Urabá: apuntes sobre su evolución y configuración sociocultural	14
1.2 El fútbol como proyecto de vida para los jóvenes en Urabá.	17
1.3 Las visorías deportivas como oportunidad crucial	18
1.4 Demandas psicológicas de las visorías deportivas	19
1.5 Problematicación: necesidades para el estudio de la ansiedad en las visorías deportivas ...	21
2 Justificación.....	22
3 Objetivos	24
3.1 Objetivo general	24
3.2 Objetivos específicos.....	24
4 Referentes teóricos y conceptuales.....	25
4.1 El fútbol.....	25
4. 1.1 Breve historia del fútbol.....	25
4.1.2 ¿Qué es el fútbol?.....	26
4.2 Las visorías deportivas	27
4.2.1 Visores deportivos	27
4.2.2 Metodología de las veedurías deportivas.....	27
4.3 Psicología deportiva	28
4.2 Ansiedad.....	29
4. 3 Factores Ansiógenos y competencia	31

4.4 Experiencia subjetiva	32
4.5 Estrategias de afrontamiento	33
4.6 Rendimiento deportivo	35
5 Metodología	37
5.1 Tipo de investigación	37
5.2 Método de investigación	37
5.3 Población y muestra	38
5.4 Criterios de inclusión.....	39
5.5 Unidades de análisis	39
5.6 Plan, técnicas e instrumentos de recolección de información	40
5.7 Plan de análisis de la información	42
5.8 consideraciones éticas	43
5.8.1 Riesgos del estudio.....	44
5.8.2 Beneficios para los participantes.....	45
5.8.3 Consentimiento informado	45
5.8.4 Confidencialidad	46
5.8.5 Derechos de autor y propiedad intelectual	47
6 Resultados	48
6.1 Prevalencia de la ansiedad en las veedurías deportivas	48
6.1.1 Datos sociodemográficos y deportivos	49
6.1.2 Prevalencia de síntomas de ansiedad	55
6.2 Experiencia subjetiva, factores ansiógenos, recursos de afrontamiento y percepción de influencia de la ansiedad en el rendimiento, de las veedurías deportivas.	62
6.2.1 Experiencia subjetiva en contextos de visorías deportivas	62
6.2.1.1 Emociones y expectativas de progreso deportivo	63

6.2.1.2 Autoconfianza y duda personal	64
6.2.1.3 Experiencia de ansiedad en contexto de visorías deportiva	65
6.2.1.3.1 Manifestaciones cognitivas de la ansiedad.....	65
6.2.1.3.2 Manifestaciones fisiológicas de la ansiedad.....	68
6.2.1.3.3 Ansiedad motora.....	69
6.2.1.4 Frustración y malestar emocional por resultado adversos.....	70
6.2.2 Factores ansiógenos en las veedurías deportivas	72
6.2.2.1 Sociales.....	73
6.2.2.1.1 Expectativas familiares sobre el rendimiento.....	73
6.2.2.1.2 Evaluación social de espectadores	74
6.2.2.2 Agentes deportivos.....	75
6.2.2.2.1 Evaluación de visores.....	75
6.2.2.2.2 Expectativas de entrenadores y patrocinadores.....	77
6.2.2.3 Factores ansiógenos contextuales.....	78
6.2.2.3.1 Comparación social en contextos de selección	78
6.2.2.3.2 Entorno desconocido	79
6.2.2.3.3 Importancia del evento	80
6.2.2.4 Factores ansiógenos internos.....	82
6.2.2.4.1 Autoexigencia.....	82
6.2.2.4.2 Inexperiencia ante nuevas situaciones.....	83
6.2.2.4.3 Experiencias previas negativas.....	84
6.2.2.4.4 Miedo al fracaso	84
6.2.2.4.5 Miedo a no rendir	86
6.2.3. Estrategias de afrontamiento a la ansiedad	87
6.2.3.1 Estrategia de afrontamiento centrada en la emoción.....	88

6.2.3.1.1 Apoyo familiar	88
6.2.3.1.2 Auto-diálogo positivo.....	89
6.2.3.1.3 Espiritualidad o Religiosidad	90
6.2.3.1.4 Recuerdos de logros pasados.....	91
6.2.3.1.5 Reevaluación positiva.....	92
6.2.3.1.6 Evitación.....	93
6.2.3.1.7 Respiración.....	94
6.2.3.2 Estrategia de afrontamiento centrada en el problema y/o en la tarea	95
6.2.3.2.1 Ajuste en la forma de jugar	95
6.2.4 Percepción de la influencia de la ansiedad sobre el rendimiento deportivo	96
6.2.4.1. Influencia desfavorable	96
6.2.4.2. Influencia favorable.....	98
6.2.4.3 Influencia neutra.....	99
7 Discusión	101
7.1 La prevalencia de ansiedad y experiencia subjetiva en veedurías deportivas: de la motivación a la presión y el miedo a fallar	101
7.2 Sobre los factores ansiógenos en las veedurías deportivas: Un contexto de altas demandas	105
7.3 Estrategias de afrontamiento ante la ansiedad competitiva: La búsqueda de la calma en medio de la presión.....	115
7.4 La ansiedad y su papel en el rendimiento deportivo: Una mirada desde la experiencia de los deportistas.....	120
7.5 El bienestar psicológico del deportista: Más allá del rendimiento y la veeduría	122
7.6 La ansiedad como “filtro implícito” en los procesos de veeduría deportiva.....	124
8 Conclusiones	126
9 Recomendaciones.....	128
Referencias	131

Lista de tablas

Tabla 1	<i>Datos sociodemográficos</i>	50
Tabla 2	Descripción de la muestra por categorías.....	51
Tabla 3	Importancia y momento de la presentación de la veeduría.	52
Tabla 4	<i>Seleccionados en la veeduría por categoría.</i>	53
Tabla 5	Seleccionados en la veeduría por cantidad de participación en procesos.	53
Tabla 6	<i>Seleccionados en la veeduría por tiempo que lleva entrenando en clubes</i>	54
Tabla 7	Análisis variables SAS-2 y BAI.....	55
Tabla 8	Prevalencia SAS-2 F2. Preocupación.....	56
Tabla 9	Seleccionados veeduría y SAS-2 F2. Preocupación.....	57
Tabla 10	Seleccionados veeduría y SAS-2 F2. Somático.	58
Tabla 11	Seleccionados veeduría y SAS-2 F3. Desconcentración.....	59
Tabla 12	Correlaciones Rho de Sperman variables SAS-2 y BAI.	61
Tabla 13	Categorías y subcategorías de la experiencia subjetiva en visorías deportivas.....	62
Tabla 14	Categorías y subcategorías de factores ansiógenos en las veedurías deportivas.....	72
Tabla 15	Categorías y subcategorías de estrategias de afrontamiento a la ansiedad.....	87
Tabla 16	Categorías y subcategorías sobre la percepción de la influencia de la ansiedad sobre el rendimiento.....	96

Resumen

La presente investigación tuvo como objetivo analizar la experiencia subjetiva y la prevalencia de la ansiedad en futbolistas de entre 12 y 20 años de la región de Urabá durante procesos de visorías deportivas, comprendidas simultáneamente como oportunidades de proyección vital y escenarios de alta exigencia psicológica. Se adoptó un enfoque metodológico mixto con predominio cualitativo, empleando como técnicas de recolección de información los cuestionarios *Sport Anxiety Scale-2* (SAS-2) y *Beck Anxiety Inventory* (BAI), así como grupos focales. Los resultados cuantitativos evidenciaron niveles de ansiedad entre leves y moderados, siendo la ansiedad cognitiva —asociada a la preocupación por el desempeño y al miedo al error— la manifestación más prevalente. De manera complementaria, los hallazgos cualitativos mostraron que las visorías son vividas como experiencias emocionalmente intensas, caracterizadas por la coexistencia de expectativas positivas y emociones displacenteras como nerviosismo, ansiedad, desconcentración y frustración frente a resultados adversos. Entre los principales factores ansiógenos se identificaron las expectativas familiares, la evaluación por parte de los visores, el miedo al fracaso y la autoexigencia. Asimismo, los participantes reportaron estrategias de afrontamiento como la espiritualidad, el apoyo familiar, el autodiálogo y las técnicas de respiración. Se concluye que la ansiedad constituye un factor relevante que impacta tanto el bienestar emocional como el desempeño deportivo de los futbolistas en contextos de selección, lo que pone de relieve la necesidad de incorporar acompañamiento psicológico sistemático en estos procesos, orientado a la construcción de entornos deportivos más saludables y protectores.

Palabras claves: Ansiedad, fútbol, visorías deportivas, experiencia subjetiva, factores ansiógenos, estrategias de afrontamiento, rendimiento deportivo.

Abstract

This study aimed to analyze the subjective experience and prevalence of anxiety among soccer players aged 12 to 20 from the Urabá region during sports scouting trials, which are understood both as opportunities for life projection and as contexts of high psychological pressure. A mixed-methods approach with qualitative predominance was adopted, using the *Sport Anxiety Scale-2* (SAS-2) and the *Beck Anxiety Inventory* (BAI), as well as focus groups, as data collection techniques. Quantitative findings indicated anxiety levels ranging from mild to moderate, with cognitive anxiety—characterized by concerns about performance and fear of making mistakes—being the most prevalent manifestation. Complementarily, qualitative results revealed that scouting trials are experienced as emotionally intense situations, marked by the coexistence of positive expectations and unpleasant emotions such as nervousness, anxiety, lack of concentration, and frustration in response to adverse outcomes. Among the main anxiety-provoking factors identified were family expectations, evaluation by scouts, fear of failure, and self-imposed pressure. In addition, participants reported coping strategies such as spirituality, family support, self-talk, and breathing techniques. It is concluded that anxiety significantly affects both emotional well-being and athletic performance in selection contexts, highlighting the need for systematic psychological support during scouting processes in order to promote healthier and more protective sporting environments.

Keywords: Anxiety, football, sports tryouts, subjective experience, anxiety-provoking factors, coping strategies, athletic performance.

Introducción

En la actualidad, el fútbol no solo constituye el deporte más practicado a nivel mundial, sino también un fenómeno social que moviliza sueños, emociones y proyectos de vida. En regiones como Urabá, esta práctica trasciende el ámbito recreativo y adquiere un profundo significado social, al configurarse como una posibilidad de transformación personal y familiar. Para numerosos adolescentes y jóvenes, el fútbol representa una de las principales —y en muchos casos la única— vías percibidas para superar las condiciones de precariedad económica y social en las que han crecido.

En la búsqueda de convertirse en futbolistas profesionales y alcanzar el anhelado éxito deportivo, muchos jóvenes participan en procesos de visorías deportivas, las cuales constituyen el medio más frecuente en la región de Urabá para avanzar en la trayectoria formativa y competitiva. La participación en estos eventos implica mucho más que la demostración de habilidades técnicas y físicas, ya que supone enfrentarse a escenarios decisivos en los que se percibe que está en juego el futuro deportivo y vital del deportista.

Las visorías, concebidas como espacios de evaluación y selección, se desarrollan bajo condiciones de alta exigencia competitiva y significativa presión psicológica. En un tiempo limitado, los futbolistas deben exhibir su talento frente a visores, mientras se activan las expectativas propias y de su entorno cercano. En este contexto, los deportistas no solo ponen a prueba su rendimiento físico, técnico y táctico, sino también su capacidad para regular emociones, sostener la concentración y responder de manera adaptativa a la incertidumbre, la vulnerabilidad y la evaluación constante a la que se ven expuestos.

En tales escenarios, la ansiedad puede emerger como una respuesta emocional frecuente, asociada al miedo al fracaso, la presión por cumplir expectativas familiares y personales, y a la percepción de la visoría como una oportunidad única para definir el futuro deportivo. Esta reacción de tensión emocional puede incidir negativamente en el desempeño técnico y táctico, afectar la toma de decisiones y la coordinación motriz, así como comprometer el bienestar psicológico de adolescentes y jóvenes, convirtiéndose en un factor determinante dentro de estos contextos altamente demandantes.

A pesar de la relevancia de este fenómeno, son escasos los estudios que exploran cómo se experimenta la ansiedad en procesos de visorías deportivas en Colombia y, particularmente, en

regiones como Urabá, donde el fútbol se asume como una estrategia de movilidad social y superación de condiciones adversas. Comprender esta vivencia resulta fundamental para sensibilizar a los actores del entorno deportivo y para diseñar estrategias de acompañamiento psicológico que favorezcan contextos más protectores y saludables.

En este marco, la presente investigación se propone conocer la prevalencia de las manifestaciones de ansiedad y comprender la experiencia subjetiva de futbolistas entre 12 y 20 años durante su participación en visorías deportivas, identificando los factores que la generan, las estrategias de afrontamiento empleadas y la percepción de los deportistas sobre la influencia de la ansiedad en su rendimiento. Este abordaje busca aportar evidencia empírica y reflexiones que contribuyan al fortalecimiento del bienestar emocional y al desarrollo integral de los deportistas en escenarios de alta competencia.

1 Planteamiento del problema

Con la intención de construir una argumentación sólida sobre la importancia de estudiar la ansiedad en las visorías deportivas, este apartado se organiza en varios segmentos: en primer lugar, se analiza la evolución del deporte y del fútbol en el mundo, Colombia y Urabá, mostrando cómo paso de ser una práctica de ocio a convertirse en un fenómeno competitivo influenciado por el capitalismo.

Luego, se abordará el fútbol como proyecto de vida para los jóvenes en Urabá, destacando su importancia como fuente de identidad y oportunidades de crecimiento personal y social. Seguidamente, se presentan las visorías deportivas como espacios de alta competencia, donde solo algunos jugadores son seleccionados, generando exigencias a nivel psicológico. Posteriormente se examinarán las demandas psicológicas de estos procesos, entre ellas la ansiedad, que puede afectar el rendimiento y bienestar de los jóvenes.

Finalmente, se plantea la problematización del estudio, resaltando la necesidad de investigar la ansiedad en las veedurías para comprender mejor la experiencia de los jóvenes futbolistas en estos procesos cargados de tanta representatividad.

1.1 El deporte y el fútbol en el mundo, Colombia y Urabá: apuntes sobre su evolución y configuración sociocultural

El deporte se ha consolidado como un fenómeno sociocultural de creciente relevancia a nivel mundial. Su evolución responde, en buena medida, al sistema capitalista contemporáneo, en el cual la cultura consumista, el individualismo, los valores asociados al progreso y al éxito, la búsqueda de la salud y la competitividad han permeado su práctica, convirtiéndolo en un vehículo de modernización. A ello se suma su amplia popularidad, alimentada por la emocionalidad que despierta, la fuerte identificación cultural y colectiva, el entretenimiento, la sensación de pertenencia, la posibilidad de transformar estilos de vida y su capacidad de integrar a la sociedad sin distinción de sexo, edad, raza o estatus social (Capretti, 2011; García et al., 2013).

En su sentido más esencial, el deporte es juego, y lo seguirá siendo mientras se practique de forma espontánea y natural. Sin embargo, García (2006) advierte que “el deporte moderno nace viciado, no posee el carácter liberalizador del juego, sino que su finalidad es utilitaria” (p. 86),

resaltando así cómo ha perdido parte de su naturaleza original. En consonancia con esta visión, el artículo 15 de la Ley 181 del Sistema Nacional del Deporte define el deporte como “la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío, expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales” (República de Colombia, 1995., p.5). De este modo, la legislación colombiana reconoce al deporte como una práctica que, si bien conserva un componente lúdico, está igualmente marcada por la competitividad y la promoción de valores morales, cívicos y sociales.

Ahora bien, aunque en el mundo existen numerosos deportes, algunos han alcanzado niveles de popularidad y representatividad significativamente mayores. Uno de ellos es el fútbol, definido como “un juego entre dos equipos de once jugadores cada uno, cuyo objetivo es entrar en la portería contraria un balón que no puede ser tocado con las manos ni con los brazos, salvo por el portero en su área de meta” (Real Academia Española, 2022). Su dinámica combina acciones individuales y colectivas que se desarrollan en un contexto de colaboración con los compañeros y de oposición frente a los adversarios. Estas acciones se guían por un pensamiento táctico individual que se articula con las decisiones del resto del equipo (Moreno, 1993, como se citó en Menoscal, 2016).

El fútbol, gracias a su simplicidad, accesibilidad, facilidad para practicarlo, su amplia difusión en los medios de comunicación y su capacidad para fomentar la creatividad y el trabajo en equipo, se ha convertido en el deporte con mayor número de practicantes en el mundo (Yoesting, 2018; Rodas, 2023). Su práctica se ha extendido universalmente e inmerso en la estructura social, transformándose en un símbolo cultural que trasciende fronteras y clases sociales (Gómez y Delgado., 2016). En los cinco continentes se juega al fútbol; el mundo se mueve al ritmo del balón; los calendarios se ajustan según los partidos, modificando agendas y dinámicas sociales. En ese sentido, el fútbol representa mucho más que un deporte: es moda, pasión, sentimiento, culpa, lucha, negocio, arte, prensa, política y poesía; en suma, una forma de vivir.

Colombia no ha sido ajena a este fenómeno global. En sus inicios, solo unos pocos privilegiados podían practicarlo, y más que una actividad deportiva, el fútbol se concebía como una expresión artística e intelectual (López, 2021). Con el tiempo, su práctica se expandió por todo el territorio, impulsada por extranjeros que lo jugaban en sus ratos de ocio en canchas improvisadas. Posteriormente, con la llegada de la globalización, el fútbol en Colombia se transformó,

consolidándose en torno a dos grandes vertientes: jugar por pasión o hacerlo como medio para generar ingresos (Gonzales, 2020).

En la actualidad, el país se posiciona como uno de los de mayor crecimiento en la exportación de futbolistas, consolidándose como un semillero de talentos para ligas y clubes reconocidos a nivel mundial. Según el Observatorio de Fútbol y Estadísticas CIES, citado por Gonzales (2020):

En mayo de 2018 militaban 331 futbolistas fuera del país, y ahora, en el reporte de julio, se registraron 382. Es decir, entre mayo de 2018 y julio de 2019, Colombia exportó 51 futbolistas, ubicándose como el cuarto país con mayor crecimiento en exportación, con un incremento de repatriación de jugadores del 15,4%. Estos números evidencian un aumento acelerado de futbolistas que deciden continuar su carrera profesional en el exterior en lugar de permanecer en la liga colombiana. (p. 10)

A estos datos se suman los reportes más recientes del CIES (2024), en los que se señala que Colombia alcanzó los 433 jugadores en el exterior, ubicándose como el séptimo país con mayor número de futbolistas activos fuera de sus fronteras, y el tercero en Latinoamérica, después de Brasil y Argentina.

Con la expansión del fútbol en Colombia, su práctica llegó a todos los rincones del país, incluida la región de Urabá, donde se ha consolidado como una pasión para numerosos jóvenes. Diversos medios han afirmado que Urabá es “la reserva natural más grande de futbolistas colombianos” (El Espectador, 2014).

En efecto, el fútbol tiene una fuerte representatividad en la región, evidenciada en la cantidad de personas que participan en torneos locales, departamentales e internacionales; en los cerca de 100 jugadores que cada año se integran a las distintas categorías del fútbol colombiano; en los representantes que Urabá ha tenido en los últimos tres mundiales; y en la cotidianidad de la práctica futbolística con fines recreativos, formativos o profesionales (El Espectador, 2014; Molina, 2021).

1.2 El fútbol como proyecto de vida para los jóvenes en Urabá.

Para muchos adolescentes y jóvenes en Urabá, el fútbol ha representado una vía de escape frente a la violencia y las condiciones de vida precarias, al punto de que, como señala *El Espectador* (2014), “no buscan un sueño sino un futuro” (párr. 29). En numerosos casos, la sociedad ejerce una presión directa o indirecta que induce a los jóvenes a vincularse a este deporte, percibido como una posible ruta hacia el éxito y el ascenso social. El fútbol, entonces, se convierte en una práctica cotidiana que trasciende el juego: se integra en la vida diaria no solo como actividad recreativa, sino como alternativa para mejorar la salud, alcanzar estabilidad económica y progresar. Asimismo, la amplia asistencia de público y el seguimiento mediático reflejan su papel como forma de entretenimiento y expresión de identidad colectiva (Durango, 2025). Así, en Urabá el fútbol se asume no solo como diversión, sino también como una vía hacia la esperanza, lo que implica que, en ocasiones, se practique más por necesidad que por placer, desdibujando su componente lúdico y generando tensiones entre el disfrute y la expectativa social de éxito.

En este contexto, los adolescentes y jóvenes de la región comienzan a construir proyectos de vida centrados en el fútbol, aferrándose a la idea de convertirse en jugadores profesionales. Para ellos, representa una oportunidad para superar las condiciones adversas de su entorno. En una zona donde la vida cotidiana está marcada por la desigualdad social, la violencia histórica y la escasez de oportunidades laborales y educativas, el deporte en este caso el fútbol emerge como una opción viable para imaginar un futuro distinto (Atehortúa, 2022). Para muchos, convertirse en futbolistas constituye una meta urgente, vinculada a la esperanza de mejorar su calidad de vida.

Esta aspiración no surge de manera aislada. La configuración sociocultural del fútbol en Urabá refuerza esta percepción. El éxito de figuras locales que han alcanzado clubes nacionales e internacionales alimenta la narrativa del balón como símbolo de progreso (*El Espectador*, 2014). Así, aunque muchos jóvenes se inician en el fútbol por pasión o diversión, con el tiempo la práctica adquiere un sentido utilitario que orienta su cotidianidad y su forma de proyectarse hacia el futuro.

En este escenario, el fútbol se configura como una fusión entre trabajo y pasión: una manera de ganarse la vida mediante una actividad que disfrutan profundamente. Esta concepción se ha arraigado socialmente, al punto de expresarse en frases populares como “¿A quién no le gustaría que le pagaran por jugar?”, que condensan la ilusión de transformar el juego en sustento.

En ese momento, muchos adolescentes comienzan a asumir la responsabilidad de sobresalir en el fútbol, convirtiéndolo en una meta de vida no solo individual, sino también familiar y comunitaria. El fútbol pasa a ser un proyecto compartido entre padres, entrenadores, amigos y vecinos, quienes depositan en el talento del joven una esperanza colectiva.

De esta manera, el deporte deja de ser un espacio libre de exigencias para transformarse en un camino lleno de expectativas, presiones y compromisos. Desde edades tempranas, los jóvenes sienten la responsabilidad de destacar, lo que modifica su relación con el juego (Ramos, 2016). Esta dinámica los lleva a participar en visorías deportivas —eventos evaluativos donde demuestran sus habilidades— con la esperanza de ser seleccionados para continuar su proyecto de vida en clubes con mejores condiciones y procesos de profesionalización.

1.3 Las visorías deportivas como oportunidad crucial

Ante la búsqueda del profesionalismo y de un estilo de vida con mejores condiciones, muchos niños, adolescentes y jóvenes participan en visorías deportivas, las cuales representan un primer acercamiento a los objetivos que persiguen la mayoría de ellos y, en consecuencia, ponen en juego sus aspiraciones y proyectos de vida. Estos eventos, organizados por diversos clubes deportivos, tienen como propósito identificar y seleccionar jugadores que posean las habilidades y competencias necesarias para desempeñarse en el fútbol profesional.

Durante este proceso, los deportistas son observados por los llamados *visores deportivos*, representantes de distintos equipos profesionales, quienes cuentan con amplio conocimiento sobre las capacidades y actitudes que deben demostrar los participantes para aportar al rendimiento del equipo. En este contexto, los jugadores son evaluados en aspectos como las habilidades técnicas, la condición física, la comprensión táctica, el trabajo en equipo, la disciplina, la resiliencia ante la presión y la capacidad de adaptación a diferentes estilos de juego, según las necesidades y criterios de cada club (Jiménez y Arias, 2017).

Para muchos jóvenes, las visorías deportivas constituyen una vía de acceso al cumplimiento de sus metas, aspiraciones y desarrollo personal, así como a la posibilidad de mejorar su calidad de vida. Sin embargo, también implican un gran desafío, ya que destacar en este contexto requiere un esfuerzo máximo y la capacidad de afrontar situaciones estresantes, ansiógenas y conflictivas propias de un entorno altamente competitivo. Ello demanda del deportista recursos de

afrentamiento adecuados que le permitan rendir de manera óptima y mantener su bienestar psicológico.

1.4 Demandas psicológicas de las visorías deportivas

Así pues, como se mencionó anteriormente, un componente fundamental de las visorías deportivas en el fútbol es la competencia, un escenario de alta exigencia donde no parece haber espacio para el fracaso. Esto puede explicarse, en parte, por la representación sociocultural de esta práctica, en la que el fútbol se convierte para muchos en la principal vía para alcanzar un futuro mejor. Esta realidad se intensifica ante la alta demanda de jugadores que comparten el mismo sueño y el número limitado de oportunidades (Frixone, 2018). Además, los deportistas deben afrontar las expectativas de su entorno social, especialmente de padres y entrenadores, lo que genera una fuerte presión (Ramos, 2016; Mahamud, 2005). A ello se suma la tensión de ser observados y evaluados durante la competencia por quienes valoran sus capacidades.

La competencia deportiva se entiende como una contienda en la que dos o más personas, en conjunto o de forma individual, se enfrentan con el fin de obtener una victoria y recibir un reconocimiento tangible o intangible. En este espacio se ponen en juego los conocimientos, habilidades y destrezas de los participantes (Blanes et al., 2018). Para los jugadores, la competencia implica afrontar diversas demandas, entre ellas la demostración, la comparación y la evaluación. En la demostración, los deportistas deben exhibir sus habilidades y destrezas; en la comparación, contrastan su desempeño con el de otros o con las expectativas sociales; y en la evaluación, sus cualidades son valoradas según su desempeño en el campo de juego (De Rose, 1999, como se citó en Junior et al., 2000). A estas características se suman la autoexigencia del propio deportista, la relevancia atribuida al evento competitivo, la percepción de dificultad de la prueba (Weinberg y Gould, 2010; Barbosa-Granados et al. (2022), la expectativa de un rendimiento óptimo sin errores (Larumbe et al., 2009) y la incertidumbre sobre los resultados (Weinberg y Gould, 1995).

Estas demandas inherentes a la competencia generan diversas implicaciones psicológicas, entre ellas las manifestaciones de ansiedad. Investigaciones como las de Salas (2013), Ruiz et al. (2015) y Segura et al. (2018) han evidenciado la presencia e incidencia de la ansiedad en la práctica deportiva, constatando que se manifiesta en distintos niveles de formación y modalidades, tanto en

las fases previas como durante el desarrollo de la competencia. Clark y Beck (2012) definen la ansiedad como:

Un sistema complejo de respuestas conductuales, fisiológicas, afectivas y cognitivas (es decir, de amenaza) que se activa al anticipar sucesos o circunstancias juzgadas como muy aversivas, por percibirse como imprevisibles, incontrolables y potencialmente amenazantes para los intereses vitales de un individuo. (p. 23)

El nivel de ansiedad depende de variables como la habilidad, la autoconfianza, la experiencia, los rasgos de personalidad, los factores motivacionales y el clima grupal (Prieto, 2020). Cuando el jugador posee destrezas consolidadas, confianza en sí mismo y experiencia competitiva, tiende a presentar niveles menores de ansiedad (De Rose, 1999, como se citó en Junior et al., 2000; Barbosa-Granados et al., 2021). Asimismo, la cohesión grupal puede actuar como factor de apoyo y motivación (Guillén, 2001).

En torno a la práctica deportiva competitiva se han identificado síntomas asociados a la ansiedad, tales como preocupación por el rendimiento, miedo al error, nerviosismo, dificultades de concentración, temor a la presión de padres y entrenadores, dudas sobre la capacidad de competir, impaciencia y miedo a la evaluación (Moreno et al., 2021; Junior et al., 2000). Estos síntomas se relacionan directamente con el rendimiento deportivo y la salud mental de los jugadores.

Niveles elevados de ansiedad inciden negativamente en el desempeño y en la salud mental de los atletas. Diversas investigaciones han evidenciado que esta condición puede limitar el rendimiento óptimo (García- Mas et al., 2011; Flores et al., 2017; Gonzáles Campos, 2017; Lorenzón, 2022; Conde-Ripoll et al., 2024), afectar la toma de decisiones (Navarro et al., 2003) y disminuir la motivación, el disfrute y la implicación en la práctica deportiva (Prieto, 2016). A nivel fisiológico, la ansiedad puede alterar el sueño, el apetito, y generar agotamiento emocional, incrementando incluso la probabilidad de abandono o retiro de la actividad competitiva (Gould y Petlickoff, 1988, como se citó en Abián-Vicén et al., 2015).

También se ha observado una correlación entre la ansiedad y una mayor incidencia de lesiones físicas, mediada por factores fisiológicos como la tensión muscular y la rigidez corporal (Guillén, 2001). Otros estudios han mostrado que la ansiedad puede relacionarse negativamente con la autoconfianza, lo que sugiere que puede deteriorar la percepción de competencia personal (Marín y Gracia, 2022; Álvarez, 2025).

No obstante, algunos estudios han encontrado que la ansiedad no siempre se asocia directamente con un bajo rendimiento, pues existen otros factores contextuales e internos que también influyen en el desempeño deportivo (Salom et al., 2019).

1.5 Problematicación: necesidades para el estudio de la ansiedad en las visorías deportivas

Aunque este fenómeno ha sido ampliamente estudiado en diversos entornos deportivos, su comprensión en contextos específicos como el de Urabá es limitado. En esta región, el fútbol posee una gran representatividad y se ha configurado socioculturalmente como un medio de consumo, movilidad social y desarrollo económico. Para muchos jóvenes, este deporte constituye un verdadero proyecto de vida, especialmente en comunidades donde las oportunidades laborales y educativas son escasas.

Las visorías deportivas suelen percibirse como una oportunidad única para “ser vistos” y avanzar en la carrera deportiva. Sin embargo, también pueden generar altos niveles de presión y ansiedad, sobre todo en esta región, a propósito de lo mencionado sobre la expectativa con la profesionalización del fútbol. Pese a su relevancia, existe un vacío en la literatura científica respecto al impacto que las visorías ejercen sobre los jóvenes futbolistas, especialmente en relación con los síntomas de ansiedad que pueden experimentar, los factores específicos que los generan, cómo los afrontan, y si perciben que esto afecta o no su rendimiento. Esta ausencia de estudios dificulta comprender con mayor profundidad los efectos de estos procesos selectivos y limita la posibilidad de diseñar estrategias de acompañamiento psicológico adecuadas.

En respuesta a esta necesidad de comprensión más profunda, el presente estudio se plantea las siguientes preguntas: ¿Cuál es la prevalencia de la manifestación de ansiedad en los deportistas jóvenes de la región de Urabá que participan en visorías deportivas de fútbol? y ¿Cómo experimentan subjetivamente un grupo de estos deportistas las visorías, los factores ansiógenos, las estrategias de afrontamiento y su influencia percibida en el rendimiento?

2 Justificación

El estudio sobre la prevalencia de la ansiedad en las veedurías deportivas de fútbol, las experiencias subjetivas de los jóvenes, el conocimiento de los factores ansiógenos, las estrategias de afrontamiento y la percepción que tienen sobre la influencia de estos fenómenos en su rendimiento, resulta altamente relevante para la región de Urabá. Ello se debe a que el fútbol cumple un papel central en la vida de muchos jóvenes, quienes lo asumen como su principal proyecto de vida y como una vía para alcanzar el reconocimiento y la movilidad social. Además, las investigaciones revisadas evidencian las implicaciones psicológicas y físicas del deporte de alta competitividad, especialmente en los espacios de visorías, considerados un punto de inflexión en el camino hacia el profesionalismo y, por tanto, escenarios con altas demandas emocionales.

Si bien el deporte se concibe comúnmente como un entorno protector de la salud mental, con múltiples beneficios asociados como la mejora de los procesos cognitivos, la estimulación de neurotransmisores positivos, la disminución de los estados de ansiedad y depresión, el fortalecimiento de la autoestima y la autoconfianza, y el incremento del bienestar físico (Arboleda, 2018; Barbosa y Urrea, 2018; Granados y Cuéllar, 2018; Ramírez et al., 2004), también puede propiciar la aparición de factores desfavorables, entre ellos la ansiedad. Esta reacción psicológica suele emerger como respuesta a la presión competitiva, el sobre entrenamiento y las expectativas externas e internas asociadas al rendimiento (González et al., 2006; Gairín et al., 2014).

Identificar la prevalencia de la ansiedad en las visorías deportivas permitirá disponer de datos objetivos sobre la magnitud de estos fenómenos en el contexto regional. Paralelamente, un abordaje cualitativo facilitará la comprensión de las experiencias subjetivas de los deportistas, explorando los factores que originan la ansiedad, las estrategias que emplean para afrontarla y la manera en que perciben su influencia en el rendimiento deportivo. Esta información será clave para reconocer posibles focos de intervención y diseñar acciones orientadas al fortalecimiento del bienestar psicológico y el desempeño deportivo de los jóvenes futbolistas.

En esta línea, la investigación podrá generar un impacto multidimensional, beneficiando a los deportistas, a los distintos actores del entorno deportivo familiares, entrenadores, visores y espectadores—, a los clubes formativos y al campo de la psicología del deporte, además de contribuir al fortalecimiento de la salud mental en la región.

Para los deportistas, los resultados de esta investigación pueden representar una oportunidad para comprender y hacer consciente lo que experimentan emocionalmente durante las visorias. Asimismo, les permitirá reconocer las causas de la ansiedad e identificar sus recursos personales de afrontamiento y evaluar su efectividad. Este proceso de autoconocimiento favorecerá la autogestión emocional y podría reducir el riesgo de abandono deportivo, al promover una vivencia más saludable de la competencia.

En el caso de las familias, los hallazgos podrán actuar como un medio de sensibilización frente a las experiencias y presiones que viven los jóvenes en las competencias, permitiéndoles comprender el impacto que tienen sus acciones, palabras y expectativas sobre los estados psicológicos de los deportistas. De igual forma, la información generada será de utilidad para los entrenadores, al ampliar su comprensión sobre las necesidades emocionales de los jugadores y sobre la importancia de integrar el componente psicológico en los procesos formativos. Esto podría conducirlos a replantear estrategias pedagógicas y adoptar métodos de enseñanza que promuevan un desarrollo integral en sus dirigidos.

Además, los resultados de esta investigación podrán contribuir al ámbito académico y profesional de la psicología del deporte, al ofrecer nuevas evidencias sobre la relación entre ansiedad, afrontamiento y rendimiento en contextos de veedurías deportivas, un campo aún poco explorado. Este conocimiento servirá como insumo para el diseño de programas de intervención psicológica basados en las necesidades reales de los deportistas, con objetivos como sensibilizar a los actores del entorno deportivo, fortalecer las estrategias de afrontamiento y promover entornos protectores de la salud mental.

Finalmente, en el plano regional, este estudio podrá aportar a la visibilización de la salud mental en Urabá, destacando su importancia en el ámbito deportivo y generando insumos para el diseño de políticas públicas y programas institucionales orientados al acompañamiento psicológico de los deportistas. Por estas razones, la investigación se considera pertinente y necesaria, dado el papel social, cultural y económico que el fútbol desempeña en la región, así como la urgencia de garantizar que este entorno se consolide como un espacio de bienestar, desarrollo y cuidado de la salud mental.

3 Objetivos

3.1 Objetivo general

Conocer la prevalencia de síntomas de ansiedad, la experiencia subjetiva, los factores ansiógenos asociados, las estrategias de afrontamiento y la percepción sobre su influencia en el rendimiento deportivo, en un grupo de jóvenes futbolistas de 12 a 20 años de la región de Urabá que han participado de procesos de veedurías deportivas en fútbol.

3.2 Objetivos específicos

Identificar la prevalencia de los síntomas de ansiedad en los procesos de visorías deportivas de un grupo de jóvenes futbolistas del municipio de Apartadó.

Comprender la experiencia subjetiva que vivencian un grupo de jóvenes futbolistas del municipio de Apartadó en procesos de visorías deportivas.

Identificar los factores ansiógenos que se presentan en la participación de un grupo de jóvenes futbolistas en procesos de visorías deportivas.

Reconocer las estrategias de afrontamiento a la ansiedad de un grupo de jóvenes futbolistas de la región de Urabá que participan de procesos de visorías deportivas

Identificar la influencia percibida de la ansiedad sobre el rendimiento deportivo en un grupo de jóvenes futbolistas del municipio de Apartadó que participan en procesos de visorías deportivas.

4 Referentes teóricos y conceptuales

En este apartado se abordarán los diferentes referentes teóricos y conceptuales que soportan las categorías fundamentales de la investigación: fútbol, visorías deportivas, psicología deportiva, ansiedad, factores ansiógenos, experiencia subjetiva, estrategias de afrontamiento y rendimiento deportivo.

4.1 El fútbol

4.1.1 Breve historia del fútbol

En diferentes sociedades de la historia se practicaron juegos similares a lo que hoy se conoce como fútbol. Ortiz (2007) menciona que las tribus esquimales jugaban al Akraunak, una especie de fútbol con dos porterías, donde la pelota era de piel rellena de plumas o musgo. Cada equipo se ubicaba en su respectiva zona del campo y el juego iniciaba lanzando el balón hacia el centro. Por su parte, Palmer y Howell (1973, citados por Ortiz, 2007) afirman que en los antiguos estados mesopotámicos comenzó a observarse una forma temprana de institucionalización del juego, en la cual, además de la diversión y la tradición características de los pueblos anteriores, aparecieron dos nuevos fenómenos: el profesionalismo y la figura de los aficionados. Así, distintas civilizaciones a lo largo del tiempo desarrollaron prácticas que guardaban similitud con el fútbol contemporáneo.

Sin embargo, aunque el fútbol tiene aproximadamente un siglo de historia como deporte formal, su configuración moderna surge en Inglaterra (Trejo, 2014), donde en 1863 se establecieron las primeras reglas oficiales mediante la fundación de la Football Association. La creación de este reglamento permitió que el fútbol se separara del *Rugby Football* y consolidara su identidad propia, sentando las bases para su desarrollo como disciplina independiente (Martínez, 2017; Ortiz, 2007).

Es importante resaltar el papel de las Public Schools en la difusión y consolidación del fútbol, ya que estas instituciones educativas, encargadas de la formación de la élite británica del siglo XIX, promovieron la práctica deportiva y organizaron diversos torneos que contribuyeron a su popularización. Con el paso del tiempo, su aceptación trascendió los límites de la burguesía y se extendió hacia la clase trabajadora, convirtiéndose en una actividad social y culturalmente significativa (Ortiz, 2007; Martínez, 2017).

A medida que el deporte ganó popularidad, se fundaron clubes y federaciones en distintas partes del mundo con el propósito de regular su práctica y promover su desarrollo competitivo. Actualmente, el fútbol es considerado el deporte más practicado y seguido a nivel global, con un enorme impacto cultural, social y económico, que trasciende las fronteras y genera procesos de identidad, pertenencia y cohesión en diversas comunidades (Ortiz, 2007; Martínez, 2017).

4.1.2 ¿Qué es el fútbol?

El fútbol es un deporte colectivo en el que dos equipos de once jugadores se enfrentan con el propósito de llevar el balón hasta la portería contraria y anotar la mayor cantidad de goles posibles. Al finalizar el encuentro, el equipo que haya marcado más goles resulta ganador. Este deporte se practica en un campo rectangular, donde el trabajo en equipo, junto con las habilidades físicas, técnicas y tácticas, resulta esencial para superar al rival (Historia Universal, 2023).

Para garantizar su adecuado desarrollo y organización, el fútbol cuenta con un conjunto de reglas fundamentales. Según Señal Colombia Deportes (2023), la Federación Internacional de Fútbol Asociación (FIFA) establece 18 normas básicas, entre las cuales destacan cuatro principales. En primer lugar, el campo de juego, que debe ser rectangular y medir aproximadamente 90 metros de ancho por 120 de largo, delimitado por líneas que marcan áreas clave como las porterías, el terreno de juego y el punto de inicio del partido. En segundo lugar, el balón, que debe ser completamente esférico, con una circunferencia entre 68 y 70 centímetros y un peso de 410 a 450 gramos. En tercer lugar, los jugadores, pues en cada encuentro participan 22 futbolistas —once por equipo— y hasta ocho suplentes, aunque el juego puede iniciar con un mínimo de siete jugadores por equipo. Finalmente, la duración del partido, que se compone de dos tiempos de 45 minutos cada uno, con un descanso intermedio de 15 minutos.

Debido a su enorme acogida a nivel mundial, el fútbol ha sido denominado el “deporte rey”. Cruyff (2002), en su libro *Me gusta el fútbol*, afirma que se trata de un juego continuo y fluido, en el que deberían priorizarse la técnica, la creatividad y la cooperación. Asimismo, señala que los aciertos y errores adquieren gran relevancia, pues cada acción influye directamente en el resultado y en las emociones del juego, convirtiéndolo en un espectáculo cargado de intensidad y pasión.

4.2 Las visorías deportivas

Las visorías deportivas son procesos de evaluación y selección de deportistas en distintas disciplinas competitivas. Al igual que las empresas, universidades o programas de becas utilizan entrevistas y pruebas para identificar a los mejores candidatos. Los equipos de fútbol y de otros deportes realizan visorías —también conocidas como procesos de selección o captación de talentos o veedurías deportivas— con el propósito de reconocer a aquellos jugadores que destacan por sus habilidades, capacidades y destrezas.

En este sentido, López (1995, citado por Brotons, 2005) señala que estas actividades buscan descubrir y seleccionar, entre numerosos aspirantes, a quienes puedan aportar beneficios significativos al equipo en el corto plazo. De igual forma, Díaz et al. (2008) explican que el proceso de selección implica una comparación sistemática entre los participantes, con el fin de elegir a quienes cuenten con las mejores condiciones para responder con éxito a los entrenamientos y competencias. Finalmente, según Vargas (2017), las veedurías deportivas contribuyen a optimizar el reclutamiento de talentos, facilitando la identificación de los jugadores con mayor potencial y, por tanto, promoviendo la evolución y el desarrollo del deporte competitivo.

4.2.1 Visores deportivos

Los visores deportivos son personas con capacidades y conocimientos que evalúan, mediante la observación, el rendimiento de los deportistas para seleccionarlos e introducirlos a clubes de fútbol (Jiménez y Arias, 2017). Dentro de las características más relevantes a observar, se encuentran la velocidad, la técnica, la capacidad física, la mentalidad ganadora, la competitividad, la valentía, la confianza, la toma de decisiones, estatura, la buena ubicación y una aptitud de liderazgo (JUGO tv, 2017; Teoría Táctica Fútbol, 2018; Visorías México, 2018).

4.2.2 Metodología de las veedurías deportivas

La metodología en las veedurías deportivas puede variar según la forma en que cada club deportivo considere óptimo realizarla (Jiménez y Arias, 2017), pero en términos generales y según el rastreo de investigaciones, se encontró que estos procesos se realizan por fases. De acuerdo con

Hernández (2022), primero se hace una convocatoria en un lugar determinado, en un horario específico y con un requisito de edad determinada para aquellos deportistas que estén interesados en ir; luego, la fase de realización del evento, donde los jugadores se registran y se arman los diferentes equipos para los partidos, y los visores observan y evalúan a los deportistas en la competencia; después, la fase de selección, donde los visores eligen a los jugadores con mayor potencial para que en algún momento puedan ir a los clubes profesionales, y, finalmente, la fase de cierre, donde se reúnen a los deportistas para dar la noticia sobre los seleccionados.

En términos generales, las veedurías deportivas no solo significan una oportunidad para los clubes deportivos, sino también para muchos deportistas que ven en el fútbol una oportunidad para salir adelante y mejorar su calidad de vida. lo cual, pone en evidencia, que las visorías deportivas pueden generar múltiples demandas que pertenecen a la dimensión psicológica.

4.3 Psicología deportiva

La psicología del deporte es un área aplicada de la psicología que utiliza el conocimiento científico sobre el comportamiento humano para optimizar los entornos deportivos en diversas dimensiones. Este campo estudia las conductas, emociones y procesos mentales de los individuos involucrados en la práctica deportiva —no solo de los deportistas, sino también de entrenadores, familiares, clubes, espectadores y árbitros— con el propósito de mejorar la salud mental, el bienestar y el rendimiento de los participantes (Chirivella, 2010; Moreno, 2013; Urrea, García y Barbosa, 2023).

Según Moreno (2013), la psicología deportiva resulta fundamental para potenciar las capacidades de los atletas durante entrenamientos y competencias, así como para regular el estrés y la ansiedad, fortalecer la concentración, la motivación y la autoconfianza, y promover vínculos interpersonales que favorezcan un clima grupal adecuado y una comunicación más efectiva entre entrenadores y jugadores.

Las áreas de intervención de la psicología del deporte son diversas e incluyen el alto rendimiento, el deporte de base e iniciación, el deporte recreativo, la salud y el tiempo libre, las poblaciones especiales y las organizaciones deportivas (Chirivella, 2010). Dentro de estos ámbitos, el psicólogo del deporte cumple funciones relacionadas con la evaluación y diagnóstico (mediante test, entrevistas y registros observacionales o psicofisiológicos), la planificación y asesoramiento

(en variables psicológicas, adherencia, habilidades sociales y consecución de objetivos), la intervención directa e indirecta (entrenamiento mental y estrategias psicológicas), la educación (formación a entrenadores y deportistas) y la investigación aplicada y básica orientada a la mejora del rendimiento y el bienestar (Chirrivella, 2010, p.244).

En esta línea, la psicología del deporte se centra en comprender los fenómenos psicológicos que emergen en el ámbito deportivo y en diseñar estrategias de intervención que promuevan entornos saludables y un desarrollo humano integral. Estos aspectos cobran especial relevancia en el contexto de las veedurías deportivas, donde los deportistas enfrentan múltiples demandas emocionales. En tales escenarios, la psicología deportiva aborda factores como las emociones, el estrés y la ansiedad, los cuales se intensifican por la naturaleza competitiva y evaluativa de estos eventos, caracterizados por la exposición pública, la comparación social, las expectativas individuales y colectivas, y la alta carga simbólica asociada al desempeño y la posibilidad de ser seleccionados.

4.2 Ansiedad

Las conceptualizaciones de la ansiedad y sus formas de abordaje han variado significativamente a lo largo del tiempo, lo que ha generado definiciones diversas e incluso difusas. Este fenómeno ha sido objeto de estudio por parte de distintas disciplinas, especialmente la psicología. Clark y Beck (2012), reconocidos investigadores en este campo, definen la ansiedad como una respuesta emocional, cognitiva y fisiológica que se activa ante la anticipación de situaciones percibidas como amenazantes o peligrosas, las cuales generan incertidumbre y una sensación de falta de control o imprevisibilidad. De manera similar, Salvatierra y Tobal (1998, citados por Zamora y Salazar, 2004) la describen como un estado de tensión y aprensión emocional, acompañado de manifestaciones cognitivas, fisiológicas y motoras que surgen ante situaciones altamente demandantes para el individuo que representan un riesgo para el bienestar del individuo.

Actualmente, dos teorías destacan en la comprensión de la ansiedad: la teoría de la ansiedad estado-rasgo propuesta por Spielberger y la teoría tridimensional de Lang.

Por un lado, la teoría de la ansiedad rasgo-estado distingue entre dos formas de manifestación: la ansiedad rasgo, entendida como una predisposición estable y duradera a experimentar ansiedad, considerada una característica de personalidad; y la ansiedad estado, que

es una reacción temporal ante una situación percibida como amenazante (Spielberger, 1972, citado por Ries et al., 2012). Así, la ansiedad rasgo constituye una tendencia interna a responder con ansiedad de forma general, mientras que la ansiedad estado surge en momentos específicos, como puede ocurrir durante una competencia deportiva o una veeduría, donde el individuo enfrenta demandas de evaluación, comparación y rendimiento. En tales contextos, la ansiedad estado se manifiesta a través de una combinación de síntomas físicos y cognitivos.

Por otro lado, la teoría tridimensional de Lang propone un modelo integral que entiende la ansiedad a partir de tres dimensiones interrelacionadas: cognitiva, fisiológica y conductual.

- La dimensión cognitiva se asocia con los procesos psicológicos de percepción, atención y pensamiento, y se expresa mediante pensamientos catastróficos, inseguridad, preocupación, miedo, dificultad para concentrarse y reducción de la discriminación perceptiva.
- La dimensión fisiológica hace referencia a las respuestas automáticas del cuerpo, vinculadas al aumento de la actividad del sistema nervioso autónomo, somático y central. Estas se manifiestan en síntomas como taquicardia, hiperventilación, sudoración, tensión muscular o fatiga.
- Finalmente, la dimensión conductual comprende las respuestas motoras derivadas del incremento de la activación cognitiva y fisiológica, como temblores, movimientos torpes, inquietud, tartamudeo, gesticulaciones excesivas, lentitud en los tiempos de reacción o dificultades en la ejecución de tareas simples y complejas (Lang, 1968, como se citó en Martínez-Monteagudo et al., 2012).

Lang (1968 como se citó en Martínez-Monteagudo et al., 2012) advierte que estas tres dimensiones no siempre se correlacionan de manera directa, ya que pueden manifestarse de forma independiente o conjunta. Por ejemplo, es posible que una persona experimente altos niveles de activación cognitiva sin evidentes respuestas fisiológicas, o viceversa, y que la interacción de ambas dé lugar a manifestaciones conductuales.

En el presente estudio se adoptará la teoría tridimensional de Lang como marco conceptual, dado que permite una comprensión integral de la ansiedad en contextos de veedurías deportivas. Esta perspectiva posibilita identificar tanto la prevalencia del fenómeno como la experiencia subjetiva de los jóvenes futbolistas, reconociendo qué pensaron, sintieron y cómo actuaron durante el

proceso. A su vez, esta aproximación integra el concepto de ansiedad estado, pues el interés se centra en una situación específica —la participación en una veeduría deportiva— donde se ponen en juego expectativas personales, presiones sociales y la posibilidad de alcanzar metas significativas.

4.3 Factores Ansiógenos y competencia

Durante el rastreo bibliográfico se ha identificado un elemento central para comprender la ansiedad: los factores ansiógenos, entendidos como aquellas situaciones, experiencias o estímulos que provocan o incrementan la probabilidad de experimentar este estado emocional. Estos factores abarcan demandas tanto ambientales como personales, y su efecto depende en gran medida de la percepción individual, ya que una misma situación puede resultar amenazante para algunas personas y neutra o incluso estimulante para otras. En este sentido, son las características personales —como la historia de aprendizaje, la autoconfianza o los recursos de afrontamiento— las que determinan la manera en que se percibe y gestiona una situación potencialmente estresante (Shelley, 2007).

No obstante, ciertos eventos tienden a ser reconocidos de forma generalizada como ansiógenos, debido a la frecuencia con que son percibidos como amenazantes o desbordantes. Entre ellos se incluyen las entrevistas de trabajo, los problemas financieros, las situaciones académicas exigentes, los conflictos familiares, las condiciones ambientales adversas y las competencias deportivas, las cuales implican exposición, evaluación y consecuencias significativas para quien las enfrenta.

En el ámbito deportivo, los factores ansiógenos adquieren una manifestación particular, especialmente durante la competencia, momento en que los deportistas se enfrentan a demandas externas e internas que ponen a prueba sus recursos físicos y psicológicos. Spielberger (1983) plantea que cuando estos estímulos son interpretados como amenazantes, se incrementan los niveles de ansiedad-estado, sobre todo en contextos de evaluación externa, donde el desempeño es observado y juzgado por otros. En esta misma línea, Buceta (1998) identifica como principales factores ansiógenos en el deporte la presión por obtener resultados, el miedo al fracaso, las expectativas de entrenadores, familiares o compañeros, y las consecuencias derivadas de un bajo rendimiento.

De manera complementaria, Jaenes (2010) distingue entre condiciones externas, como la presión social o la relevancia de la competencia, y condiciones internas, como las expectativas personales y la incertidumbre frente al resultado. A su vez, Ruiz, et al. (2015) resaltan la autoexigencia y la valoración subjetiva de la importancia del evento como variables determinantes, enfatizando que la ansiedad depende en gran medida de la interpretación individual del deportista. Finalmente, Jaenes y Gómez (2010) proponen un modelo multidimensional que integra variables contextuales (nivel de competencia, presencia de público, visores o medios de comunicación), personales (autoestima, experiencia, autoconfianza) y sociales (expectativas y presiones del entorno deportivo y familiar).

En este sentido, los deportes competitivos, y en particular el fútbol, presentan características que los convierten en escenarios altamente propensos a generar ansiedad. La dinámica propia de la competencia —sumada a los retos, las evaluaciones constantes y las implicaciones personales y profesionales del desempeño— configura un entorno especialmente ansiógeno. Esta condición se intensifica en contextos de visorías deportivas, donde confluyen la evaluación externa, las expectativas personales y la posibilidad de un cambio significativo en la trayectoria del deportista (González et al., 2017; Núñez y García, 2017, citado en Lope y Solís, 2020). Por tanto, resulta pertinente indagar cómo se experimentan estos factores en dichos escenarios, considerando su impacto emocional y su relación con la ansiedad-estado.

4.4 Experiencia subjetiva

Según la Real Academia Española (2024), la experiencia es el conocimiento adquirido a través de los sentidos; es el haber vivido, sentido o presenciado algo proveniente del entorno. En consonancia, Castorina y Orce (2015) sostienen que la experiencia consiste en el hecho de sentir o conocer algo de manera personal e interna, integrando tanto la vivencia como su elaboración subjetiva.

Ahora bien, la experiencia no se limita al conocimiento derivado de las sensaciones, sino que constituye un componente esencial en la formación del sujeto, al contribuir a la construcción de la identidad y la autoconciencia. En este sentido, puede entenderse como un proceso dinámico mediante el cual el individuo interactúa con el mundo, interpreta lo que vive y lo incorpora en su

subjetividad. Dicho proceso transforma su manera de actuar, pensar y percibir la realidad (Amengual, 2007).

La experiencia funciona, por tanto, como un vínculo entre la percepción interna y la realidad externa, ya que lo vivido se interpreta a partir de la historia personal y de las experiencias previas de cada individuo. En este sentido, la experiencia es siempre subjetiva, puesto que, aunque dos o más personas atravesasen el mismo evento, la forma de sentirlo, pensarlo y narrarlo será distinta en cada una (Scott, 2001; Larrosa, 2006).

El concepto de experiencia, además, se compone de diversas características fundamentales. En primer lugar, es externa, ya que no se origina en el individuo, pero adquiere lugar en su interior y lo afecta de modo singular. Es también intencional, pues siempre está dirigida hacia algo o alguien; contextual, porque se ve influenciada por el entorno y la situación; temporal, al estar situada en un momento determinado; y existencial, en la medida en que se relaciona con la identidad y la existencia de las personas (Scott, 2001; Larrosa, 2006). Estos autores evidencian cómo la experiencia integra simultáneamente factores externos y una profunda relación con la interioridad del sujeto.

Por su parte, Van Manen (2016) plantea que la experiencia es siempre pre-reflexiva, es decir, conocimiento vivido antes de ser pensado o expresado. Una vez que la vivencia pasa por el lenguaje, deja de ser experiencia pura para convertirse en una interpretación de ella. De igual modo, la experiencia, en tanto realidad vivida, pertenece al ámbito de lo individual, y al intentar comunicarla a otros, inevitablemente pierde parte de su exactitud y sentido original.

En este marco, el presente trabajo, al indagar por la experiencia subjetiva de los jóvenes en contextos de veeduría deportiva, busca comprender cómo fue vivida dicha situación: qué sintieron, qué pensaron, cómo actuaron, qué aprendieron, de qué manera afrontaron el proceso y cómo este los transformó en términos de emociones, rendimiento deportivo y desarrollo personal.

4.5 Estrategias de afrontamiento

Las diversas situaciones que emergen en el fútbol, frecuentemente percibidas como desafíos y, en muchas ocasiones, como fuentes de ansiedad y estrés, representan demandas constantes ante las cuales los jóvenes deben responder utilizando distintas formas de afrontamiento. Estas formas de hacer frente a las situaciones vividas se conocen como estrategias de afrontamiento.

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), las estrategias de afrontamiento comprenden los mecanismos cognitivos y conductuales que las personas emplean para responder a las demandas ambientales o internas que perciben como difíciles de manejar. Estos esfuerzos son cambiantes, pues buscan adaptarse a las diferentes circunstancias que se presentan. Para comprender adecuadamente cómo piensa o actúa un individuo, es necesario considerar el contexto en el que se enfrenta a la situación. En la misma línea, Macías et al. (2013, citados por Londoño y Taborda, 2023) sostienen que las estrategias de afrontamiento implican la utilización de diversos recursos psicológicos presentes en el sujeto para responder ante experiencias ansiógenas.

En este sentido, cualquier acción que el individuo realice con el propósito de manejar una situación desafiante puede considerarse una estrategia de afrontamiento, independientemente de que su resultado sea adaptativo o no. Como explica García (2015), “al utilizar la palabra manejar se hace alusión a los modos en que el individuo aborda las situaciones desbordantes, que van desde minimizar, evitar, tolerar y aceptar, hasta intentar modificar el entorno” (p.37).

Las características individuales, tales como las creencias, valores, rasgos de personalidad y habilidades para resolver problemas, influyen de manera decisiva en la forma en que cada persona afronta las situaciones difíciles. Cada sujeto, desde su propia subjetividad, desarrolla modos particulares de interpretar y responder a los acontecimientos (Londoño et al., 2009, citado por García, 2015).

Lazarus y Folkman (1986) distinguen dos grandes estilos de afrontamiento, según el foco al que se orientan las acciones: el afrontamiento dirigido a la emoción y el afrontamiento dirigido al problema. El primero suele aparecer cuando el individuo percibe que no puede modificar la situación; el segundo, cuando considera que sí tiene posibilidades de intervenir en ella (Lazarus y Folkman, 1986).

Los estilos de afrontamiento centrados en la emoción buscan reducir o manejar el malestar emocional derivado del estrés o la ansiedad. Entre ellos se incluyen la búsqueda de apoyo social y emocional, la aceptación de la situación, la evitación o minimización de lo ocurrido, el enfoque en aspectos positivos de la experiencia, el apoyo religioso —que para muchas personas representa alivio y esperanza—, así como la realización de actividades físicas, la meditación y la relajación como medios para distraerse o autorregularse (Lazarus y Folkman, 1984, citados por Londoño y Taborda, 2023). También pueden surgir respuestas agresivas asociadas a la frustración, dirigidas hacia sí mismo o hacia los demás.

Por su parte, los estilos de afrontamiento orientados al problema pueden dividirse en dos tipos: aquellos que buscan modificar el entorno —por ejemplo, encontrar soluciones prácticas o actuar directamente sobre la situación—, y los que pretenden modificar los propios pensamientos y actitudes, mediante la reinterpretación cognitiva, el fortalecimiento de la autoeficacia o la búsqueda de nuevas alternativas (Lazarus y Folkman, 1984, citados por Londoño y Taborda, 2023).

Finalmente, las estrategias de afrontamiento utilizadas por los deportistas influyen directamente en su rendimiento deportivo. Cuando estas son adaptativas, permiten manejar eficazmente los niveles de estrés y ansiedad, favoreciendo la concentración y el desempeño físico. Por el contrario, las estrategias poco adaptativas pueden convertirse en un factor adicional que afecte de forma negativa el rendimiento durante la competencia.

4.6 Rendimiento deportivo

Para un deportista que aspira a convertirse en profesional, el rendimiento deportivo se convierte en un pilar fundamental. Gardner y Moore (2007, como se citó en Mañas et al., 2014) lo definen “como la correcta sincronización de las condiciones cognitivas, afectivas y fisiológicas que permiten adecuadamente que las habilidades aprendidas ocurran de una manera aparentemente sin esfuerzo o automática” (p.42). Complementando esta perspectiva, Guillén (2007) señala que los aspectos psicológicos son determinantes en el rendimiento óptimo, entre ellos: la capacidad de centrar la atención en los estímulos relevantes, el control de los estados emocionales —tanto positivos como negativos— y la autoeficacia, entendida como la percepción de sentirse capaz de realizar determinadas tareas. En ese sentido, el rendimiento deportivo implica poner en juego las habilidades entrenadas con un alto grado de confianza en las propias capacidades.

Por su parte, Pardo (2010) menciona que el rendimiento deportivo es “la capacidad que tiene un deportista de poner en marcha todos sus recursos bajo unas condiciones determinadas” (párr. 1). En la misma línea, Cortegaza y Luong (2015) lo conciben como un grado de eficacia que se evidencia tanto en los entrenamientos como en las competencias, medido por el logro de los objetivos establecidos. Asimismo, Vidaurreta y Mesa (2011) lo entienden como la unidad entre la ejecución y el resultado de las acciones deportivas en la competencia, valoradas según normas sociales o parámetros previamente definidos.

De acuerdo con lo anterior, el rendimiento deportivo puede entenderse como el grado de éxito alcanzado en la ejecución de las acciones motrices, técnicas y tácticas propias de cada disciplina. Dicho rendimiento se valora en función de los objetivos del deporte y de las normas socialmente compartidas, integrando así dimensiones físicas, psicológicas y sociales en la evaluación del desempeño del deportista.

5 Metodología

5.1 Tipo de investigación

Esta investigación se fundamenta epistemológicamente en el paradigma interpretativo, el cual concibe la realidad como una construcción social, donde la descripción y comprensión de los fenómenos se logra a partir de las múltiples realidades que emergen de la experiencia vivida por los individuos. Desde esta perspectiva, el conocimiento se construye de manera inductiva, partiendo de las experiencias particulares para alcanzar una comprensión más amplia del fenómeno. Además, este paradigma permite realizar una descripción profunda y detallada de las características presentes en la información recolectada (González, 2003).

En coherencia con esta visión, el estudio busca comprender las manifestaciones de ansiedad, los factores ansiógenos, las estrategias de afrontamiento y la percepción de su influencia en el rendimiento deportivo, a partir de las experiencias vividas por jóvenes futbolistas en contextos de veedurías deportivas.

5.2 Método de investigación

De acuerdo con los objetivos planteados, este estudio se desarrolla desde un enfoque mixto con predominancia cualitativa. El enfoque cualitativo permite comprender las realidades a partir de las experiencias subjetivas de los individuos, reconociendo que lo subjetivo constituye la clave para acceder a un conocimiento profundo y contextualizado (Flick, 2007). En esta línea, el conocimiento se construye a partir de los discursos de los agentes sociales que vivencian las situaciones, pues son ellos quienes les otorgan significado. Así, comprender el fenómeno implica acudir directamente a las voces de los deportistas.

Este enfoque permitirá explorar de manera profunda las experiencias subjetivas de futbolistas entre los 12 y 20 años de la región de Urabá que han participado en procesos de veedurías deportivas, indagando sobre sus manifestaciones de ansiedad, los factores asociados, las estrategias de afrontamiento y la percepción de su influencia en el rendimiento deportivo. Todo ello será evocado mediante el lenguaje, entendido como medio de interpretación y construcción de realidad (Galeano, 2016).

Además, este enfoque posibilita un abordaje interpretativo y reflexivo, que permite analizar el fenómeno en ambientes naturales, tal como se presentan en la vida cotidiana (Sampieri et al., 2010).

El método fenomenológico hermenéutico se considera el más adecuado para este estudio, ya que enfatiza que el sujeto es el principal conocedor de la realidad. Desde su experiencia situacional, el participante puede expresar, a través del discurso, el conocimiento que guarda en su conciencia (Van Mane, 2016). La fenomenología comprende la realidad como aquella que el sujeto vive en su subjetividad, y el ser humano es la fuente primaria del conocimiento.

Desde esta perspectiva, el discurso constituye el medio por el cual se accede a la experiencia. Cuando la vivencia es expresada mediante el lenguaje, deja de ser una vivencia inmediata y se transforma en una vivencia reflexiva, es decir, en una experiencia narrada e interpretada. Por ello, se buscará que los participantes describan sus experiencias tal como las vivieron, evitando interpretaciones o juicios, para que estas narraciones sirvan de base para un análisis reflexivo e interpretativo del fenómeno.

De manera complementaria, el componente cuantitativo de la investigación tiene un diseño no experimental, transversal y exploratorio, orientado a examinar la prevalencia de las manifestaciones de ansiedad en los procesos de veedurías deportivas. Es no experimental porque no se manipula la variable independiente (las veedurías deportivas), transversal porque la recolección de datos se realizará en un solo momento, y exploratorio debido a que se aborda un fenómeno poco estudiado en este contexto (Sampieri et al., 2010).

5.3 Población y muestra

Los participantes serán seleccionados mediante una estrategia combinada de portero y bola de nieve, aplicando un muestreo teórico o intencionado.

El portero actúa como informante clave que posee conocimiento sobre los actores sociales, los contextos y las situaciones de interés, facilitando el acceso del investigador a los escenarios de estudio (Galeano, 2016). En este caso, los entrenadores cumplirán ese rol, permitiendo el acercamiento a los equipos. A su vez, se utilizará la técnica de bola de nieve, mediante la cual los entrenadores contactados podrán referir a otros entrenadores que cumplan con los criterios de interés.

El muestreo teórico implica que la selección de los informantes se realiza con base en criterios argumentados y pertinentes para la comprensión del fenómeno (Galeano, 2016). En este sentido, la muestra estará conformada por 198 adolescentes, cuyas edades oscilan entre los 12 y 20 años, que hayan participado en veedurías deportivas de fútbol en la región de Urabá, durante un período no mayor a tres meses antes de la recolección de los datos. Los participantes pertenecen a 13 clubes deportivos de los municipios de Apartadó, Chigorodó y Turbo, entre los que se encuentran: Águilas, Estrellas 2000, F.C. Barcelona Turbo, Halcones F.C., La 25 Export, Las Flores, Los Pibes, Mingo F.C., Nuevos Talentos, Talento Necocliseño, Talentos Urabá, Turbo F.C. y Urabá Soccer. Esta distribución permite contar con una representación amplia y diversa del contexto futbolístico juvenil de la subregión. Se busca, así, que los participantes compartan su conocimiento derivado de la experiencia reciente vivida.

5.4 Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión definidos para la selección de los participantes son:

- Ser jugadores de fútbol entre los 12 y 20 años.
- Haber participado en una o varias veedurías deportivas en la región de Urabá.
- Que la última veeduría en la que participaron haya ocurrido en un periodo no mayor a tres meses.
- Aceptar la participación voluntaria en el estudio.

Cabe resaltar que el criterio más relevante será la voluntariedad y el consentimiento informado del participante para formar parte de la investigación.

5.5 Unidades de análisis

Serán unidades de análisis preliminares de estudio las siguientes: prevalencia de ansiedad y sus síntomas cognitivos, fisiológicos y somáticos; factores ansiógenos; percepción de influencia en el rendimiento deportivo; estrategias de afrontamiento.

5.6 Plan, técnicas e instrumentos de recolección de información

Para la recolección de la información, teniendo en cuenta que el estudio es Mixto con un componente cuantitativo y otro cualitativo, se utilizarán varios métodos, técnicas e instrumentos de recolección: para el objetivo específico 1, se utilizará la técnica del Cuestionario que consta de 3 apartados: 1. Datos sociodemográficos y deportivos; 2. Escala de ansiedad precompetitiva (SAS-2); y 3. Inventario de ansiedad de Beck (BAI); para los demás objetivos específicos, se utilizará la técnica de grupo focal.

El componente sobre datos sociodemográficos y deportivos fue diseñado para describir quienes participaron en el estudio y establecer correlaciones significativas, entre estas mismas y entre la prevalencia de la ansiedad.

En cuanto al SAS-S (Smith, et al., 2006), es un instrumento diseñado para evaluar los niveles de ansiedad competitiva en el contexto deportivo. Es una versión revisada del *Sport Anxiety Scale* original, que busca medir la ansiedad como un rasgo específico del deporte, centrada en las experiencias cognitivas, somáticas y atencionales del atleta ante situaciones competitivas. Está dirigido a deportistas adolescentes y adultos. Su forma de respuesta es tipo Likert de 4 puntos (de 1 = *nada* a 4 = *mucho*), está compuesto por **15 ítems**, distribuidos en tres subescalas:

1. Preocupación: pensamientos negativos sobre el desempeño o miedo al fracaso.
2. Desconcentración: dificultad para mantener la atención durante la competencia.
3. Ansiedad somática: respuestas fisiológicas como tensión muscular o incremento del ritmo cardíaco.

Por su parte, el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) (Beck, et al., 1988), utilizado en este estudio como forma complementaria de evidenciar los diferentes síntomas de ansiedad que no se enuncian en el SAS-S, es un instrumento de autoinforme que evalúa la intensidad de los síntomas de ansiedad en población clínica y no clínica. Fue desarrollado por Aaron T. Beck y colaboradores como parte de su enfoque cognitivo de la psicopatología, y permite diferenciar la ansiedad de la depresión. El instrumento contiene 21 ítems, cada uno relacionado con un síntoma común de ansiedad (p. ej., palpitaciones, temblores, sensación de ahogo, miedo), y se organiza en dos dimensiones principales:

1. Síntomas somáticos: manifestaciones físicas de la ansiedad.
2. Síntomas cognitivos: preocupaciones, miedo y pensamientos intrusivos.

Respecto a las técnicas cualitativas, el grupo focal se entiende como una entrevista grupal que busca captar el sentir, pensar y vivir de los participantes a partir de la interacción y el intercambio de experiencias (Hamui-Sutton y Varela-Ruiz, 2013). De igual forma, ha sido definida como una reunión semiestructurada en la que un grupo de individuos seleccionados discuten una temática de interés desde su experiencia personal (Korman, como se citó en Aigner, 2009; Escobar y Bonilla-Jiménez, s. f.), lo cual permite que emerjan sentimientos, creencias y reacciones que enriquecen el análisis (Gibb, 1997, citado en Escobar y Bonilla-Jiménez, s. f.).

En el contexto de esta investigación, el grupo focal se considera una técnica pertinente, ya que posibilita explorar la experiencia subjetiva de los jugadores, identificar los factores ansiógenos, reconocer las estrategias de afrontamiento y comprender la percepción que los deportistas tienen sobre la influencia de la ansiedad en su rendimiento deportivo. Además, al desarrollarse bajo la orientación de un moderador, esta técnica favorece la participación, el diálogo abierto y la construcción colectiva de significados, aspectos esenciales para el propósito interpretativo del estudio.

Los investigadores elaboraron un guion semiestructurado de preguntas, diseñado con base en los objetivos del estudio y en las categorías teóricas previamente establecidas. De acuerdo con Torrecilla (2006), este tipo de entrevista requiere un trabajo previo de planificación, orientado a definir los ejes temáticos que guiarán la conversación. No obstante, durante el desarrollo del grupo focal, si emergen aspectos relevantes que no hayan sido considerados o suficientemente profundizados, se formularán preguntas complementarias que permitan ampliar la comprensión de las experiencias relatadas y garantizar una visión más completa del fenómeno.

En ese sentido el instrumento que se utilizó fue una guía de entrevista que contenía, encuadre, datos sociodemográficos y preguntas sobre:

1. La experiencia antes y durante la veeduría deportiva, lo que pensó, sintió e hizo.
2. Los factores ansiógenos que emergieron en el objetivo de prevalencia de ansiedad y en la experiencia narrada por ellos.

3. los afrontamientos, es decir, lo que hicieron frente a eso que sentían y pensaban.
4. La percepción de ellos sobre las afectaciones de la ansiedad en el rendimiento.

5.7 Plan de análisis de la información

Para el objetivo específico 1, se realizará un análisis basado en la estadística descriptiva, la cual, según Flores (2009), “se refiere al estudio y análisis de los datos obtenidos en una muestra (n) y, como su nombre lo indica, describe y resume las observaciones obtenidas sobre un fenómeno, suceso o hecho” (p. 2). En la misma línea, Goss-Sampson (2019) señala que la estadística descriptiva permite organizar, resumir y representar los datos de manera clara y comprensible. Entre sus principales procedimientos se encuentran las medidas de tendencia central, medidas de dispersión, percentiles, medidas de distribución y la elaboración de gráficos descriptivos que facilitan la visualización de los resultados.

Por otra parte, el análisis de la información cualitativa se realizó bajo los lineamientos de la teoría fundamentada, cuyo propósito central es generar teoría a partir de los datos obtenidos directamente de los participantes. Este enfoque busca comprender cómo las personas construyen significados y sentidos a partir de sus experiencias (Sandín, 2003, citado por Hernández, 2010).

Dentro de la teoría fundamentada, se adoptó el diseño sistemático, el cual comprende tres etapas de codificación: abierta, axial y selectiva (Corbin y Strauss, 2007, citados por Hernández, 2010).

- En la codificación abierta, se revisan y analizan las entrevistas transcritas, realizando comparaciones constantes entre fragmentos de información para generar categorías conceptuales iniciales que otorguen sentido a los datos recolectados.
- En la codificación axial, se establecen relaciones entre las categorías y subcategorías previamente identificadas, reagrupando los datos que fueron fragmentados en la fase anterior con el fin de profundizar en sus conexiones y significados.
- Finalmente, en la codificación selectiva, se integran los hallazgos de las fases previas para construir una comprensión teórica más amplia y coherente del fenómeno estudiado, lo que

permite dar forma a una teoría emergente sustentada empíricamente en los relatos de los participantes.

5.8 consideraciones éticas

La presente investigación, al involucrar la participación de seres humanos y tener propósitos académicos, científicos y sociales, requiere la adopción de consideraciones éticas que garanticen el respeto, la protección y el bienestar integral de los participantes. Dichas consideraciones constituyen, según Barreto (2011), “las actuaciones a partir de las cuales los investigadores aplican los principios morales a un mundo concreto de la práctica” (p. 643). En consonancia con la Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos (UNESCO, 2005), los investigadores asumen la responsabilidad de promover el respeto por la dignidad humana, la integridad, la privacidad y los derechos de las personas involucradas en el estudio.

En el marco de la normativa colombiana, esta investigación se regirá por los principios jerárquicos establecidos en el artículo 13 de la Ley 1090 de 2006, correspondiente al Código Deontológico y Bioético del Psicólogo, los cuales orientan el ejercicio ético de la profesión:

- No maleficencia: procurar que ninguna acción investigativa genere daño físico, psicológico o social a los participantes.
- Beneficencia: promover el máximo beneficio posible, tanto para los participantes como para la comunidad académica y social.
- Autonomía: respetar la libertad de decisión de cada sujeto, garantizando su participación voluntaria mediante el consentimiento informado y, en el caso de menores de edad, el asentimiento del participante y la autorización de su representante legal.
- Justicia: asegurar la equidad en la selección de los participantes y la igualdad de trato durante todo el proceso investigativo (Congreso de la República de Colombia, 2006, p.5).

De igual modo, se observaron los lineamientos de la Resolución 8430 de 1993 del Ministerio de Salud de Colombia, particularmente lo dispuesto en su artículo 6, que establece la obligación de proteger a los sujetos de investigación y obtener su consentimiento libre, previo e informado. Asimismo, se atenderán los artículos 15 y 16, que señalan la necesidad de respetar los

principios morales, culturales y religiosos de los participantes, y de evitar cualquier forma de discriminación (Ministerio de salud, 1993).

En coherencia con lo anterior, la información recolectada será tratada de manera confidencial y anónima, garantizando la privacidad y el uso exclusivo de los datos con fines académicos y científicos. Además, se informará claramente a los participantes sobre los objetivos, procedimientos, posibles riesgos y beneficios del estudio, asegurando su derecho a retirarse del proceso en cualquier momento sin que ello implique perjuicio alguno.

5.8.1 Riesgos del estudio

Por otro lado, este estudio reconoce lo establecido por el Ministerio de salud (1993) en la Resolución 8430 de 1993 en cuanto a los niveles de riesgos de las investigaciones con seres humanos. Esta normativa clasifica los cuestionarios y las entrevistas como técnicas sin riesgos. Afirmando lo siguiente:

Artículo 11. Son estudios que emplean técnicas y métodos de investigación documental retrospectivos y aquellos en los que no se realiza ninguna intervención o modificación intencionada de las variables biológicas, fisiológicas, psicológicas o sociales de los individuos que participan en el estudio, entre los que se consideran: revisión de historias clínicas, entrevistas, cuestionarios y otros en los que no se le identifique ni se traten aspectos sensitivos de su conducta (p.3).

Sin embargo, diversos autores —entre ellos Mondragón (2007)— advierten que las técnicas de recolección de información, como las entrevistas, pueden implicar ciertos riesgos. Esto se debe a que dichos espacios de diálogo tienen el potencial de evocar recuerdos o experiencias emocionalmente difíciles para los participantes, lo cual podría reabrir heridas emocionales o generar malestar psicológico.

En este sentido, se reconoce la importancia de prevenir y mitigar los riesgos mínimos que puedan surgir durante el desarrollo del estudio. Para ello, los investigadores —en su calidad de psicólogos en formación— disponen de recursos personales y profesionales que les permiten

brindar contención emocional, mantener una actitud empática y formular las preguntas con sensibilidad y respeto, evitando causar daño o incomodidad innecesaria.

Asimismo, es pertinente señalar que no solo los participantes pueden verse expuestos a riesgos, sino también los investigadores, especialmente durante los desplazamientos o la ejecución de actividades de campo. Con el fin de reducir estos riesgos, los investigadores se encuentran amparados por la póliza estudiantil de la Universidad de Antioquia, la cual ofrece cobertura ante cualquier eventualidad que pueda presentarse durante el desarrollo de la investigación.

5.8.2 Beneficios para los participantes

En este punto resulta pertinente mencionar que esta investigación no tiene ninguna remuneración económica. Sin embargo, la participación en este estudio contribuirá a la construcción del conocimiento sobre las respuestas de estrés en el marco de las veedurías deportivas, lo que permitirá un acercamiento al entendimiento sobre el fenómeno explorado. Al finalizar el estudio, se llevará a cabo la devolución de resultados a todos los participantes. Vale decir que los participantes tendrán la posibilidad de solicitar información del estudio en cualquier momento que lo deseen.

5.8.3 Consentimiento informado

Ahora bien, para efectos de la investigación se tendrá en cuenta lo expresado por el Ministerio de Salud (1993) en su Resolución 8430 de 1993 sobre el **consentimiento informado**, considerado un derecho fundamental. Esta resolución en sus artículos 14 y 15, menciona que consentimiento informado es un acuerdo que se hace por escrito, donde el sujeto que posiblemente participará, o su representante legal en caso de ser menor de edad, avala la participación en la investigación con todos los conocimientos del estudio. Este deberá contener de forma clara y detallada la siguiente información:

La justificación y los objetivos de la investigación, los procedimientos que vayan a usarse y su propósito incluyendo la identificación de aquellos que son experimentales, las molestias o los riesgos esperados, los beneficios que puedan obtenerse, los procedimientos

alternativos que pudieran ser ventajosos para el sujeto, la garantía de recibir respuesta a cualquier pregunta y aclaración a cualquier duda acerca de los procedimientos, riesgos, beneficios y otros asuntos relacionados con la investigación y el tratamiento del sujeto, la libertad de retirar su consentimiento en cualquier momento y dejar de participar en el estudio sin que por ello se creen perjuicios para continuar su cuidado y tratamiento, la seguridad que no se identificará al sujeto y que se mantendrá la confidencialidad de la información relacionada con su privacidad, el compromiso de proporcionarle información actualizada obtenida durante el estudio, aunque ésta pudiera afectar la voluntad del sujeto para continuar participando. (Hernández, 2015, p.42)

Cabe resaltar que, al incluir la participación de menores de edad en esta investigación, será indispensable garantizar su protección y respeto conforme a las disposiciones éticas y legales vigentes. En este sentido, se presentará el consentimiento informado al representante legal del menor y, de manera paralela, se brindará al participante una explicación clara y comprensible sobre los objetivos, procedimientos y alcances del estudio, con el fin de obtener su asentimiento voluntario, tal como lo establece el artículo 26 de la Resolución 8430 de 1993 (Ministerio de salud, 1993).

Además, se enfatiza que el consentimiento no se limitará a la entrega de un documento por escrito, sino que se desarrollará como un proceso de diálogo y acompañamiento, en el cual el investigador ofrecerá toda la información necesaria para favorecer la comprensión del rol del participante y garantizar una decisión libre e informada. En este sentido, el documento de consentimiento se entenderá como la consecuencia de una conversación ética y reflexiva entre el investigador y el participante, conforme a las orientaciones del Colegio Colombiano de Psicólogos (2018).

5.8.4 Confidencialidad

Además de lo mencionado anteriormente, y conforme a los lineamientos de confidencialidad establecidos en la Resolución 8430 de 1993, artículo 8, “... se protegerá la privacidad del individuo, sujeto de investigación, identificándolo solo cuando los resultados lo requieran y éste lo autorice”. En coherencia con este principio, a las personas participantes se les

garantizará la protección de su información personal, asegurando que los datos recolectados sean almacenados de manera segura y que su identidad no sea revelada en ningún momento (Ministerio de salud, 1993).

En el caso de las entrevistas, se emplearán seudónimos para preservar el anonimato de los participantes. Asimismo, únicamente los investigadores y el asesor del estudio tendrán acceso restringido a la información durante las etapas de recolección, análisis y sistematización de los datos, antes de su publicación en el repositorio institucional.

Las entrevistas serán grabadas en formato de audio con la autorización previa de los participantes, y los archivos se conservarán en un equipo protegido con contraseña. Finalmente, se garantizará que ningún dato o contenido sensible sea divulgado de manera que pueda generar perjuicio o vulnerar los derechos de las personas involucradas.

5.8.5 Derechos de autor y propiedad intelectual

Finalmente, esta investigación estará regida bajo los preceptos de derechos de autor y propiedad intelectual propuestos en el Código de Ética en la Investigación de la Universidad de Antioquia, los cuales señalan el respeto por la propiedad intelectual, la referencia correcta del trabajo de otras personas, el compromiso de no cometer plagio y la difusión del material investigativo a la comunidad científica y sociedad sin desproteger la información de carácter confidencial (Universidad de Antioquia, 2015).

6 Resultados

En este apartado se presentan los resultados obtenidos a partir del proceso de recolección y análisis de la información. Los hallazgos se organizan en dos secciones: la primera corresponde al análisis cuantitativo, en el que se empleó estadística descriptiva para caracterizar la prevalencia de las manifestaciones de ansiedad en un grupo de deportistas durante su participación en las visorías deportivas; y la segunda, al análisis cualitativo, desarrollado con base en los lineamientos de la teoría fundamentada. Este último incluyó procesos de codificación abierta, axial y selectiva, que permitieron comprender la experiencia subjetiva de los deportistas, identificar los factores ansiógenos, reconocer las estrategias de afrontamiento y explorar su percepción sobre la influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo.

6.1 Prevalencia de la ansiedad en las veedurías deportivas

El presente capítulo expone los resultados derivados del análisis cuantitativo del estudio, cuyo objetivo principal fue identificar la prevalencia de los síntomas de ansiedad en los procesos de visorías deportivas de un grupo de jóvenes futbolistas del municipio de Apartadó, en la región de Urabá. Este análisis permite reconocer las manifestaciones emocionales que emergen en contextos de evaluación deportiva y su posible relación con variables sociodemográficas y deportivas.

Para la recolección de la información se aplicó un cuestionario estructurado compuesto por tres secciones. La primera incluyó datos sociodemográficos y deportivos, tales como lugar de residencia, edad, nivel educativo, categoría deportiva, club al que pertenece, tiempo de práctica o entrenamiento, importancia asignada a la veeduría, cantidad de veedurías en las que ha participado y número de ocasiones en que ha sido admitido. Esta sección permitió contextualizar a los participantes y establecer posibles asociaciones entre las condiciones personales, la trayectoria deportiva y las experiencias de ansiedad.

La segunda sección correspondió a la Escala de Ansiedad Precompetitiva en el Deporte (SAS-2), instrumento diseñado para evaluar los niveles de ansiedad que se presentan en los momentos previos a la competencia deportiva, a partir de tres dimensiones: ansiedad somática, preocupación y concentración. La tercera sección incluyó el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI),

ampliamente utilizado en el ámbito clínico y de la psicología del deporte para medir la intensidad de los síntomas fisiológicos y cognitivos de la ansiedad. La combinación de estos instrumentos permitió obtener una caracterización integral de las respuestas emocionales de los jóvenes futbolistas en el contexto de las visorías.

El análisis de los datos se realizó mediante estadística descriptiva, empleando medidas de frecuencia, tendencia central y dispersión. Este procedimiento permitió identificar la distribución de los síntomas de ansiedad y su prevalencia en la muestra, así como explorar patrones relacionados con las variables sociodemográficas y deportivas. Los resultados presentados en este capítulo constituyen una base empírica para la comprensión de cómo los procesos de selección y evaluación deportiva pueden influir en la experiencia emocional de los deportistas jóvenes, ofreciendo orientaciones para el acompañamiento psicológico y el diseño de estrategias de afrontamiento en contextos competitivos.

6.1.1 Datos sociodemográficos y deportivos

De la muestra total conformada por 195 participantes en el proceso de veeduría, se destaca que el 61,0 % reside en el municipio de Apartadó, seguido por Turbo (22,6 %) y Chigorodó (14,9 %). Solo un 1,5 % de los participantes proviene del municipio de Carepa (**Tabla 1**).

En cuanto al rango de edad —comprendido entre los 11 y 20 años—, se observa que los grupos más representativos corresponden a los 12 años (21,0 %) y 16 años (20,5 %), con una edad promedio de 14,9 años. Únicamente el 11,8 % de los encuestados era mayor de edad al momento de la evaluación.

Respecto al nivel educativo, el 96,4 % de los participantes se encontraba cursando estudios de educación básica o media (bachillerato), mientras que el porcentaje restante realizaba estudios superiores (técnicos o universitarios).

Tabla 1*Datos sociodemográficos*

Municipio de residencia	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
Apartadó	119	61.0 %	61.0 %
Carepa	3	1.5 %	62.6 %
Chigorodó	29	14.9 %	77.4 %
Turbo	44	22.6 %	100.0 %
Edad	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
11	3	1.5 %	1.5 %
12	41	21.0 %	22.6 %
13	19	9.7 %	32.3 %
14	19	9.7 %	42.1 %
15	27	13.8 %	55.9 %
16	40	20.5 %	76.4 %
17	23	11.8 %	88.2 %
18	13	6.7 %	94.9 %
19	8	4.1 %	99.0 %
20	2	1.0 %	100.0 %
Nivel educativo	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
6	18	9.2 %	9.2 %
7	32	16.4 %	25.6 %
8	20	10.3 %	35.9 %
9	35	17.9 %	53.8 %
10	26	13.3 %	67.2 %
11	57	29.2 %	96.4 %
Estudios técnicos	6	3.1 %	99.5 %
Pregrado	1	0.5 %	100.0 %

En el componente de competición y categorías deportivas (**Tabla 2**), se evidencia una distribución relativamente homogénea entre las categorías Sub-13, Sub-15 y Sub-17, que en conjunto representan el 86,7 % de la muestra. Aunque la categoría Sub-20 contó con 23 participantes (11,8 %), también constituye un grupo relevante dentro del proceso. El 1,5 % restante corresponde a tres participantes pertenecientes a la categoría Sub-11.

Durante el proceso participaron 14 clubes de la región. Los clubes Talentos de Urabá y Turbo F.C. aportaron conjuntamente el 46,1 % de la muestra. Asimismo, se destaca la participación de La 25 Export (14,9 %), Nuevos Talentos (12,8 %) y Los Pibes (10,3 %). El 15,9 % restante corresponde a jugadores de los otros nueve equipos participantes.

Tabla 2*Descripción de la muestra por categorías.*

Categorías	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
Sub-11	3	1.5 %	1.5 %
Sub-13	60	30.8 %	32.3 %
Sub-15	46	23.6 %	55.9 %
Sub-17	63	32.3 %	88.2 %
Sub-20	23	11.8 %	100.0 %
Club al que pertenece	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
Águilas	1	0.5 %	0.5 %
F.C Barcelona Turbo	1	0.5 %	1.0 %
Halcones F.C.	1	0.5 %	1.5 %
Estrellas 2000	1	0.5 %	2.1 %
La 25 Export	29	14.9 %	16.9 %
Las Flores	2	1.0 %	17.9 %
Los Pibes	20	10.3 %	28.2 %
Mingo Fútbol Club	12	6.2 %	34.4 %
Nuevos Talentos	25	12.8 %	47.2 %
Urabá soccer	16	8.2 %	55.4 %
Talento Necocliseño	1	0.5 %	55.9 %
Talentos de Urabá	45	23.1 %	79.0 %
Turbo F.C.	40	20.5 %	99.5 %
Urabá soccer	1	0.5 %	100.0 %
Tiempo que lleva entrenando en clubes	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
Entre 1 y 2 años	37	19.0 %	19.0 %
Entre 3 y 4 años	31	15.9 %	34.9 %
Entre 5 y 6 años	48	24.6 %	59.5 %
7 o más años	79	40.5 %	100.0 %

Respecto al tiempo de experiencia deportiva, se identificó que el 40,5 % de los participantes llevaba siete o más años entrenando en sus respectivos clubes, mientras que el 59,5 % restante reportó un tiempo inferior. Estos resultados sugieren trayectorias de formación prolongadas y consolidación deportiva en una parte significativa de los jóvenes.

En cuanto al tiempo transcurrido desde la última veeduría y la percepción de su importancia para el proyecto deportivo, se encontró que el 61,6 % de los participantes calificó la experiencia como sumamente determinante (valores entre 8 y 10), con una media de 7,66. La mayoría (53,3 %) había participado en una veeduría entre uno y tres meses antes del momento de la evaluación, mientras que el 46,7 % lo había hecho en el último mes (**Tabla 3**).

Tabla 3*Importancia y momento de la presentación de la veeduría.*

De 0 a 10 relevancia, ¿qué tan relevante, importante, determinante para tu vida y proyecto deportivo fue esa veeduría?	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
1	3	1.5 %	1.5 %
2	4	2.1 %	3.6 %
3	2	1.0 %	4.6 %
4	4	2.1 %	6.7 %
5	17	8.7 %	15.4 %
6	17	8.7 %	24.1 %
7	28	14.4 %	38.5 %
8	51	26.2 %	64.6 %
9	21	10.8 %	75.4 %
10	48	24.6 %	100.0 %
¿Hace cuánto tiempo participaste de la veeduría?	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
En la última semana	12	6.2 %	6.2 %
Hace 2 o 3 semanas	22	11.3 %	17.4 %
Hace un mes	57	29.2 %	46.7 %
Entre 1 y 3 meses	104	53.3 %	100.0 %

En la **Tabla 4** se observa que el 43,6 % de los participantes fue seleccionado en la veeduría correspondiente a su categoría, con excepción de la Sub-11, en la cual ninguno de los tres participantes fue escogido. El 52,3 % no fue seleccionado y el 4,1 % se encontraba pendiente de respuesta al momento del levantamiento de la información.

Se encontró una diferencia estadísticamente significativa entre la selección en la veeduría y la categoría deportiva. En las categorías Sub-17 y Sub-20 predominó la selección de los deportistas, mientras que en las categorías inferiores fue más frecuente no haber sido escogido.

Tabla 4*Seleccionados en la veeduría por categoría.*

¿Fuiste seleccionado en la veeduría?	Categorías						Valor p
	Sub 11	Sub 13	Sub 15	Sub 17	Sub 20	Total	
Sí	0	18	17	33	17	85	0,004
	0.0 %	30.0 %	37.0 %	52.4 %	73.9 %	43.6 %	
No	3	41	26	26	6	102	
	100.0 %	68.3 %	56.5 %	41.3 %	26.1 %	52.3 %	
Pendiente	0	1	3	4	0	8	
	0.0 %	1.7 %	6.5 %	6.3 %	0.0 %	4.1 %	
Total	3	60	46	63	23	195	
	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	

De manera similar, se identificó una asociación significativa entre el número de veedurías previas y la probabilidad de haber sido seleccionado (**Tabla 5**). Entre quienes habían participado en tres a cinco veedurías (56,6 %) y seis a ocho veedurías (50,0 %), predominó la selección, mientras que en los grupos con menor (1–2) o mayor (más de 9) número de participaciones, prevaleció el no haber sido seleccionados. Estos hallazgos permiten inferir que la experiencia acumulada influye positivamente en los resultados de selección.

Tabla 5*Seleccionados en la veeduría por cantidad de participación en procesos.*

¿Fuiste seleccionado en la veeduría?	¿En cuántas veedurías has participado?				Total	Valor p
	Entre 1 y 2	Entre 3 y 5	Entre 6 y 8	9 o más		
Sí	18	43	12	12	85	0,004
	26.9 %	56.6 %	50.0 %	42.9 %	43.6 %	
No	47	31	9	15	102	
	70.1 %	40.8 %	37.5 %	53.6 %	52.3 %	
Pendiente	2	2	3	1	8	
	3.0 %	2.6 %	12.5 %	3.6 %	4.1 %	
Total	67	76	24	28	195	
	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	

Asimismo, se halló una relación significativa entre el tiempo de entrenamiento en clubes y la probabilidad de selección (**Tabla 6**). Los participantes con siete o más años de experiencia fueron seleccionados en un 58,2 %, frente a un 36,7 % de no seleccionados. En el grupo con entre cinco

y seis años, los porcentajes fueron similares. Estos resultados sugieren que la trayectoria deportiva y la madurez competitiva inciden favorablemente en el rendimiento evaluado durante la veeduría.

Tabla 6

Seleccionados en la veeduría por tiempo que lleva entrenando en clubes

¿Fuiste seleccionado en la veeduría?	Tiempo que lleva entrenando en clubes				Total	Valor p
	Entre 1 y 2 años	Entre 3 y 4 años	Entre 5 y 6 años	7 o más años		
Sí	5	12	22	46	85	0,001
	13.5 %	38.7 %	45.8 %	58.2 %	43.6 %	
No	30	18	25	29	102	
	81.1 %	58.1 %	52.1 %	36.7 %	52.3 %	
Pendiente	2	1	1	4	8	
	5.4 %	3.2 %	2.1 %	5.1 %	4.1 %	
Total	37	31	48	79	195	
	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	

En síntesis, los análisis permiten concluir que el tiempo de entrenamiento, la categoría deportiva (especialmente en niveles superiores) y el número de participaciones en procesos de veeduría muestran una asociación estadísticamente significativa con la probabilidad de ser seleccionado. De los 195 participantes, 85 (43,6 %) lograron ser escogidos en la veeduría más reciente.

6.1.2 Prevalencia de síntomas de ansiedad

Tabla 7

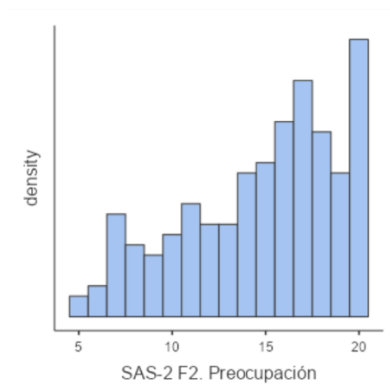
Análisis variables SAS-2 y BAI

	SAS-2 PT	SAS-2 F1. Somático	SAS-2 F2. Preocupación	SAS-2 F3. Desconcentración	BAI PT	BAI Somático	BAI Afectivo- Cognitivo
Media	33.0	8.34	14.8	9.85	13.1	7.29	5.85
Mediana	33	8	16	10	11	5	5
Moda	37.0	6.00	20.0	10.0	7.00	3.00	4.00
Desviación estándar	7.26	2.94	4.13	2.66	9.01	6.13	3.71
Varianza	52.6	8.65	17.1	7.09	81.1	37.6	13.7
RIC	9.50	4.00	6.00	4.00	9.00	6.00	5.00
Recorrido	37	13	15	13	49	37	16
Mínimo	15	5	5	5	0	0	0
Máximo	52	18	20	18	49	37	16
Asimetría	0.0611	1.10	-0.575	0.399	1.26	1.64	0.667
Curtosis	-0.356	0.760	-0.710	-0.0122	1.68	3.51	-0.257
Valor p de Shapiro- Wilk	0.653	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001
25percentil	28.0	6.00	12.0	8.00	7.00	3.00	3.00
50percentil	33.0	8.00	16.0	10.0	11.0	5.00	5.00
75percentil	37.5	10.0	18.0	12.0	16.0	9.00	8.00

En la **Tabla 7** se presentan los datos estadísticos del SAS-2 y el BAI, junto con sus respectivas variables, para la totalidad de la muestra.

Se observó que el mayor promedio de las variables del SAS-2 corresponde a la preocupación ($\bar{x} = 14,8$), lo que indica que esta fue la principal manifestación de ansiedad precompetitiva entre los participantes. Esta variable refleja inquietudes relacionadas con no competir bien, no dar lo mejor de sí mismo, tener un mal desempeño o desilusionar a los demás, evidenciando pensamientos anticipatorios de autovaloración negativa.

Sin embargo, la variable *preocupación* no cumple con el supuesto de distribución normal ($p < 0,001$), pues presenta una asimetría negativa (-0,575) y una curtosis baja (-0,710), lo que indica una distribución sesgada hacia valores altos (**Figura 1**).

Figura 1*Variable Preocupación (SAS-2).***Tabla 8***Prevalencia SAS-2 F2. Preocupación.*

SAS-2 F2. Preocupación			
P3. Me preocupa no competir bien			
	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
1. Nada	15	7.7 %	7.7 %
2. Un poco	40	20.5 %	28.2 %
3. Moderadamente	36	18.5 %	46.7 %
4. Mucho	104	53.3 %	100.0 %
P5. Me preocupa desilusionar a los demás			
1. Nada	43	22.1 %	22.1 %
2. Un poco	54	27.7 %	49.7 %
3. Moderadamente	31	15.9 %	65.6 %
4. Mucho	67	34.4 %	100.0 %
P8. Me preocupa no dar lo mejor de mí			
1. Nada	13	6.7 %	6.7 %
2. Un poco	41	21.0 %	27.7 %
3. Moderadamente	37	19.0 %	46.7 %
4. Mucho	104	53.3 %	100.0 %
P9. Me preocupa tener un mal desempeño			
1. Nada	29	14.9 %	14.9 %
2. Un poco	37	19.0 %	33.8 %
3. Moderadamente	34	17.4 %	51.3 %
4. Mucho	95	48.7 %	100.0 %
P11. Me preocupa arruinar todo durante la competición			
1. Nada	29	14.9 %	14.9 %
2. Un poco	59	30.3 %	45.1 %
3. Moderadamente	33	16.9 %	62.1 %
4. Mucho	74	37.9 %	100.0 %

A pesar de no cumplir el supuesto de normalidad, la variable Preocupación del SAS-2 destacó como la manifestación más frecuente de ansiedad cognitiva precompetitiva. En la **Tabla 8** se observa que la preocupación por no competir bien y no dar lo mejor de sí mismo, ambas con una intensidad de *mucho*, fueron las más frecuentes (53,3 % en ambos casos). Les siguió la preocupación por tener un mal desempeño durante la veeduría (48,7 %).

En contraste, los pensamientos relacionados con desilusionar a los demás o arruinar la competición mostraron niveles inferiores, lo cual podría reflejar que los participantes valoran la veeduría principalmente como una oportunidad de desarrollo personal y deportivo, más que como una fuente de evaluación social o de expectativa externa.

Tabla 9

Seleccionados veeduría y SAS-2 F2. Preocupación.

¿Fuiste seleccionado en la veeduría?	P5. Me preocupa desilusionar a los demás				Total	Valor p
	1. Nada	2. Un poco	3. Moderadamente	4. Mucho		
Sí	23	31	12	19	85	0,017
	53.5 %	57.4 %	38.7 %	28.4 %	43.6 %	
No	17	22	17	46	102	
	39.5 %	40.7 %	54.8 %	68.7 %	52.3 %	
Pendiente	3	1	2	2	8	
	7.0 %	1.9 %	6.5 %	3.0 %	4.1 %	
Total	43	54	31	67	195	
	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	

En la **Tabla 9** se observa una diferencia significativa en la preocupación por desilusionar a los demás ($p = 0,017$) entre los deportistas que fueron o no seleccionados en la última veeduría. Aquellos que manifestaron poca o ninguna preocupación por desilusionar a los demás fueron seleccionados con mayor frecuencia, mientras que quienes reportaron niveles moderados o altos de preocupación tendieron a no ser seleccionados. Esta diferencia evidencia la incidencia del componente cognitivo de la ansiedad —en particular, la autoexigencia asociada a la evaluación externa— sobre el desempeño durante el proceso de veeduría.

Las variables del SAS-2 correspondientes a los indicadores somáticos y de desconcentración, aunque tampoco cumplieron con el supuesto de normalidad, mostraron una tendencia hacia valores bajos, indicando baja presencia de síntomas fisiológicos o atencionales.

Respecto a la relación entre los síntomas somáticos y la selección (**Tabla 10**), se halló una diferencia significativa ($p = 0,015$). Los deportistas que no fueron seleccionados reportaron con mayor frecuencia malestar estomacal moderado (64,7 %), mientras que aquellos con malestar leve (un poco) fueron mayoritariamente seleccionados. Esto sugiere que la presencia moderada de síntomas fisiológicos puede interferir con el rendimiento durante la evaluación, mientras que un nivel leve de activación fisiológica podría estar dentro del rango de ansiedad funcional.

Tabla 10

Seleccionados veeduría y SAS-2 F2. Somático.

¿Fuiste seleccionado en la veeduría?	S6. Siento malestar estomacal				Total	Valor p
	1. Nada	2. Un poco	3. Moderadamente	4. Mucho		
Sí	61 42.7 %	18 62.1 %	3 17.6 %	3 50.0 %	85 43.6 %	0,015
No	77 53.8 %	11 37.9 %	11 64.7 %	3 50.0 %	102 52.3 %	
Pendiente	5 3.5 %	0 0.0 %	3 17.6 %	0 0.0 %	8 4.1 %	
Total	143 100.0 %	29 100.0 %	17 100.0 %	6 100.0 %	195 100.0 %	

En cuanto a los indicadores de desconcentración, la **Tabla 11** muestra asociaciones significativas entre la capacidad de concentración y el resultado de selección.

En el ítem “*me es difícil concentrarme en la competición*”, quienes no fueron seleccionados reportaron mayores niveles de dificultad (“moderadamente” y “mucho”), mientras que un 56,25 % de los seleccionados manifestó que no les fue difícil concentrarse.

De manera similar, en el ítem “*me cuesta concentrarme en lo que el entrenador me ha pedido que haga*”, las diferencias fueron significativas ($p = 0,034$). Los no seleccionados presentaron porcentajes más altos en las intensidades poca y moderada dificultad, lo que sugiere que la atención sostenida y la capacidad de seguir instrucciones pueden incidir directamente en el desempeño durante la evaluación.

Tabla 11*Seleccionados veeduría y SAS-2 F3. Desconcentración.*

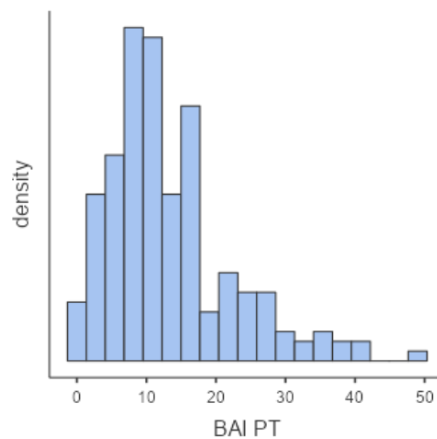
D1. Me es difícil concentrarme en la competición						
¿Fuiste seleccionado en la veeduría?	1. Nada	2. Un poco	3. Moderadamente	4. Mucho	Total	Valor p
Sí	26	51	5	3	85	0,015
	56.5 %	44.3 %	18.5 %	42.9 %	43.6 %	
No	16	62	20	4	102	
	34.8 %	53.9 %	74.1 %	57.1 %	52.3 %	
Pendiente	4	2	2	0	8	
	8.7 %	1.7 %	7.4 %	0.0 %	4.1 %	
Total	46	115	27	7	195	
	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	
D15. Me cuesta concentrarme en lo que el entrenador me ha pedido que haga.						
¿Fuiste seleccionado en la veeduría?	1. Nada	2. Un poco	3. Moderadamente	4. Mucho	Total	Valor p
Sí	28	41	7	9	85	0,034
	52.8 %	44.1 %	21.2 %	56.3 %	43.6 %	
No	25	46	25	6	102	
	47.2 %	49.5 %	75.8 %	37.5 %	52.3 %	
Pendiente	0	6	1	1	8	
	0.0 %	6.5 %	3.0 %	6.3 %	4.1 %	
Total	53	93	33	16	195	
	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	100.0 %	

Respecto al Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), se obtuvo una media de 13,1 y una mediana de 11, lo que indica la ausencia o presencia mínima de síntomas de ansiedad durante la veeduría. En consecuencia, aproximadamente la mitad de los participantes se ubica dentro de un rango no clínico de ansiedad.

La distribución del BAI presenta una asimetría positiva (1,26) y una curtosis alta (1,68), lo que indica una concentración de los datos hacia valores bajos. Este patrón confirma la no normalidad de la distribución ($p < 0,001$). (**Figura 2**).

Figura 2

Distribución del Inventario de Ansiedad de Beck (BAI).



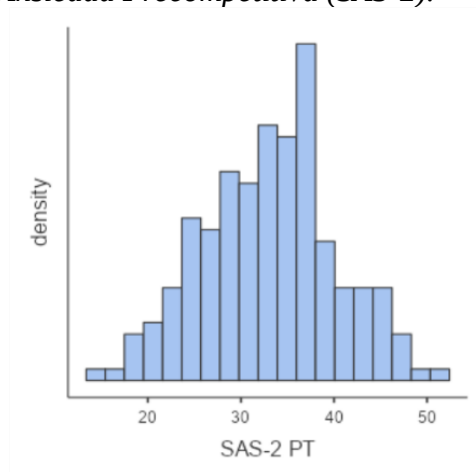
Las variables somáticas y afectivo-cognitiva del BAI tampoco cumplieron el supuesto de normalidad.

- La dimensión somática presentó una asimetría positiva (1,64) y una curtosis alta (3,51), evidenciando baja intensidad de síntomas fisiológicos como *temblores, palpitaciones, dificultad para respirar o sensación de ahogo*.
- La dimensión afectivo-cognitiva mostró una asimetría moderada (0,667) y baja curtosis (-0,257), con un promedio de 5,85, reflejando manifestaciones leves de *nerviosismo, miedo a perder el control o sensación de pánico*.

En conjunto, estos hallazgos indican que los participantes experimentaron síntomas ansiosos leves y no disruptivos durante la veeduría.

El análisis comparativo entre los puntajes totales del SAS-2 y el BAI mostró que el primero cumple el supuesto de distribución normal (**Figura 3**), lo que respalda la validez de las inferencias realizadas sobre la ansiedad precompetitiva. En cambio, el BAI, diseñado principalmente para contextos clínicos, no presentó una distribución normal, lo cual es esperable en una población no clínica como la analizada.

No obstante, dada la naturaleza exploratoria de la investigación, los resultados del BAI aportan información valiosa para comprender la amplitud de las manifestaciones ansiosas, incluso en intensidades leves.

Figura 3*Distribución de la Escala de Ansiedad Precompetitiva (SAS-2).***Tabla 12***Correlaciones Rho de Spearman variables SAS-2 y BAI.*

	SAS-2 PT	SAS-2 F1. Somático	SAS-2 F2. Preocupación	SAS-2 F3. Desconcentración	BAI PT	BAI Somático	BAI Afectivo- Cognitivo
SAS-2 PT	—						
SAS-2 F1. Somático	0.705	—					
SAS-2 F2. Preocupación	0.754	0.234	—				
SAS-2 F3. Desconcentración	0.718	0.518	0.262	—			
BAI PT	0.647	0.598	0.357	0.594	—		
BAI Somático	0.561	0.628	0.239	0.523	0.928	—	
BAI Afectivo-Cognitivo	0.635	0.447	0.461	0.551	0.863	0.632	—

Todas las correlaciones presentan un valor p de sig. < 0,001

Finalmente, la **Tabla 12** presenta las correlaciones Rho de Spearman entre las variables del SAS-2 y el BAI.

Se observó una correlación muy alta entre la intensidad total de síntomas de ansiedad (BAI total) y su componente somático ($r = 0,928$), lo cual resulta coherente al provenir del mismo instrumento.

Destaca también una correlación moderada entre el SAS-2 total y las variables del BAI, especialmente con el componente afectivo-cognitivo ($r = 0,635$). Esto sugiere que la ansiedad precompetitiva manifestada por los deportistas tiene un componente predominantemente afectivo y cognitivo, más que fisiológico.

En general, los resultados indican que, aunque la ansiedad precompetitiva se mantiene dentro de niveles adaptativos, la preocupación por el desempeño y la valoración externa emergen como los principales factores asociados con la experiencia ansiosa de los deportistas durante las veedurías.

6.2 Experiencia subjetiva, factores ansiógenos, recursos de afrontamiento y percepción de influencia de la ansiedad en el rendimiento, de las veedurías deportivas.

Los resultados obtenidos a partir de los relatos de los participantes que formaron parte de los grupos focales se presentarán organizados en cuatro categorías que corresponden a los cuatro objetivos específicos de carácter cualitativo, los cuales son: Experiencia subjetiva, factores ansiógenos, estrategias de afrontamiento a la ansiedad y percepción de los deportistas sobre la influencia de la ansiedad en su rendimiento.

6.2.1 Experiencia subjetiva en contextos de visorías deportivas

Tabla 13

Categorías y subcategorías de la experiencia subjetiva en visorías deportivas

	Categorías	Subcategorías	Descripción
Experiencia subjetiva en contextos de visorías deportivas	Emociones y expectativas de progreso deportivo		Visorías experimentadas con intensidad emocional y deseo de superación y motivación por destacar, así como con nervios y temor ante la posibilidad de no ser seleccionado.
	Autoconfianza y duda personal		Experiencias ambivalentes de seguridad y duda en las capacidades deportivas
	Experiencia de ansiedad en contexto de visorías deportivas	Cognitiva	Pensamientos anticipatorios o preocupaciones sobre el desempeño, la evaluación y los posibles resultados.
		Fisiológica	Reacciones fisiológicas en las visorías, como aumento de la frecuencia cardíaca, sudoración, etc.
		Conductual	Manifestaciones conductuales de la ansiedad, como dificultades en la ejecución, temblores, etc.
	Frustración y malestar emocional por resultado adverso		Describe las emociones desagradables que surgen cuando los resultados no son los esperados

Esta categoría hace referencia a la forma en que los deportistas viven de manera personal su participación en las visorías deportivas, considerando los pensamientos, sensaciones, emociones y acciones que emergen antes y durante el evento deportivo. Siguiendo a Scott (2001) y a Larrosa (2006), la experiencia no es una descripción objetiva de los hechos, sino una interpretación singular que se configura desde la historia personal, las emociones y las expectativas de cada jugador.

En este caso, la experiencia subjetiva de las visorías deportivas es ambivalente. Por un lado, los deportistas la viven con expectativas de progreso deportivo, confianza y motivación; por otro lado, se experimentan ansiedades, desconfianza en las capacidades y hasta con malestar psicológico, producto de lo retador de la experiencia y de las situaciones adversas que se presentan.

6.2.1.1 Emociones y expectativas de progreso deportivo

Esta categoría hace referencia a los estados afectivos y a las aspiraciones de mejora que emergen en los deportistas ante la importancia del evento como vía para avanzar en su trayectoria deportiva. Se evidencia que los deportistas viven las veedurías como momentos decisivos, en los que se entrelazan las ilusiones por progresar y la carga por destacar.

Los relatos muestran que los participantes experimentan diversas emociones (agradables y desagradables) ante la posibilidad de lograr o no metas profesionales con su participación en las veedurías: *“Yo sentí felicidad porque de pronto me iban a coger con un equipo mejor e iba a estar más cómodo en ese equipo. También porque iba a poder salir adelante con el fútbol”* (D3GF3); *“Cuando me dijeron que iba a realizar una veeduría me sentía muy feliz porque es una oportunidad muy grande, es un sueño de uno y asustado pensando en que iba a hacer las cosas mal, que no me iban a escoger, que no iba a poder estar en esos grandes equipos”* (D4GF3).

Al mismo tiempo, emergió la motivación por rendir al máximo y nerviosismo por la posibilidad de no ser seleccionados: *“Sentía nervios porque quería demostrar y hacer las cosas bien para quedar en el equipo.”* (D3GF2); *“En la mente yo siempre me decía: ‘eh, que me den el balón, dame el balón para mostrar’. Eso me lo repetía en la mente, tratando de pensar en cómo hacer las cosas bien”* (D1GF4); *Mi pensamiento primero fue darlo todo y quedar seleccionado, ese era mi objetivo.”* (D2GF3); *“Cuando me enteré de la veeduría me sentía muy nervioso, porque era una nueva experiencia para mí y quería dar lo mejor de mí. Era un reto muy grande para mí, algo nuevo, y yo quería pasar”* (D5GF3).

De igual manera, los participantes relatan diversas formas de preparación mental y conductual previas al evento, orientadas a maximizar su rendimiento y afrontar la incertidumbre: *"Un día antes, en la noche, estuve mentalizándome: voy a darla toda, a hacer lo mejor posible"*. (D1GF2); *"Cuando el profesor me dijo que tenía que ir a una veeduría, una de las cosas que pensé fue que, si me iban a elegir, debía acostarme temprano para estar descansado y rendir más."* (D6GF2); *"Le oraba a Dios. Yo siempre le pido a Dios, porque hay que pedirle para poder pasar, y eso era lo que pensaba"* (D1GF4).

En conjunto, estas expresiones muestran cómo los deportistas experimentan las visorías como un momento decisivo en su proceso deportivo, en la que se combinan emociones intensas y expectativas de progreso. En la experiencia de los deportistas coexisten tanto emociones agradables (alegría), como emociones desagradables (miedo), relacionadas con la posibilidad de alcanzar o no las metas en el fútbol.

6.2.1.2 Autoconfianza y duda personal

Esta categoría se refiere a las valoraciones que los deportistas hacen sobre sus capacidades en contextos de veedurías deportivas. En ese sentido, la autoconfianza se define como la certeza que tiene el deportista sobre sus habilidades y posibilidad de lograr el éxito en la tarea. Mientras que la duda personal, alude a la falta de convicción sobre sus capacidades para el logro de los objetivos, que en este caso es ser escogidos (Dosil, 2004 como se citó en González-Campos, 2014).

En algunos casos, los deportistas manifestaron que tuvieron una actitud de confianza en su desempeño, mostrando seguridad en las habilidades y tranquilidad en el proceso deportivo:

"Yo no pensaba en cosas negativas. Yo decía: 'Ah, no, yo voy a hacer lo que sé hacer. Si me van a escoger, pues que me escojan por lo que sé, no porque me toque inventar.'" (D1GF1); añadiendo: *"Yo confío en mis capacidades, tengo las mismas que ellos o puedo superarlos. Uno tiene que creer en uno mismo, porque si uno no se la cree, ¿quién más se la va a creer?" (D1GF1);* *"...durante la veeduría no pensaba en muchas cosas, solamente pensaba en jugar y ya. Sensación corporal, ninguna, neutra totalmente, porque siempre me relajaba, hablaba con mis padres. Ellos me decían que estuviera tranquilo e intentaba hacer lo mejor posible" (D3GF1);* *"Mi pensamiento siempre es: yo voy a sobresalir más que todos, porque yo sé por lo que trabajé y no me desmerito"*(D3GF1).

Sin embargo, otros deportistas expresaron una menor autoconfianza, acompañada de nerviosismo e inseguridades: " *Muchas veces sí dudaba de mis capacidades, pensaba que los demás eran mejor que yo, aunque sé que tengo lo necesario para mostrarlo en unas veedurías* (D4GF1).

Asimismo, esto se evidenció en quienes afrontan por primera vez este tipo de procesos: " *Era la primera vez, no estaba experimentado en veedurías, era la primera vez que jugaba, estaba nervioso, y no me sentía capaz de jugar en ese partido muy bien como el profe lo esperaba*" (D2GF3)

En resumen, la autoconfianza y la duda personal emergen como dos polos que conforman la experiencia subjetiva, manifestándose de manera diferente según las experiencias previas y la percepción individual del evento.

6.2.1.3 Experiencia de ansiedad en contexto de visorías deportiva

La ansiedad emerge como una vivencia central dentro de la experiencia subjetiva de los deportistas en las visorías deportivas. Esta se refiere a un estado de tensión emocional que surge ante la anticipación de situaciones percibidas como amenazantes e incontrolables donde el sujeto orienta su atención a las circunstancias aversivas o a al estado afectivo (Barlow, 2002, como se citó en Clark y Beck, 2012). Esta tensión se manifiesta de forma multidimensional, abarcando componentes cognitivos, fisiológicos y conductuales (Clark y Beck, 2012).

6.2.1.3.1 Manifestaciones cognitivas de la ansiedad

La subcategoría "Manifestaciones cognitivas de la ansiedad" hace referencia a los procesos mentales que se activan ante la anticipación de una situación valorada como amenaza, que, en este caso, son los procesos de visorías deportivas. (Lang, 1968 como se citó en Martínez-Monteagudo et al., 2012). Esta dimensión se expresa a través de pensamientos anticipatorios, evaluaciones internas, emociones de miedo o temor, alteraciones en los procesos atencionales y preocupaciones relacionadas con el desempeño y con las posibles consecuencias personales y sociales del resultado obtenido.

Los relatos evidencian que esta forma de ansiedad se manifiesta de diversas maneras, siendo una de las más recurrentes **el miedo a cometer errores o fracasar**, presente tanto antes como durante la visoría deportiva.

Antes del proceso de selección, los participantes expresan esta vivencia de la siguiente manera: “*Un día antes sentía miedo porque de pronto lo iba a hacer todo mal y no me iban a escoger*” (D3GF3); “*Uno siempre piensa en el error, en equivocarse, ¿qué pasa si lo hago mal, si no gusto? ¿Y si me devuelven y ya no me vuelven a llamar, no me dicen nada, no me tienen en cuenta?*” (D3GF1).

Durante la competencia, los pensamientos catastróficos sobre la posibilidad de equivocarse o fracasar tienden a intensificarse, afectando la concentración y el desempeño: “*Durante el partido pensaba que no me iban a escoger; me equivocaba bastante, no daba buenos pases por los nervios. Sentí miedo, no sé cómo decirlo, pero fue como temor de no hacerlo bien*” (D1GF3); “*Pensaba que lo estaba haciendo mal, que yo no sé jugar, que no me van a escoger*” (D2GF4).

Los errores son percibidos como una amenaza directa a la posibilidad de no ser seleccionados. Algunos jugadores señalan que estos fallos se interpretan como indicadores de su capacidad futura, generando sentimientos de estancamiento:

Lo primero que se me venía a la mente era que, de pronto, por esos mínimos errores no fuera a quedar, sino que por esos mínimos errores fueran a pensar que eso era lo que yo podría demostrar más adelante o quedarme ahí estancado en vez de avanzar. (D4GF1)

Asimismo, surge el temor a ser sustituidos y perder la oportunidad:

Pensaba que me iban a decir que me saliera del partido, que no estaba jugando bien. También sentía mucho pánico porque de pronto me decían que jugaba mal, que tiraba los pases mal, entonces de pronto me sacaban, me sustituían por otro y perdía la oportunidad de entrar en otro equipo mejor. (D3GF3)

Cometer un error provoca, además, un aumento de la ansiedad y una pérdida de confianza:

En la primera jugada que te equivoques entras en una montaña rusa y te bajan los ánimos; te empiezas a equivocar más. Si la haces bien, alzas pecho, pero si la haces mal, agachas

la cabeza, miras para el cielo, te tocas los guayos, te subís las medias, y uno como que quiere que lo trague la tierra, como detener el tiempo. (D3GF1)

Estos testimonios reflejan cómo la ansiedad cognitiva, caracterizada por pensamientos anticipatorios, miedo al error y preocupación constante por el desempeño, se configura como una experiencia significativa dentro del proceso deportivo, afectando tanto los momentos previos como el desarrollo de la visoría. En consecuencia, la mente del jugador permanece centrada en el posible fracaso, generando una disminución de su seguridad y concentración.

Otro componente relevante dentro de esta subcategoría es **el temor a defraudar a la familia**, pensamiento que aparece con frecuencia durante las visorías: “*Sí me sentía como con nervios, porque yo decía: mi mamá estando por acá en Apartadó, entonces que no la fuera a decepcionar, porque ella está haciendo una inversión muy grande y pues nada*” (D4GF1).

Lo principal era no defraudar a mis padres por la inversión que estaban haciendo. Me preocupaba porque yo me preguntaba: ¿dónde yo los defraude y no salgan las cosas como yo quiero o como ellos lo tienen planeado para mí?, me sentiría mal. (D1GF1)

Estas expresiones evidencian que el vínculo familiar, aunque puede ser una fuente de motivación y sentido, también se convierte en una carga emocional adicional para los deportistas, al sentirse responsables del sacrificio y las expectativas de sus padres.

De manera complementaria, los relatos muestran la presencia de pensamientos de **autoexigencia y presión por ser seleccionados**, que intensifican la ansiedad al asumir la selección como el único resultado posible: “*Pensaba que tenía que pasar, siempre pienso que tengo que pasar, que me tienen que escoger*” (D2GF4).

Este tipo de pensamiento, de carácter dicotómico o de “todo o nada”, refleja una visión rígida del rendimiento y constituye una fuente adicional de presión psicológica.

Por otra parte, algunos deportistas mencionan que la experiencia de desplazarse a contextos nuevos para participar en las visorías genera ansiedad ante **la incertidumbre y el cambio ambiental**, especialmente por el alejamiento de la familia y la exposición a escenarios desconocidos:

Cuando iba en el bus, sí sentía nervios; me venían cosas a la cabeza como: primera vez que dejo a mi familia, yo nunca había estado así, lejos de ellos. Y cuando llegué a la casa

hogar, uno con gente que no conocía, estaba asustado, pa' qué, estaba asustado, asustado.
(D5GF1)

Finalmente, se evidencia que los jugadores presentan **dificultades para mantener la atención en el juego**, posiblemente debido a la interferencia cognitiva generada por los pensamientos ansiosos: *“Durante el juego, me desconcentraba a veces, miraba a las gradas y eso me desconcentraba”* (D5GF3); *“Puede que esté en el partido, pero yo no dejo de pensar en otras cosas”* (D1GF2); *“Yo sentía nervios y desconcentración durante el juego, más que todo estaba concentrado en pensar si será que la estoy haciendo bien, ¿será que tengo que mejorar algo?”* (D2GF4).

En síntesis, la ansiedad cognitiva se configura como una experiencia compleja y transversal dentro del proceso de visorías deportivas. Los jugadores experimentan pensamientos centrados en el error y el fracaso, temor a defraudar a sus familias, autoexigencia, incertidumbre y dificultades atencionales, elementos que en conjunto comprometen la concentración, la confianza y, por ende, el rendimiento deportivo.

6.2.1.3.2 Manifestaciones fisiológicas de la ansiedad

Esta subcategoría hace referencia a la activación fisiológica de ansiedad que experimentan los deportistas ante una situación percibida como amenazante, las cuales se evidencian en síntomas como frecuencia del ritmo cardíaco acelerado, sudoración, sensación de ahogo, etc., y son producto de una activación del sistema nervioso autónomo, somático y central (Lang, 1968 como se citó en Martínez- Monteagudo et al., 2012). Se constata diversas expresiones de esta dimensión, sobre todo durante la competencia.

Algunos describen en sus testimonios reacciones físicas intensas antes y durante el proceso relacionadas con el aumento del ritmo cardíaco: *“uno se despierta la mañana siguiente y cuando ya va yendo a jugar uno siente como como si se le acelerara el corazón”* (D3GF4); *“Pues al comienzo del partido, los primeros cinco minutos sentía que el corazón se me aceleraba un poco fuerte y algunas veces sentía como que un temblor en el cuerpo”* (D1GF2); *“Durante el partido sentía aceleración del corazón y sentía como escalofríos”* (D3GF4).

Otros expresaron una sensación de pesadez o ahogo (opresión torácica), sintiendo el cuerpo en tensión y malestar: *“En el cuerpo sentía como algo en el pecho, como si me estuviera ahogando”* (D2GF3); *“En el cuerpo sentía temblor, me sentía pesado, sentía que no podía jugar, que si me movía o hacía algo me decían que estaba jugando mal, que me iban a sacar”* (D3GF3).

Por otro lado, también se experimentó aumento de la temperatura corporal, cosquilleo abdominal, sensación de escalofrío y sudoración en las manos: *“cuando uno ya está metido en el juego ahí es donde te viene la presión encima a uno, sentía nervios, un fogaje que le entra a uno”* (D5GF2); *“uno siempre al principio siente nervios o siente esas esas cosquillitas en la barriga que uno lo dice así pues que es nervios”* (D2GF1); *“Me daba un nervio. Nervio, escalofrío en el cuerpo, sentía el cuerpo pesado”* (D1GF4); *“Durante el partido, tenía mucho sudor en las manos y temblor”* (D3GF2).

Finalmente, la experiencia subjetiva de algunos participantes se compone de un miedo intenso. Así lo expresa un participante: *“sentí pánico, mucho miedo, temblaba”* (D1GF3).

De manera general, la ansiedad se manifiesta en el cuerpo de formas diversas, reflejándose en aumento de la temperatura corporal, cosquilleo abdominal, aceleración del ritmo cardiaco, sensación de opresión torácica y escalofríos generalizados. Estos hallazgos permiten inferir que cada experiencia humana es única y que el cuerpo responde de manera particular ante una misma situación ansiógena.

6.2.1.3.3 Ansiedad motora

Esta categoría hace referencia a las expresiones conductuales observables que resultan del aumento de la activación de las dimensiones de ansiedad, fisiológica y cognitiva, en contextos de veedurías deportivas (Lang, 1968, como se citó en Martínez- Monteagudo et al., 2012). Los relatos muestran que durante la visoría se presentan alteraciones en la ejecución motora, como temblores y errores técnicos.

Algunos participantes expresaron sensación de temblor muscular: *“Las manos me sudaban y temblaba, algunas veces los pies me temblaban y eso me hacía como que cometer errores, dar pases malo o perdía el balón”* (D4GF3); *“En el cuerpo sentía temblor en las manos y en los pies”* (D6GF2).

Otros participantes relataron que tuvieron errores en su ejecución por los nervios: *"Me equivocaba bastante, no daba buenos pases por los nervios..."* (D1GF3); *"Empecé a jugar mal al momento, no tocaba bien el balón, cometía muchos errores"* (D2GF3); *"me tiraban los balones, no los controlaba bien y no los tiraba bien, entonces pensaba en que no iba a quedar"* (D4GF2).

De la misma manera, los deportistas señalan que el cometer errores en la ejecución provocaba que luego activaran conductas de evitación en cuanto a la recepción del balón: *"Sentía muchos nervios y cuando tiraba la pelota me azaraba y me desconcentraba mucho; tiraba los pases mal en muchos momentos"* (D6GF2); *"A veces daba los pases mal, tenía nervios que me tiraran el balón, entonces mejor a veces que no me lo pasaran"* (D5GF3).

En conjunto, estas expresiones de los participantes reflejan cómo la ansiedad motora se experimenta de manera frecuente en este contexto, ocasionando que los deportistas no ejecuten de manera adecuada los distintos movimientos.

6.2.1.4 Frustración y malestar emocional por resultado adversos

En esta sección se aborda la frustración y el malestar emocional frente a resultados adversos. Esta se refiere a la sensación subjetiva de ausencia o disminución del bienestar y la presencia de incomodidad cuando el esfuerzo, los deseos y las expectativas del deportista no coinciden con los resultados y objetivos esperados (Berenzon et al., 2014; Coon, 2001; Ríos et al., 2015, como se citó en Ventura-León et al., 2018). A continuación, se presentan los testimonios de dos participantes:

Me hicieron varios goles y yo creo que desde ahí me decaí mentalmente, porque ya en eso iban 4 goles y sabía que había sido mi error y que no me iban a escoger, que no iba a ser seleccionado, entonces ya me rendí a que me hicieran más goles. Después de terminar, vi que no pasé y me quité un peso de encima, dije hoy no fue. Pero durante el partido estaba muy mal, ya una goleada y yo ya estaba desanimado. (D1GF2)

Cuando me dijeron que yo no había pasado le conté a mi madre, estuve desanimado, no fui unos días a entrenar, (...) empiezo a reparar, a cuestionarme yo mismo, a decir, por ejemplo, ¿por qué no toque en una ocasión que tenía que hacerlo? Me empiezo a juzgar yo mismo y me siento mal. (D2GF3).

Se observa cómo el malestar emocional y la frustración se manifiestan en diferentes momentos, en el primer testimonio ese malestar aparece durante la veeduría ante un resultado inesperado, y resulta llamativo que dichas emociones disminuyen al finalizar el evento, esto se evidencia en la expresión “*me quité un peso de encima*”, que refleja el alivio del participante y la posible falta de deseo de continuar en la situación evaluativa. En el segundo testimonio se puede notar cómo el malestar aparece después de la veeduría y se prolonga en el tiempo, dando lugar a procesos de autocrítica, reproche por acciones pasadas e incluso intentos de deserción.

En conjunto, las veedurías constituyen experiencias que, en algunos casos, generan frustración y malestar emocional, emergiendo como posibles factores de riesgo para los jugadores que participan en estos procesos, lo que evidencia la importancia de contar con personal especializado en acompañamiento emocional y contención psicológica, dado que la veeduría representa un evento altamente significativo en el desarrollo y proyección deportiva de los participantes.

6.2.2 Factores ansiógenos en las veedurías deportivas

Tabla 14

Categorías y subcategorías de factores ansiógenos en las veedurías deportivas

Categorías	Subcategorías	Descripción
Factores ansiógenos en las visoría deportivas	Sociales y familiares	Expectativas familiares sobre el rendimiento
		Presión psicológica que experimenta el deportista al sentir que debe cumplir con las expectativas familiares sobre su rendimiento
	Agentes deportivos	Evaluación social de espectadores
		Ansiedad generada por la observación y evaluación de espectadores durante la visoría
	Agentes deportivos	Evaluación de visores
		Ansiedad que produce ser observado y evaluado por los visores deportivos
	Agentes deportivos	Expectativas de entrenadores y patrocinadores
		Ansiedad derivada de la necesidad de responder al apoyo y deseos de entrenadores y patrocinadores
	Contextuales	Comparación social en contextos de selección
		Ansiedad que surge al compararse con otros competidores percibidos con un mejor nivel
		Entornos desconocidos
	Personales	Importancia del evento
		Ansiedad que experimenta el deportista al exponerse a situaciones y lugares desconocidos en las visorías
		Autoexigencia
		Ansiedad que surge ante la importancia y relevancia percibida de las visorías para el futuro deportivo del jugador
		Inexperiencia ante nuevas situaciones
		Ansiedad generada por las expectativas y presión exacerbada establecida por el mismo deportista respecto a su rendimiento deportivo en la visoría
		Experiencias previas negativas
		Ansiedad generada por la inexperiencia en situaciones de visorías deportivas
	Personales	Miedo al fracaso
		Recuerdos de fracasos anteriores que incrementan el miedo a que se repita
	Personales	Miedo a no rendir
		Temor por no cumplir con el resultado deportivo esperado

Los factores ansiógenos son aquellas situaciones, experiencias, estímulos que generan o aumentan la ansiedad. Estos elementos se traducen a demandas internas y externas que pueden resultar amenazantes para algunos (Shelley, 2007).

Esta categoría explora los factores ansiógenos que nombran los participantes como centrales en contextos de visorías deportivas, distribuidos en sociales-familiares, deportivos, contextuales y personales, a saber:

6.2.2.1 Sociales

Los factores ansiógenos sociales son aquellos que en el contexto del relacionamiento social ejercen cierto tipo de presión y generan o incrementan la ansiedad en los deportistas. Aquí, se identificaron dos factores: expectativas familiares sobre el rendimiento y la evaluación social de espectadores.

6.2.2.1.1 Expectativas familiares sobre el rendimiento

La presión en el ámbito deportivo puede entenderse como aquellos aspectos que incrementan la exigencia en situaciones competitivas (García et al., 2019). En ese sentido, la subcategoría “expectativas familiares sobre el rendimiento” alude a la tensión emocional generada por las demandas que sus familias depositan en su desempeño. Se encontró que los deportistas experimentan preocupación y nervios ante la posibilidad de decepcionar a los padres, no valorar el esfuerzo económico realizado, ser evaluados negativamente por ellos y perder la oportunidad de sacarlos adelante a través del fútbol.

Los testimonios reflejan esta vivencia: *“Ellos haciendo todo por mí para que me vaya bien y yo hacerlo mal, me da miedo decepcionarlos, como no cumplir las expectativas que ellos tienen de que sea jugador profesional”* (D1GF1); *“A mí lo que me genera a veces esa ansiedad es mi familia más que todo, por no decepcionarlos, como hacerlos sentir mal o que no cumpla con esas expectativas sobre mí”* (D2GF1). Estas expresiones muestran cómo no cumplir con expectativas familiares se interpreta como una fuente de decepción.

Asimismo, algunos participantes mencionan que les genera ansiedad sentirse responsables de mejorar la calidad de vida de su familia a través del rendimiento y éxito deportivo: *“Siente una presión por hacerlo bien, para salir adelante, y porque así puedo ayudar a mi familia. Ellos esperan que yo salga adelante y los ayude, eso es algo que me da miedo cuando estoy allá”* (D2GF3).

Por otro lado, la presencia física de los padres aumenta la presión, al percibir que su desempeño está siendo evaluado por ellos y que equivocarse puede traer consecuencias negativas:

Ese día, por ejemplo, mi mamá me acompañó y tenía nervios porque no quería hacerlo mal, para que ella viera que lo hacía bien. Yo pienso que, si no pasaba, mi mamá no me iba a dejar seguir entrenando; iba a decir que uno es muy malo, que uno juega muy malo y no lo va a dejar jugar. (D3GF3)

También se identificó que los deportistas sienten ansiedad ante la posibilidad de no poder retribuir el esfuerzo económico que sus padres invierten en ellos: *“Yo no quería defraudar a mis padres, porque habían pagado mucha plata para que yo estuviera allá haciendo lo que me gusta” (D2GF4).*

En suma, esta subcategoría refleja que, aunque la familia constituye un apoyo esencial en la carrera deportiva, sus expectativas y la percepción de evaluación constante de ellos actúan como factores que generan o aumentan los niveles de ansiedad en los deportistas.

6.2.2.1.2 Evaluación social de espectadores

Esta subcategoría representa la ansiedad generada o aumentada por la percepción de presión derivada de la evaluación social por parte de los espectadores. Se refiere a la preocupación que sienten los deportistas al pensar que están siendo observados y juzgados por otras personas (Ramos, 2016). Los deportistas reportaron diversas manifestaciones de ansiedad ante la mirada y evaluación del desempeño que realiza el público.

Dentro de los testimonios se encontraron: *“Me da miedo mirar a la tribuna porque todos están viéndolo a uno, y eso me da muchos nervios; si uno se equivoca, entonces lo van a ver, y eso da muchos nervios y desconcentración” (D1GF3); “uno piensa que si uno juega mal van a hablar de uno, que uno no jugó bien, que juega mal o se burlan; y cuando se burlan, uno también escucha y le da nervios, como miedo y vergüenza” (D4GF2); “Me da como un miedo a fallar mientras la gente me mira” (D3GF4).*

Estos relatos evidencian cómo el ser observados y juzgados por los espectadores genera malestar emocional y respuestas de ansiedad. Además, estos discursos reflejan cómo las burlas y los comentarios negativos pueden alterar el disfrute de la competencia.

Asimismo, otro deportista resalta lo siguiente: *“Me genera mucha ansiedad cuando nos gritan los espectadores. No me gusta que me griten. Si me gritan eso es como si me estuvieran pegando o me regañaran”* (D1GF4).

Este testimonio muestra cómo el jugador compara los gritos del público con “pegar o regañar”, dejando ver que las intervenciones de los espectadores no siempre se perciben como un apoyo, sino como una amenaza o crítica hacia ellos. Del mismo modo, cuando menciona que prefiere que no le griten y que lo dejen jugar y ser libre, muestra cómo estas expresiones de los espectadores pueden interferir en la autonomía y generar disminución en la sensación de seguridad de los deportistas.

En esa misma línea, se encuentra el siguiente relato: *“En la veeduría me generó ansiedad el público, que yo sentía que me miraba solo a mí, que me decía que yo hacía las cosas mal; yo mismo me decía que hacía las cosas mal”* (D4GF4). La presencia de los espectadores se asocia con un incremento de la ansiedad y la autocrítica, ya que el deportista percibe una evaluación directa y constante sobre su desempeño. La sensación de ser el foco de atención intensifica el malestar emocional y favorece la aparición de pensamientos negativos respecto a su rendimiento.

En resumen, la percepción de ser evaluados y juzgados por el público genera presión en los deportistas, quienes sienten la obligación de demostrar un buen desempeño ante la presencia de los demás. Cuando esto no ocurre, experimentan malestar emocional y síntomas de ansiedad que se manifiestan a nivel cognitivo, fisiológico y motor.

6.2.2.2 Agentes deportivos

Los agentes deportivos son aquellas personas que están involucradas en el proceso formativo y profesional de los deportistas. Esta categoría emerge en el discurso de los participantes como factor ansiógeno, sobre el cual se hallaron dos subcategorías: Evaluación de visores y expectativas de entrenadores y patrocinadores.

6.2.2.2.1 Evaluación de visores

Esta subcategoría se centra en la presión que experimentan los participantes ante la evaluación de los visores, quienes son los encargados de identificar a los deportistas que perciben

con habilidades necesarias para ser integrados a su proceso deportivo. Según Watson y Friend (1969) la evaluación constituye un factor ansiógeno pues los deportistas temen ser juzgados negativamente. En ese sentido, se encontró que su presencia es abrumadora para los participantes, pues genera nervios, desconcentración y temor a equivocarse.

De acuerdo con esto, uno de los participantes expresa: *“A mí me generaba mucha presión el ojeador porque él lo está viendo a uno, evaluándolo; eso es muy maluco porque uno está pendiente de no hacerlo mal porque si lo hace mal, no lo escogen, entonces eso da nervios”* (D1GF3); *“Los veedores sí, pero a uno le da miedo hacerlo mal o cometer errores, porque de pronto lo sacan y ya no le dan más oportunidad”* (D2GF3). Se puede observar que el ser vistos por los veedores activa un miedo intenso, pues fallar implica, para ellos, el riesgo de ser juzgados negativamente y reemplazados.

En otros casos, los deportistas mencionan que centran más su atención en la evaluación que realizan los visores que en su propio desempeño técnico-táctico:

Los veedores me causaron ansiedad, porque ellos estaban mirando todo el tiempo, o sea, todo lo que dábamos de nosotros. Ellos anotaban, hablaban desde las gradas; uno sentía la mirada de ellos. Eso daba nervios, y ocasionaba no dar los pases bien o equivocarme o de pronto que me regañaran. (D5GF3)

Yo digo que los ojeadores, porque uno siempre va a buscar hacerlo bien, que lo miren y mostrarse. Obviamente, si uno comete un error, lo primero que va a hacer es mirar para ver si dicen algo al respecto. Yo pienso que los ojeadores causan muchos nervios. Eso me desconcentra y empiezo a pensar que estoy haciendo las cosas mal, lo que también me genera como que un bloqueo mental; no sé ni qué hacer. (D3GF2). De esta manera, los deportistas no solo se enfocan en la ejecución, sino que también monitorean las conductas de los visores y anticipan posibles juicios, lo cual interfiere en su concentración y desempeño.

Desde el discurso de otro participante se evidencia, además de lo mencionado, un sesgo cognitivo relacionado con la evaluación percibida, donde los deportistas tienden a minimizar la atención del visor cuando ejecutan correctamente una acción, pero amplifican la percepción de ser

observados al cometer errores. Existe, en ese sentido, una hipervigilancia que genera ansiedad y puede interferir en la concentración, la confianza y el rendimiento:

La presión que uno siente allá es por los ojeadores también, porque uno está concentrado en los ojeadores. Cuando uno coge el balón y lo hace bien, piensa que no lo están mirando, pero cuando uno hace las cosas mal, piensa que sí lo están mirando en ese momento. (D5GF2)

En definitiva, la presencia de los visores y la evaluación que realizan sobre el rendimiento de cada jugador puede percibirse como una fuente de presión para los deportistas. Esta presión genera ansiedad manifestada en pensamientos anticipatorios, hipervigilancia hacia los errores, bloqueo mental, fallos en la ejecución técnica e imprecisiones en la ejecución técnica.

6.2.2.2 Expectativas de entrenadores y patrocinadores

Esta subcategoría aborda las expectativas que los deportistas perciben por parte de los entrenadores y patrocinadores, las cuales constituyen un elemento determinante en su desarrollo deportivo y futuro profesional. Estas figuras representan autoridad, guía y respaldo dentro del proceso formativo, por lo que sus ideas, opiniones y valoraciones impactan significativamente a los atletas (Pulido et al., 2018). La preocupación aparece cuando los deportistas sienten que podrían defraudar a estas figuras si su desempeño no es el esperado o no coincide con el que habitualmente demuestran en los entrenamientos, como expresa un participante: *“ellos son los que nos enseñan a jugar, nos llevan en la proyección, entonces sería una decepción para ellos ver cómo nosotros jugamos mal en esas veedurías, pero bien en los entrenamientos”* (D3GF3).

Asimismo, la forma en la que los entrenadores se comunican con los deportistas puede generar o aumentar ansiedad: *“Cuando el entrenador empieza a gritar ahí sí me da ansiedad. Que me empieza a regañar, y ya”* (D1GF4).

De manera siguiente, la percepción de apoyo y confianza que los patrocinadores depositan en ellos genera en los deportistas una responsabilidad adicional. Un ejemplo de ello se refleja en el siguiente testimonio: *“Mi patrocinador, pues sí, aparte de la familia, no quiero como defraudarlo ni nada. Porque él es que me ha apoyado también, me ha dado todo lo que necesito y sería muy malo que uno defraude a esa persona”* (D5GF1).

En resumen, estos relatos reflejan la importancia que los deportistas otorgan a la evaluación de personas significativas que han contribuido a su desarrollo deportivo. La ansiedad surge ante el temor de decepcionar a esas figuras y por la necesidad de mantener un rendimiento impecable.

6.2.2.3 Factores ansiógenos contextuales

Esta categoría hace referencia a las situaciones específicas que se presentan en el contexto de las visorías deportivas y que pueden influir en la respuesta emocional, sobre todo de la ansiedad, del deportista. De ella se derivan tres subcategorías principales: *Comparación social en contextos de selección, entorno desconocido, importancia del evento*.

6.2.2.3.1 Comparación social en contextos de selección

Esta categoría indica cómo los procesos de comparación social que los deportistas realizan frente a otros participantes en las visorías deportivas pueden generar ansiedad. Dichas comparaciones se basan en aspectos como las características físicas, el nivel de habilidad percibido o la procedencia de lugares socialmente valorados como superiores en cuanto a rendimiento deportivo.

En el contexto de las visorías, es frecuente que los deportistas deban presentarse en otras ciudades, lo que provoca que, cuando los atletas llegan a ese contexto, perciban que se enfrentan a un nivel competitivo más alto y realicen comparaciones con otros jugadores.

La comparación social en contextos de selección puede generar pensamientos de inseguridad respecto a las propias capacidades, así como preocupación ante la posibilidad de no estar a la altura de los demás. Así lo señala un deportista:

En el pueblo siempre sobresalía en el equipo que estaba, pero muchas veces cuando me tocó salir, veía la exigencia que era más alta, el juego más rápido, más físico. Entonces veía jugadores en mí misma posición y decía: "Estos manes son mejores que yo, no me puedo comparar con ellos", eso me preocupaba aun sabiendo que tengo las capacidades necesarias para ser igual o mejor. Pero como vengo de un lugar con un nivel relativamente más bajo que al de otras ciudades u otros países, decía: "Ah, estos manes están por encima

de mí una y mil veces, ellos son capaces”. Entonces dudaba de mis capacidades, aunque sé que tengo lo necesario para demostrarlo en una veeduría. (D4GF1)

Otros participantes refuerzan esta idea: *“Tenía muchos nervios porque nunca había jugado con jugadores de Medellín, yo no los he visto jugar a ellos, ellos pueden tener más experiencia que yo” (D5GF4); “Cuando uno iba allá había jugadores grandes, y también porque dicen que resisten más el clima, eso me dio nervios porque de pronto no iba a poder hacerlo bien o ellos hacerlo mejor” (D4GF3).*

Estos testimonios muestran que los deportistas perciben una ventaja física y de adaptación de otros jugadores, lo que genera ansiedad por su propio desempeño y afecta su confianza. Asimismo, la incertidumbre ante lo desconocido y las creencias socialmente construidas sobre supuesta superioridad de otros jugadores, por ejemplo, de Medellín, influyen en la autoevaluación que el deportista realiza de su propia su capacidad.

De manera complementaria, algunos jugadores reportan pensamientos catastróficos, nerviosísimo y de desconcentración al compararse socialmente con otros: *“Cuando estaba dentro de la cancha estaba desconcentrado y entregaba muy mal los balones porque pensaba en otras cosas, había mucha gente y muchos pelados de acá de Apartadó que jugaban bien; entonces, pensaba que lo iba a hacer mal” (D2GF2).*

En síntesis, durante la competencia de visoría, los participantes tienden a centrarse en elementos ajenos a la tarea, en este caso, pensar en las habilidades de los otros, lo que genera, como se mencionó anteriormente, desconcentración e inseguridad respecto a la propia capacidad.

6.2.2.3.2 Entorno desconocido

Esta categoría alude a las manifestaciones de ansiedad que emergen cuando los deportistas se enfrentan a contextos nuevos o poco familiares, como las veedurías deportivas. Se encontró que quienes se exponen a estos escenarios desconocidos experimentan nerviosismo, miedo e incertidumbre, al romperse la rutina y la sensación de familiaridad. Un participante lo expresa de la siguiente manera:

Cuando iba en el bus sí sentía nervios, de todo... Me venían cosas a la cabeza, como: “es la primera vez que dejo a mi familia, yo nunca había estado lejos de ellos”. Cuando llegué a la casa hogar, estaba con gente que no conocía, que ni por ahí, y estaba asustado, pa’ qué, estaba asustado, muy asustado. (D5GF1)

Al preguntarle qué pensamientos tuvo, añadió: *“Pues primero fue como... salí de mi pueblo, llegué allá y pues no... acá siendo un jugador ya, llegar como otro, es diferente, no se juega a lo que yo juego.” (D5GF1)*

Este relato evidencia cómo el cambio de entorno, la separación de la familia y el contacto con personas desconocidas generan miedo y sensación de vulnerabilidad. Asimismo, el participante vincula dicho cambio con su estilo de juego, expresando dudas frente a su propio desempeño.

En otro caso, se resalta que los cambios culturales y contextuales también producen tensión emocional, pues enfrentarse a entornos distintos despierta nerviosismo e incertidumbre:

Cuando empezamos a viajar, obviamente a uno le pasan muchas cosas por la cabeza. Es un continente nuevo, una cultura nueva. Ya estando allá, uno ve las diferencias tan grandes que hay entre Colombia y esos países del primer mundo. Uno siempre siente esos nervios. (D3GF1)

En conjunto, estos testimonios permiten comprender cómo el ingreso a un entorno desconocido desencadena ansiedad, al implicar que el deportista se vea inmerso en un ambiente social y cultural diferente al habitual, lo cual pone a prueba su capacidad de adaptación y control sobre la situación.

6.2.2.3.3 Importancia del evento

Esta categoría refleja la relevancia que los deportistas atribuyen a las visorías y a los equipos que llegan a evaluarlos, convirtiéndose en una fuente significativa de ansiedad. Se evidenció que los deportistas perciben estos espacios como decisivos, ya que los asocian con la posibilidad de transformar su estilo de vida y el bienestar familiar.

La relevancia que adquiere este momento genera presión y miedo al fracaso, pues los deportistas perciben que el resultado puede ser determinante para “salir adelante o “cumplir sus sueños”. Un participante lo expresa así:

Me preocupaba mucho no pasar, porque yo sé que hay muchas oportunidades más, pero en esa ocasión, esa era una oportunidad que se dan muy poco, cada mucho tiempo, entonces en esa oportunidad era muy grande y yo decía que si no pasaba de pronto no iba a salir adelante, no iba a poder cumplir mis sueños de uno y salir adelante en el fútbol, estar en equipos grandes. (D3GF3)

En esa misma línea, los participantes reconocen el valor del club y sienten ansiedad ante la posibilidad de no ser escogidos. Así lo relata uno de ellos: *"Pensaba en si me iban a escoger, porque era un club grande y eso logró que me dieran nervios; me preocupaba no ser escogido" (D1GF3).*

De manera similar, otro señala: *"Estaba nervioso, tenía ansiedad y miedo a no ser escogido, porque era muy importante para mí estar en ese equipo. Pero bueno, no se dieron las cosas como esperaba" (D2GF3).*

Ahora bien, las visorías tienen una carga emocional adicional al ser consideradas eventos decisivos y poco recurrentes, en los que hay que demostrar el rendimiento en un corto periodo de tiempo. Un ejemplo de esto lo expresa un participante:

...es muy diferente por la presión, porque es un solo partido y uno tiene que demostrar todo en 30 minutos, que es la mitad de lo que uno suele jugar en una competencia o juego normal. En esos minutos, uno tiene que entrar con toda, porque luego pierde la oportunidad... (D5GF2)

Otro relato evidencia que la participación en visorías genera emociones ambivalentes como felicidad y miedo, pues se considera una oportunidad significativa para alcanzar metas personales. Además, la alta importancia otorgada al evento produce pensamientos negativos relacionados con el posible fracaso:

Cuando me dijeron que iba a realizar una veeduría me sentía muy feliz porque es una oportunidad muy grande, es un sueño, y asustado pensando en que iba a hacer las cosas mal, que no me iban a escoger, que no iba a poder estar en esos grandes equipos. (D6GF2)

El mismo participante añade “...en un partido normal uno no siente esa presión; siente más confianza y más tranquilidad” (D6GF2), lo que deja ver cómo la experiencia de visoria se torna más exigente y desafiante para los deportistas.

De manera complementaria, este evento no solo se asocia a una oportunidad crucial para transformar su vida, sino también la de la familia. Un participante afirma: “Uno siempre quiere destacar, entonces siente presión por hacerlo bien, para salir adelante y porque así puedo ayudar a mi familia. Ellos esperan que yo salga adelante y los ayude, es algo que me da miedo cuando estoy allá” (D2GF3).

En resumen, estos testimonios resaltan cómo la importancia del evento y las expectativas asociadas a sus resultados, vinculadas con la posibilidad de un futuro deportivo y económico más prometedor, se convierte en un factor ansiógeno para los deportistas.

6.2.2.4 Factores ansiógenos internos

Esta categoría aborda aquellos factores ansiógenos que emergen del interior del deportista y de sus propias necesidades personales. En esta dimensión se encontraron cinco subcategorías: autoexigencia, inexperiencia ante nuevas situaciones, experiencias previas negativas, miedo al fracaso y miedo a no rendir al nivel esperado.

6.2.2.4.1 Autoexigencia

Esta subcategoría representa la exigencia de destacar, no fallar y ser seleccionados, autoimpuesta por los deportistas, asociada al deseo de lograr un futuro deportivo prometedor, apoyar económicamente a su familia y hacer sentir orgulloso a sus seres queridos. Esta presión interna se convierte en una fuente de ansiedad al vincularse o asociarse con expectativas personales y familiares.

Al respecto, un participante comenta: *"Uno siempre quiere destacar, entonces uno siente presión por hacerlo bien y no fallar, para salir adelante, y porque así puedo ayudar a mi familia"* (D2GF3). Este testimonio deja de manifiesto cómo la autoexigencia surge como una presión interna que lleva al deportista a interpretar un bajo desempeño como una autoevaluación negativa de su esfuerzo personal, lo que aumenta la percepción de amenaza ante la posibilidad de no alcanzar metas personales.

Asimismo, otro deportista expresa que, aunque su padre no ejerce presión sobre él, se siente nervioso, ya que su deseo es agradar a su padre mostrando un buen rendimiento:

También mi padre, si él está viéndome, yo me siento muy nervioso, porque yo ante él siempre quiero dar lo mejor. Yo hago todo lo posible para dar lo mejor. No son nervios porque él me presione, sino por mí mismo, porque él me da consejos, me dice cómo puedo mejorar y me da apoyo. (D6GF2)

Este relato refleja una forma de autoexigencia emocional, donde el deseo de generar orgullo a figuras significativas, como el padre, se convierte en una fuerte de motivación, pero al mismo tiempo de ansiedad ante la posibilidad de no responder a esas expectativas.

En conjunto, estos testimonios muestran una autoexigencia de parte de los jugadores, originada tanto por las metas personales como por el compromiso afectivo con los demás, genera nerviosismo, presión y temor a fallar.

6.2.2.4.2 Inexperiencia ante nuevas situaciones

Esta subcategoría aborda la ansiedad que genera enfrentar por primera vez una situación, como los procesos de visorías deportivas. Se evidenció que la poca experiencia genera nerviosismo, incertidumbre e inseguridad sobre el logro de los objetivos.

Con relación a esto, se presentan los siguientes testimonios: *"Era la primera vez, no estaba experimentado en veedurías, era la primera vez que jugaba; estaba nervioso, y no me sentía capaz de jugar en ese partido muy bien como el profe lo esperaba"* (D2GF3); *"Cuando me enteré de la veeduría, me sentía muy nervioso, porque era una nueva experiencia para mí y yo quería dar lo mejor de mí"* (D3GF5).

En resumen, estos relatos reflejan que participar en una visoría por primera vez genera ansiedad, pues la falta de experiencia, combinada con la importancia de tener un buen desempeño produce en los deportistas incertidumbre sobre la propia actuación y una percepción de poco control sobre la situación.

6.2.2.4.3 Experiencias previas negativas

Esta subcategoría hace referencia a la ansiedad que surge cuando los deportistas evocan situaciones pasadas en las que su desempeño en visorías no fue el esperado o experimentaron fracasos. Se encontró que el no pasar en anteriores experiencias de participación genera temor a repetir los mismos resultados y afecta la confianza de los jugadores. Un ejemplo de esto lo encontramos en el testimonio de estos participantes: *"Yo también pensaba en que no había pasado en la veeduría anterior, y eso me daba desconfianza, porque de pronto no pasaba; porque en la primera me fue mal, y eso uno lo recuerda mucho"* (D2GF3); *"Yo recordaba que no había pasado en las anteriores pruebas, y eso me daba mucho nervio, porque uno no sabe cómo lo va a hacer, entonces si también va a hacerlo mal"* (D5GF2).

De esta manera, se puede decir que las experiencias previas negativas influyen en el estado emocional de los deportistas, ya que, al traer esos recuerdos en el instante de la veeduría, aflora dudas, inseguridad y nerviosismo.

6.2.2.4.4 Miedo al fracaso

Esta subcategoría hace referencia al miedo anticipatorio que experimentan los deportistas ante la posibilidad de no alcanzar los resultados esperados o de no cumplir con las expectativas personales y externas durante las visorías deportivas. Este miedo actúa como un factor ansiógeno interno, ya que surge de la autoevaluación, las exigencias personales y la percepción de que el rendimiento define su futuro deportivo y proyecto de vida.

En algunos relatos se evidencia cómo los participantes experimentan miedo anticipatorio a fracasar.

Primero que todo, tenía mucho miedo de no hacer las cosas bien, porque de eso depende mi futuro. Yo no veo qué hacer sin el fútbol; entonces, me preocupaba pensar que no lo iba a hacer bien, que lo iba a hacer mal y que no me fueran a escoger. (D2GF3)

Me preocupaba mucho no pasar, porque sé que hay muchas oportunidades más, pero en esa ocasión era una oportunidad muy grande. Yo decía que, si no pasaba, de pronto no iba a salir adelante, no iba a poder cumplir mis sueños en el fútbol. (D3GF3)

De manera similar, se encuentra que, aunque el participar en las veedurías genera felicidad por ser un paso importante para alcanzar los sueños, también provoca tensión emocional, pues los pensamientos relacionados con el fracaso aparecen constantemente. Así lo señala un deportista:

Cuando me dijeron que iba a realizar una veeduría, me sentía muy feliz porque era una oportunidad muy grande, un sueño de uno; pero también asustado, pensando en que iba a hacer las cosas mal, que no me iban a escoger y que no iba a poder estar en esos grandes equipos. (D4GF3)

Siguiendo la misma línea, otros participantes afirman: “*El miedo a cometer errores, como a fallar, me generaba ansiedad porque yo todo el tiempo pensaba en eso y no me dejaba concentrarme; eso me preocupaba*” (D1GF3); “*Creo que el miedo que tenía de que no me escogieran fue lo que hizo que me equivocara más.*” (D3GF4); “*Cuando cometía errores, eso me dejaba pensando en que yo era malo; entonces no me concentraba en lo que tenía que hacer*” (D2GF4).

Relatos que muestran cómo este miedo a fracasar genera ansiedad, la cual afecta el rendimiento, al dificultar la concentración en la tarea y la ejecución técnico-táctica.

De la misma manera, los nervios también emergen en el discurso de otro participante:

Lo que más me afectó, creo que era el miedo a hacer las cosas mal, que me hicieran goles; pues, en un arquero pienso que lo importante es la diferencia de gol. En esas visorías, yo estaba nervioso y no quería que me hicieran gol. (D1GF2)

Asimismo, el pensamiento de que el miedo limita el potencial que puede demostrar un jugador también se evidencia en el siguiente testimonio:

Decepcionarme a mí mismo por todas las pruebas que he tenido que pasar, tantas pruebas en las que he estado y no quedar en ninguna... no dar el 100% que uno verdaderamente puede dar, por miedo o por otras cosas que uno no puede explicar. (D4GF1)

En pocas palabras, el miedo al fracaso se manifiesta como una preocupación constante por cometer errores, no rendir, no ser seleccionados y decepcionarse a sí mismos. Este miedo, no solo se configura como un factor interno que genera ansiedad, sino que al mismo tiempo representa uno de sus principales síntomas de ella. De esta manera, se establece un bucle entre el miedo al fracaso y la ansiedad, donde el miedo aumenta los niveles de ansiedad, y esta, a su vez, intensifica el miedo a fallar, creando un ciclo difícil de romper. En consecuencia, este proceso impacta directamente en el rendimiento, pues interfiere con la precisión en la ejecución y en los procesos cognitivos.

6.2.2.4.5 Miedo a no rendir

La subcategoría “Miedo a no rendir” se refiere a la percepción del deportista de que su condición física no es suficiente para mantener un buen rendimiento durante la visoría.

Se encontró que la sensación de cansancio, así como ciertas condiciones ambientales puede generar preocupación y afectar la capacidad del deportista para mostrar su máximo potencial.

Así lo expresan los deportistas: *“Ese día estaba como cansado, y eso me preocupaba porque de pronto no podía dar lo mejor de mí” (D2GF3); “Tenía miedo de cansarme rápido, porque esa cancha era grande y hacía mucho calor, entonces yo jugando, me sentía muy agotado que no me daba más y, luego, no iba a poder demostrar nada” (D5GF2).*

En términos generales, este tipo de preocupación evidencia cómo los factores fisiológicos y las condiciones del entorno pueden afectar directamente la experiencia emocional del deportista durante la visoría.

6.2.3. Estrategias de afrontamiento a la ansiedad

Tabla 15

Categorías y subcategorías de estrategias de afrontamiento a la ansiedad

Categorías		Subcategorías	Descripción
Estrategias de afrontamiento a la ansiedad	Centradas en la emoción	Apoyo emocional familiar	Estrategia comportamental basada en la búsqueda de apoyo familiar para disminuir la ansiedad y el malestar emocional
		Auto diálogo positivo	Estrategia cognitiva basada en el uso de frases o palabras motivacionales para tranquilizarse y reducir el malestar emocional
		Espiritual	Estrategia cognitiva y conductual basada en recurrir a la fe, la oración o prácticas espirituales para reducir la ansiedad
		Recuerdo de logros pasados	Estrategia cognitiva basada en recordar experiencias exitosas previas como fuente de confianza y reducción de la ansiedad
		Reevaluación positiva	Estrategia cognitiva que consiste en reinterpretar una situación estresante de manera más constructiva, encontrando aprendizajes o aspectos favorables dentro de la experiencia ansiógena.
		Evitación cognitiva	Estrategia cognitiva en la que se busca eliminar o neutralizar pensamientos abrumadores mediante distracción
		Técnica de respiración	Estrategia comportamental basada en el uso de ejercicios de respiración para disminuir la activación fisiológica asociada a la ansiedad
	Centrada en el problema	Ajustes en la forma de jugar	Consiste en la modificación consciente de la manera de ejecutar el juego, ya sea cambiando la estrategia, la técnica o el ritmo, buscando adaptarse a las demandas de la situación.

De acuerdo con Lazarus y Folkman (1986), las estrategias de afrontamiento son todos los mecanismos cognitivos y conductuales que las personas ejecutan para responder a las demandas ambientales o internas evaluadas como difíciles de manejar.

De esta manera, la siguiente categoría aborda las estrategias de afrontamiento identificadas por los participantes como más relevantes o centrales en contextos de visorías deportivas.

Las subcategorías identificadas fueron las estrategias centradas en la emoción, que incluyen el apoyo familiar, el auto diálogo, la espiritualidad, el recuerdo de logros pasados, la reevaluación positiva, las técnicas de respiración y la evitación; y la estrategia centrada en el problema o en la tarea, representada por el ajuste en la forma de jugar.

6.2.3.1 Estrategia de afrontamiento centrada en la emoción

Esta categoría refiere las estrategias de afrontamiento que suelen aparecer cuando el individuo percibe que no puede hacer nada para cambiar la situación. Este tipo de afrontamiento incluye las acciones orientadas a modificar el significado de una situación estresante, reducir el malestar emocional o regular el impacto negativo de las emociones (Lazarus y Folkman, 1980, como se citó en Pascual y Conejero, 2019).

6.2.3.1.1 Apoyo familiar

Hace alusión a la búsqueda de comprensión, acompañamiento y respaldo afectivo por parte de la familia, con el fin de reducir la carga emocional asociada a la ansiedad generada por las visorías. El apoyo familiar se reconoce como un factor crucial para abordar aspectos subyacentes como el estrés y la ansiedad en las personas (Clay, 2008, citado por Sánchez, 2024). Desde el discurso de los participantes el apoyo familiar se convierte en una estrategia de afrontamiento relevante para aliviar la carga emocional y brindar motivación y confianza. Algunos deportistas manifiestan: *“Me gusta mucho también recibir mensajes de afirmación de mis padres, de que yo soy capaz. Y eso me llena de confianza, de seguridad y siempre me ayuda a sacarlo adelante”* (D3GF1); *“Hablar con mi hermano y con mi mamá; con ese mensaje que ella me daba, me daba energía extra para hacer las cosas bien, sobresalir, como de poder llevar todo adelante y no quedarme atrás de nadie”* (D4GF1); *“Pues yo hablo con mi mamá, con mi papá; ellos me dicen*

que la de toda, y me ayuda porque ellos me apoyan, eso me calma" (D1GF3); "Recordaba mucho lo que decía mi papá, que no pensara en lo negativo, que pensara en lo positivo, que yo iba a pasar, que yo era bueno, eso me daba como aliento, más confianza de hacer las cosas mejor" (D6GF2).

Se evidencia cómo el apoyo emocional de la familia funciona como un refugio para los participantes; su propósito no es modificar la situación estresante, sino manejar la carga emocional que esta genera, de esta manera, el apoyo familiar se consolida como un elemento fundamental que, aunque no garantiza el éxito en la veeduría, fortalece emocionalmente a los participantes para afrontarla de la mejor manera incluso manteniendo presente esas palabras de aliento incluso después de recibirlas.

6.2.3.1.2 Auto-diálogo positivo

En el ámbito deportivo, el auto diálogo positivo se considera una habilidad psicológica utilizada para manejar la ansiedad (Barahona, 2019). Consiste en verbalizaciones o declaraciones que una persona se dirige a sí misma con el propósito de motivarse o instruirse (Hardy, 2006, citado por Barahona, 2019). En este sentido, puede entenderse cómo el deportista genera mensajes internos de ánimo y autovaloración para contrarrestar los pensamientos negativos asociados a la ansiedad, con el fin de reforzar la confianza personal.

Se encontró que esta habilidad fue utilizada por los participantes para afrontar las veedurías deportivas, evidenciando diferentes formas de auto diálogo. Por ejemplo, D1GF1 y D5GF1 mencionaron:

(...) yo me hablo a mí mismo, pero muchas veces, caigo en cuenta que es como mi motivación, Entonces yo digo, Bueno, Eso, aquí está mi papá, aquí está mi mamá, aquí está mi hermano voy a trabajar por ellos, yo estoy acá por mi familia, me escogieron porque creían en mis capacidades, puedo hacer las cosas bien y voy a demostrarlo, para así darles ese orgullo a mi familia. (D1GF1)

"Creer en mis capacidades, en lo buen jugador que soy, pensar en eso me hace sentir mejor, entonces me digo, que soy bueno, que lo hago muy bien, que tengo muchas capacidades" (D5GF1).

Estos participantes utilizaron el auto diálogo con orientación en temas diferentes. D1GF1 se orienta a generar motivación a partir del vínculo con sus seres queridos y D5GF1 busca reforzar la autoconfianza hablándose sobre sus capacidades y de lo bueno que es, auto diálogos diferentes pero que tienen dos cosas en común: la primera es disminuir los pensamientos negativos para afrontar la veeduría y la segunda es que ambos lo hacen previo a la competencia.

Sin embargo, no todos los participantes recurren al auto diálogo únicamente antes del evento; otros lo implementan durante la competencia del proceso de visoría.

Cuando yo estoy jugando y hago un pase mal, yo digo, 'Vamos, vamos, vamos.' Que si podemos y que si puedo jugar bien y que no me no puedo bajar la fe en el juego. Tengo que jugar bien y no defraudar a los otros. (D3GF3)

Pues yo me alentaba, me decía que vamos, que sí podemos, que necesita salir adelante y ayudar a la familia, a hacer lo que me gusta, que es el fútbol y para tener un futuro mejor, porque sin el fútbol yo no sé qué voy a hacer", y agregó: "Si en ocasiones me daba instrucciones y me servían en algunas ocasiones, como haz el pase así, o vas a hacer estos movimientos. (D2GF3)

Con base en estos relatos, se evidencia que el auto diálogo positivo es una práctica habitual en el contexto deportivo, especialmente en el fútbol. Independientemente de la forma en que se exprese, cumple una función pragmática orientada a disminuir y manejar la ansiedad durante las veedurías deportivas.

6.2.3.1.3 Espiritualidad o Religiosidad

La religiosidad se entiende como un conjunto de creencias, valores y prácticas establecidas por una institución organizada, mientras que la espiritualidad puede definirse como la búsqueda de lo sagrado o lo divino a través de las experiencias cotidianas de la vida (Navas, 2006). Esta subcategoría hace referencia a la utilización de prácticas espirituales y/o religiosas como estrategias de afrontamiento, empleadas por los participantes con el propósito de disminuir la ansiedad generada por la veeduría deportiva. Algunos deportistas mencionaron:

Yo hablaba mucho con Dios, le decía que me ayudara a hacer las cosas bien, que me diera energía, que me diera buena fe, todo bien para que yo hiciera las cosas de la mejor manera y así y así sobrepasar ese momento. (D4GF1)

“Bueno, yo primero que todo antes del partido me hecho una bendición porque siempre con papá Dios. Entonces eso me da más fuerza para jugar bien” (D3GF3); “Pues antes de hacer todo lo que tenía que hacer, me encomendaba a Dios para poder relajarme, oraba, le pedía a Dios para que me ayudara a relajarme” (D4GF3).

Se puede observar cómo la oración o el acto de hablar con Dios se convierte en un ritual previo al enfrentamiento deportivo, y cumple una función reguladora del estado emocional para jugar con tranquilidad.

Asimismo, otros jugadores realizaron rituales complementarios a la oración: *“Me marcaba los pies con frases de Dios y de fuerza, con eso me sentía bien” (D4GF4); “Orar antes de la veeduría, oraba los guayos con los salmos 91 y 40. también oraba, le decía señor, ayúdame, tú eres un Dios de fuerza, de victoria y sé que, en ti, encontraré toda la victoria que necesito” (D2GF4).* Estas prácticas evidencian como los deportistas asocian los rituales y la oración con la sensación de control, seguridad interna y protección frente a los retos competitivos.

Más allá de la búsqueda de lo divino o lo trascendente, los participantes parecen recurrir a su fe como un medio para obtener apoyo y fortaleza emocional. No se trata únicamente de una creencia en un Dios todopoderoso, sino de una relación activa con ese Dios que les permite afrontar las veedurías deportivas.

6.2.3.1.4 Recuerdos de logros pasados

Esta subcategoría hace referencia al acto intencional de evocar experiencias pasadas en las que se superaron desafíos significativos, con el propósito de reducir la ansiedad o el temor frente a situaciones actuales.

En este sentido, uno de los participantes manifestó: *“Cuando yo siento como esa inseguridad, por decirlo así, me gusta como recordar lo que yo hice, lo que yo he pasado, lo que me ha tocado trabajar, las cosas buenas que yo hice” (D3GF1).* Se observa cómo el recordar los

esfuerzos y logros alcanzados en el pasado le permite al participante contrarrestar el sentimiento de inseguridad. Este mismo participante añadió: *“A veces me quedo en el celular, me meto a fotos y veo como las experiencias que tuve y me acuerdo de días importantes en los que sobresalí”* (D3GF1). Este fragmento evidencia que el uso de la tecnología funciona como un puente para la memoria, ya que las imágenes le permitieron revivir momentos de logros y generar un estado emocional más positivo.

De acuerdo con este testimonio, se puede afirmar que evocar logros pasados actúa como una estrategia de afrontamiento que promueve emociones positivas y fortalece la autoconfianza, lo que a su vez contribuye a manejar la ansiedad y afrontar con mayor seguridad la veeduría deportiva.

6.2.3.1.5 Reevaluación positiva

Consiste en reinterpretar una situación estresante de manera más constructiva, identificando aprendizajes o aspectos favorables dentro de una experiencia ansiógena. En palabras de Garnefski y Kraaij (2007, citado por González y Rovella, 2024), se trata de la reformulación cognitiva del significado de un evento angustiante de una manera más positiva, con el propósito de reducir su impacto emocional.

Existen diversas formas de poner en práctica la reevaluación positiva. Por ejemplo, los participantes manifestaron:

Antes de la veeduría, cuando tenía esos pensamientos, trataba de ser realista, porque lo que uno piensa es muy diferente a lo que uno hace. Entonces, por ese lado me calmaba, porque lo que uno muestra en la cancha es muy diferente a lo que uno tiene muchas veces en la mente, y si no me escogían, pues sería ya para la próxima porque había más oportunidades en ese momento. (D6GF2)

“Me relajó un poquito porque sé que voy a tener más oportunidades, entonces yo pienso en que habrá otras pruebas” D2GF3; *“Bueno, yo me tranquilizo al pensar que van a haber más oportunidades, entonces, como que bajan los nervios al saber que esta no va a ser la única”* D5GF2.

En uno de los testimonios se evidencia cómo el participante aterriza sus pensamientos intrusivos adoptando una perspectiva más realista, lo que le permite disminuir la ansiedad y termina

haciendo una reevaluación centrada en la posibilidad de nuevas oportunidades. En ese sentido, parece ser que la función principal de este afrontamiento es regular la emoción y generar tranquilidad ante la incertidumbre, permitiendo afrontar la experiencia sin una carga excesiva de presión.

Por otra parte, la reevaluación también puede darse posterior a la experiencia. Así lo dio a entender un participante:

Yo me digo: si yo soy buen jugador, ¿qué pasa conmigo? Y como que caigo en cuenta que es parte del proceso; siempre todos los futbolistas tienen partidos buenos y malos, entiendo que es parte del proceso, entonces sé que eso puede pasar. (D5GF1)

Podemos ver cómo en este caso la reevaluación permite disminuir sentimientos de culpa y ansiedad, favoreciendo una percepción más equilibrada y positiva del desempeño personal.

Se puede concluir que la manera en que se perciben las situaciones difíciles inicialmente no es definitiva, pues la reevaluación ofrece nuevas formas de interpretar la experiencia, promoviendo la autocompasión.

6.2.3.1.6 Evitación

Esta subcategoría hace referencia a la tendencia de ignorar, evadir o distraerse de la situación generadora de ansiedad, con el propósito de reducir temporalmente la tensión emocional. De acuerdo con Luciano (2010), la estrategia de evitación consiste en un conjunto de acciones orientadas al escape del malestar, cuyo objetivo es regular el estado emocional de manera inmediata. En esa misma línea, González (2017) plantea que tanto la evitación cognitiva como la conductual pueden generar una disminución significativa de la ansiedad.

Esta estrategia se evidencia en los testimonios de dos participantes diciendo: “Pues yo la verdad, lo que hago es tranquilizarme o relajarme, pensar en otra cosa que no sea eso. Por ejemplo, me pongo a ver videos, a veces veo mucho video para no acelerarme y no pensar algo malo” (D1GF4); “A veces me distraía con mis amigos para olvidarlo y no tener tantos nervios a la hora de la veeduría” (D4GF3).

Se evidencia que el acto de no pensar viene acompañado de una conducta distractora, y esto funciona como un mecanismo de regulación emocional inmediato. Esta estrategia permite a los participantes mantener la calma antes de afrontar la visoría deportiva. No obstante, esta forma de

afrontamiento, aunque efectiva a corto plazo, se utilizó únicamente en momentos previos a la situación ansiógena, lo que sugiere que su función principal fue reducir temporalmente la ansiedad.

6.2.3.1.7 Respiración

La forma en que respiramos influye directamente en nuestros pensamientos y comportamientos, y a su vez, nuestros pensamientos y comportamientos afectan la manera en que respiramos (Labiano, 2006). Esta subcategoría hace referencia al uso consciente de la respiración por parte de los participantes de las veedurías, como una estrategia para reducir la activación fisiológica asociada a la ansiedad, logrando así mayor calma y control emocional. Uno de los deportistas expresó:

Yo cuando sentía que estaba tensionado, empezaba a respirar hondo, cerraba los ojos y trataba de calmarme yo mismo. Y sí, muchas veces me funcionaba, muchas veces empezaba a jugar más fluido, como que los pases me empezaban a salir bien y sí, muchas veces me funcionó para calmarme y hacer las cosas con más claridad. (D4GF1)

Este testimonio evidencia cómo el acto de respirar de forma consciente le permitió el manejo de emociones, permitiéndole recuperar el enfoque y mejorar su desempeño deportivo.

De forma similar, otros participantes relataron cómo utilizaron esta técnica para recuperar el control: “Respiraba, algunas veces respiraba hondo y soltaba el aire, que fue lo que me enseñaron en clase de educación física para calmar la ansiedad y los nervios y soltarse más (D2GF3); “Yo contaba 5 segundos para relajarme, respiraba y decía, ‘Vamos para adelante, que sí podemos lograrlo” (D1GF3); “Eh, yo lo que hice fue respiré y en mi mente lo hice a un lado y traté de dar lo mejor de mí, confiar en lo que podía dar” (D4GF2). “También lo que hacía era calmarme, entonces yo miraba el partido como iba, y respiraba, inhalando y exhalando y sigo el partido” (D5GF2).

Estos testimonios muestran que la respiración consciente actúa como una herramienta de regulación emocional y cognitiva, que facilita al deportista gestionar las manifestaciones de ansiedad permitiendo a los participantes mantener la serenidad, la confianza y el control del cuerpo en momentos de alta exigencia. Así, aun en presencia del miedo o la ansiedad, detenerse unos segundos para respirar se convierte en un acto de fortaleza y autocontrol.

6.2.3.2 Estrategia de afrontamiento centrada en el problema y/o en la tarea

Esta categoría refiere a las estrategias de afrontamiento utilizada cuando la persona evalúa que sí puede actuar para modificar lo que sucede; es decir, realiza acciones dirigidas a cambiar o controlar algunos aspectos de la situación percibida como difícil (Lazarus y Folkman, 1984, citado por Pascual y Conejero, 2019) y, en este caso, se refleja en el “ajuste en la forma de jugar” que realizan los deportistas.

6.2.3.2.1 Ajuste en la forma de jugar

Esta subcategoría hace referencia al ajuste consciente en la manera de jugar, entendido como la modificación intencional de la estrategia, la técnica o el ritmo de desempeño con el propósito de adaptarse a las demandas de la situación y reducir la ansiedad. Esta estrategia de afrontamiento centrada en la tarea permite al deportista mantener el control sobre su rendimiento mediante la observación, corrección y adaptación de su conducta en tiempo real.

Los participantes expresaron diversas formas de aplicar este ajuste, que van desde la identificación de errores para corregirlos, hasta la modificación del estilo de juego para mejorar el rendimiento: *“Empezaba a hacer las cosas mejor a través de los errores que cometía, los empezaba a ver, cómo cometía el error y a cómo remendarlo”* (D2GF3); *“También, corría todos los balones. Trataba de dar los pases mejor y también me concentré mucho en no melear tanto, sino en tocar más porque eso también lo ven mucho y era mejor”* (D4GF2); *“Pensaba en hacerlo bien y controlar bien, en corregir las veces que me quitaban el balón, mirar para los lados y todo”* (D5GF4).

Estos testimonios muestran cómo los deportistas identifican sus errores, ajustan su estilo de jugar y modifican su conducta para mejorar su desempeño. En este sentido, el ajuste en la forma de jugar se convierte en una estrategia activa de afrontamiento, mediante el cual los deportistas analizan sus errores, modifican su ejecución y adaptan su estilo de juego a las exigencias del contexto competitivo.

6.2.4 Percepción de la influencia de la ansiedad sobre el rendimiento deportivo

Tabla 16

Categorías y subcategorías sobre la percepción de la influencia de la ansiedad sobre el rendimiento

Categoría	subcategorías	Descripción
Percepción de la influencia de la ansiedad sobre el rendimiento de los deportistas	Desfavorable	Percepción de los deportistas de que la ansiedad perjudica o afecta negativamente el rendimiento deportivo.
	Favorable	Percepción de los deportistas de que la ansiedad facilita o favorece el rendimiento deportivo.
	Neutra	Percepción de los deportistas de que la ansiedad no afecta ni favorece el rendimiento.

La categoría “percepción de la influencia de la ansiedad sobre el rendimiento de los deportistas” se refiere a la manera en que los deportistas interpretan o valoran los efectos de la ansiedad en su desempeño. Se encontraron tres tipos de influencia: desfavorable, favorable y neutra.

6.2.4.1. Influencia desfavorable

Esta subcategoría hace referencia a la valoración que hacen los deportistas sobre la ansiedad como una experiencia que afecta negativamente su rendimiento. Se encontró que las manifestaciones de ansiedad (cognitiva, fisiológica y motora) interfirieron en los procesos atencionales, la fluidez de las jugadas, la ejecución técnica y la toma de decisiones, generando una sensación de pérdida de control y disminución del desempeño durante la competencia.

Muchos participantes coinciden en que, a pesar de tener un adecuado rendimiento en los entrenamientos, en las visorías no logran desempeñarse con la misma confianza ni fluides. Un ejemplo lo relata un deportista:

Sí, sí se vio bastante afectado porque el día anterior había entrenado y estaba en el 100%, y el día siguiente, cuando tocaba la visoría, estaba en un 20% de lo que había hecho yo el

día anterior. Por ejemplo, yo el día anterior había entrenado, había jugado bien, jugaba fluido. En cambio, en el partido estaba muy tenso, entonces no jugaba bien, tiraba los pases mal. A veces me equivocaba en varias cosas. (D3GF3)

De manera similar otros participantes expresan:

Yo digo que sí, me afectó en algunas cosas, porque algunas de mis capacidades no se mostraron por los nervios que tenía. El regate no lo pude mostrar, algo que sé hacer; entonces no pude hacer lo que yo puedo hacer en los entrenamientos. (D5GF3)

“... por la presión uno comete errores y baja el rendimiento; no hace las cosas muy bien. En cambio, en un partido normal uno no siente esa presión, se siente más confianza y más tranquilidad” (D6GF2).

Sí, porque yo en los entrenamientos hablo y confieso si tengo algún mal, les digo a mis compañeros y ellos me ayudan. Y siento libertad. En cambio, en los en los partidos de veeduría no; me siento encerrado, con nervios, inquieto, e impaciente. (D2GF4)

Los relatos muestran cómo la presión por rendir en una prueba de gran relevancia y los síntomas de ansiedad deterioran la ejecución de habilidades que, en condiciones normales, los deportistas podrían dominar con facilidad.

Otros participantes describen síntomas como bloqueo mental, tensión muscular, desconcentración, dificultades en la ejecución y deseo de evitar la situación:

"En las visorías es más bajo porque hay más presión; los nervios te traicionan y uno no juega bien, no recibe ni tira la pelota bien, no está pendiente del juego” (D4GF2); “En la veeduría no mostré todo mi potencial, me fallaron los cierres, salía mal, yo creo que los nervios me ganaron” (D3GF2); “Yo me sentía bien en los partidos normales, pero en la veeduría, sentí una presión en el corazón que me daba fuerte. Yo le decía al profe que no me metiera al campo que no quería jugar” (D4GF4).

En estos casos, se puede observar cómo la situación de evaluación que tienen que atravesar en las visorías deportivas tiene un impacto psicológico que impide la ejecución óptima.

De manera complementaria, otro participante refiere que la ansiedad afectó la toma de decisiones en el campo: *“Sí, si me afectó, porque a veces, por los nervios, dudaba de lo que quería hacer o no y terminaba haciéndolo mal”* (D4GF3).

También, se evidencia cómo los participantes tienden a anticipar resultados negativos, lo cual se termina convirtiendo en una profecía autorrealizada, ya que el creerlo genera comportamiento que hace que la predicción se cumpla. En otras palabras, el miedo a fallar termina causando el fallo (Merton, 1964). Un ejemplo de esto lo expresa un participante:

Cuando estaba haciendo la visoría, sentí mucha ansiedad, pensamientos malos, como que no iba a rendir muy bien en la cancha. Eso afectó mi rendimiento en el partido, porque de tanto pensar en eso daba los pases mal, pensaba que no iba a pasar y que el profesor me iba a decir que no estaba elegido, y a causa de eso, durante la visoría, mi rendimiento bajó mucho. (D2GF3)

La ansiedad no solo se manifiesta durante la competencia, sino también antes de ella. Un participante relata: *“Me afecta también porque pienso hasta muy tarde, y eso me cobra sintiéndome pesado, lento, bajándome la autoestima, diciéndome lento, no sirves para nada”* (D2GF4). Estas expresiones muestran que el auto diálogo de algunos participantes se basa en la autocrítica negativa lo que causa malestar emocional.

En conjunto, estos testimonios evidencian como los deportistas perciben que la ansiedad afecta su rendimiento de manera importante, dejando ver que estas emociones intensas afectan la concentración, la toma de decisiones, genera bloqueos mentales y afecta la ejecución técnica.

6.2.4.2. Influencia favorable

La subcategoría “influencia favorable” se refiere a la valoración que realizan los deportistas sobre la ansiedad como una experiencia que favorece el rendimiento deportivo. Se encontró que cierto nivel de ansiedad puede ser beneficioso, ya que activa un estado de alerta y concentración en los deportistas.

En el discurso de un participante se observa cómo la presencia de pensamientos negativos activa un nivel de alarma que impulsa a mantener el foco de atención en la tarea y cuidar la ejecución, mostrando cómo la ansiedad actúa como un mecanismo de prevención al error:

No, porque uno viene a hacer lo suyo, y con las cosas que estaba hablando anteriormente, yo creo que uno a veces es mejor tener pensamientos negativos porque uno entra como en un estado de alarma, un estado de alerta. Uno está más como que tengo que hacer las cosas bien, porque yo siento que, si uno entra muy confiado al terreno de juego, en la primera jugada que te equivoques, esa jugada hace como un efecto de montaña rusa y te baja todos los ánimos... (D3GF1)

De manera similar, otro deportista coincide en que tener cierto nivel de ansiedad lo ayuda a estar más atento y pendiente de su ejecución. Además, señala que el exceso de confianza actúa, en muchas ocasiones afectando negativamente el rendimiento:

Sí, porque si uno va como preocupado, diciendo: "No, de pronto me voy a equivocar en un pase o vaya a brincar y se me pase el balón". Uno sabe que va a tener que estar más alerta, a brincar bien, a mirar bien el balón, a dar un buen pase. Pero si uno va confiado, uno va a confiar y el primer balón que uno le entreguen le rebota, se le alza, se le pasa. (D4GF1)

En conjunto, estos testimonios reflejan una ansiedad facilitadora, donde los deportistas perciben que esta contribuye a mejorar el rendimiento al permitir un estado de alerta y concentración en los movimientos.

6.2.4.3 Influencia neutra

La categoría “influencia neutra” hace referencia a la valoración de los deportistas de que la ansiedad no favorece ni debilita el rendimiento deportivo. Se encontró que la confianza actuó como un factor protector, lo cual concuerda con lo que aparece en diferentes estudios, en los que establecen que la autoconfianza o autoeficacia se relaciona positivamente con el rendimiento deportivo (García-Naveira, 2018). Así lo señalan los deportistas:

"... La verdad, no. Yo confío en lo que soy y en lo que sé hacer, no me dejo llenar la cabeza de esas ideas. Yo sé hacer esto, yo voy a hacer esto y lo voy a lograr. Así que yo creo que no, igual

o superior jugué, la verdad” (D1GF1); “No, yo digo que igual, lo mismo, es que esos pensamientos y esos nervios son antes, durante el partido ya uno va cogiendo confianza y lo hace bien, porque uno cree en uno y en sus capacidades”(D2GF1); “No, no me afectó, siento que hasta cuando hay una veeduría juego como hasta más, porque me tengo confianza” (D5GF1).

En resumen, estos testimonios señalan que, para estos deportistas, la ansiedad no influye significativamente en el rendimiento. Por el contrario, los deportistas mencionan que han desarrollado la creencia firme en sus capacidades lo cual les permite sostener su rendimiento incluso en medio de la ansiedad.

7 Discusión

En este apartado se presentan los análisis de los resultados del estudio, con el propósito de establecer relaciones con la teoría e investigaciones previas. Asimismo, se plantean diversas implicaciones de estos hallazgos en los deportistas, los entrenadores, los agentes deportivos y el bienestar psicológico. Teniendo en cuenta lo anterior, las discusiones estarán divididas en 6 sesiones: La prevalencia de ansiedad y experiencia subjetiva en veedurías deportivas: de la motivación a la presión y el miedo a fallar; sobre los factores ansiógenos en las veedurías deportivas: un contexto de altas demandas; estrategias de afrontamiento ante la ansiedad competitiva: la búsqueda de la calma en medio de la presión; la ansiedad y su papel en el rendimiento deportivo: una mirada desde la experiencia de los deportistas; el bienestar psicológico del deportista: más allá del rendimiento y la veeduría, y la ansiedad como “filtro implícito” en los procesos de veeduría deportiva.

7.1 La prevalencia de ansiedad y experiencia subjetiva en veedurías deportivas: de la motivación a la presión y el miedo a fallar

Dos de los objetivos importantes en este estudio eran conocer la prevalencia de ansiedad y la experiencia subjetiva de deportistas en contextos de veedurías deportivas, integrando un enfoque cuantitativo y cualitativo de investigación.

Los resultados cuantitativos permitieron identificar la prevalencia, intensidad y características de los síntomas de ansiedad en una muestra de 195 jóvenes futbolistas. En general, los participantes presentaron niveles leves a moderados de ansiedad, destacándose la preocupación cognitiva ($\bar{x}= 14,8$) como la manifestación más frecuente. Esta preocupación estuvo centrada en el desempeño, la posibilidad de cometer errores y el temor a no satisfacer las expectativas propias o de otros, mostraron niveles de intensidad altos, lo cual podría reflejar que los participantes valoran la veeduría principalmente como una oportunidad de desarrollo personal y deportivo decisiva. En cuanto a los síntomas fisiológicos se evidenció baja presencia. Asimismo, se identificaron asociaciones significativas entre ciertas dimensiones de la ansiedad —especialmente la preocupación, la sintomatología somática moderada y las dificultades atencionales— y la probabilidad de no ser seleccionado durante la veeduría. Por otro lado, factores deportivos como

la experiencia previa, la categoría competitiva y los años de entrenamiento se relacionaron positivamente con la selección o no en la prueba.

Los resultados cualitativos complementan los hallazgos cuantitativos mostrando que las visorías deportivas son vividas por los deportistas como experiencias emocionalmente intensas y ambivalentes. Por un lado, aparecen emociones agradables como alegría, la motivación por la posibilidad de lograr los objetivos deseados, motivación y expectativas de progreso deportivo; por otro, emergen nervios, miedo y preocupación por no ser seleccionados. La autoconfianza también fluctúa: algunos jugadores se sienten seguros de sus capacidades, mientras que otros experimentan duda personal, especialmente cuando es su primera visoría. La ansiedad se presenta como un componente central y se manifiesta de tres formas: a nivel cognitivo, con pensamientos anticipatorios, miedo al error y al fracaso, temor a decepcionar a la familia, autoexigencia, incertidumbre y dificultades para concentrarse; a nivel fisiológico, con aceleración del ritmo cardíaco, sudoración, opresión en el pecho, aumento de la temperatura corporal, escalofríos, y sensación de ahogo; y a nivel motor, con temblores, errores técnicos, pases fallidos, dificultades en la recepciones del balón y conductas de evitación del balón. Finalmente, cuando los resultados no son los esperados, los deportistas experimentan frustración y malestar emocional intenso, que pueden aparecer durante o después de la visoría, acompañados de desánimo, autocritica y dudas sobre continuar en la formación deportiva.

Ahora bien, la veeduría representa una oportunidad para avanzar en el proyecto deportivo del atleta y se vive como un examen que puede definir su futuro. Por ello, como se observó en este estudio, emerge una combinación de afectos agradables y desagradables, junto con expectativas de progreso.

Por una parte, las emociones agradables surgen, como señalan Lirio et al. (2010), cuando el individuo alcanza o está en camino de alcanzar una meta anhelada, situación que se presenta claramente en las veedurías. Por otra parte, frente al miedo y los nervios, se retoma la idea planteada por Lazarus y Folkman (1986) sobre la evaluación cognitiva como mediadora del estrés: no es el evento en sí, sino el significado que la persona le atribuye a la situación lo que determina la respuesta emocional. En este caso, la veeduría es interpretada como un momento decisivo que exige demostrar valor personal, lo cual genera, como se encontró, una sensación de vulnerabilidad ante la posibilidad de fallar.

Los resultados también muestran que la experiencia en estos contextos se ve impregnada de autoconfianza y duda personal. Mientras algunos se perciben seguros de sus capacidades, otros experimentan dudas, principalmente aquellos que no cuentan con participaciones previas. Esta variación es congruente con lo que exponen Weinberg y Gould (2010) en la que señalan que la autoconfianza no es un rasgo estable y puede variar según diferentes variables como la interpretación de la situación, el nivel de exigencia, su preparación, su experiencia previa y el grado de presión o ansiedad que sienta. Así, la fluctuación en la autoconfianza depende de diferencias individuales y la forma en que cada jugador evalúe el evento, el nivel de exigencia y su propio valor para enfrentarla adecuadamente.

Estos hallazgos se relacionan con lo encontrado en otras investigaciones donde señalan que el mayor síntoma de ansiedad en situaciones competitivas es la preocupación por el resultado, por la posibilidad de cometer errores y por la presión que sienten de fallar a otros, más que síntomas físicos y de desconcentración (Junior et al., 2000; Salas, 2013; Baquero, et al., 2023). Cabe destacar que, en esta investigación los resultados cuantitativos mostraron de manera puntual que los participantes se preocupan más por no cumplir su objetivo ($\bar{x}$ = 53.3%). Lo que podría resaltar la importancia de estos procesos en la vida de deportiva de los individuos.

También, en los resultados cualitativos se identificaron experiencias claras de ansiedad fisiológica que coinciden con lo planteado por la teoría de (Lang, 1968, como se citó en Martínez-Monteagudo et al., 2012). En primer lugar, las manifestaciones de ansiedad cognitiva aparecieron tanto antes como durante la veeduría. Por su parte, la ansiedad fisiológica se presentó en los momentos previos y se intensificó durante la actuación en la veeduría, esto concuerda con la teoría Multidimensional de Martens (1977, citado por Weinberg y Gould, 2010) quien encontró que la ansiedad somática tiende a aumentarse en los momentos inmediatamente previos y durante la competencia. Cabe resaltar que algunos deportistas refirieron sentir ansiedad solo antes de la veeduría y que, durante, no la experimentaron, lo cual deja ver la pluralidad y al mismo tiempo subjetividad de las experiencias.

En cuanto a la ansiedad motora, los deportistas la nombraron parte de su vivencia durante las pruebas, ya que tuvieron fallos en la ejecución que normalmente no presentaban, lo cual se traduce a afectaciones en el rendimiento. Esto se evidenció en los resultados de Salas (2013), donde se preguntaban por la influencia de la ansiedad en el proceso de adaptación en los jóvenes

futbolistas de 11 a 19 años del Envigado Fútbol Club y encontraron que sí impactaba la adaptación, ya que afectaba negativamente el rendimiento y la motivación.

Es importante mencionar que, debido al miedo a cometer errores, varios deportistas expresaron que preferían no recibir el balón. Esta conducta de evitación es común en personas que experimentan ansiedad, ya que tienden a alejarse de situaciones que perciben como potencialmente amenazantes con el fin de reducir la posibilidad de fallar o exponerse a un juicio negativo. Según Clark y Beck (2012), este tipo de respuestas evitativas surge de una anticipación negativa del error, que lleva al individuo a escapar de aquello que considera riesgoso para su desempeño.

Asimismo, en los hallazgos cuantitativos, se evidenció que entre más años jugando fútbol y más experiencia en procesos de veedurías, hay más posibilidades de ser seleccionados. Así también lo concluyen otros estudios, mostrando que atletas con mayor madurez deportiva presentan menores niveles de ansiedad y mejor rendimiento (Ruiz y Zarauz, 2015).

Ahora bien, algunos deportistas nombraron la frustración y el malestar emocional como parte de la experiencia cuando no logran pasar a la visoría. Estos resultados se relacionan con lo establecido en la teoría, según la cual la frustración emerge cuando ocurre una discrepancia entre lo que se quiere y lo que se obtiene. De acuerdo con Ventura-León et al (2018) mientras más intenso sea el deseo de lograr la meta, mayor será la respuesta emocional y la frustración que aparece (Ventura-León et al., 2018). Esto se refleja en los deportistas participantes de este estudio, ya que, pasar o ser seleccionados, representaba un objetivo altamente significativo y decisivo para su vida, lo cual explica el malestar emocional.

En los testimonios de los participantes se evidencian desánimo, autorreproche y desmotivación, indicadores que pueden comprenderse desde la Teoría de la Autodeterminación propuesta por Deci y Ryan (2008, como se citó en Stover et al., 2017). Esta teoría plantea que existen tres necesidades psicológicas básicas y universales, las cuales son autonomía, competencia y vinculación, cuya satisfacción es esencial para la motivación y el bienestar. De acuerdo con la revisión sistemática de Stover et al. (2017), cuando estas necesidades se ven satisfechas, las personas pueden experimentar mayores niveles de bienestar psicológico; sin embargo, cuando se ven amenazadas, emergen emociones desagradables, dudas sobre uno mismo y disminución de la motivación. En el contexto deportivo, los resultados muestran que la necesidad más afectada fue la competencia, especialmente cuando los jugadores sintieron que no lograron aquello para lo que se habían preparado. Esto se evidencia en expresiones como: “Me hicieron varios goles y yo creo

que desde ahí me decaí mentalmente (...) ya una goleada y yo ya estaba desanimado” (D1GF2), lo que refleja claramente cómo la percepción de no cumplir con el desempeño esperado impacta negativamente el bienestar emocional de los deportistas.

En esta misma línea, Ávila Fray (2016, citado por Tapia, 2017) menciona que la frustración actúa como una barrera para lograr los objetivos propuestos. Esto se evidencia en la primera frase, donde el deportista muestra desánimo incluso antes de finalizar la veeduría.

Siguiendo con lo expuesto, los resultados se relacionan con lo planteado por Weinberg y Gould (2010) sobre la autoconfianza, quienes señalan que la autoconfianza está determinada en gran parte por las experiencias previas. En ese sentido, el no pasar o tener un bajo rendimiento en este contexto de veedurías puede reducir de manera drástica la confianza, y aumentar la probabilidad de frustración, rumiación e intentos de deserción o abandono deportivo.

Todo lo anterior permite hacer un análisis crítico del deporte, en este caso al fútbol, ya que hay una tendencia a no permitir el error como parte del proceso de aprendizaje y de adquisición de experiencia, por el contrario, se suele, en muchos casos, satanizar la derrota, omitiendo que tanto el triunfo como la pérdida, son resultados inherentes al juego y con probabilidades similares de ocurrir. De este modo, se deja de lado la importancia de educar también para afrontar la pérdida, resignificarla y continuar con sus objetivos sin caer en la desmotivación y/o deserción. Asimismo, es necesario recalcar la importancia de brindar apoyo emocional para aquellos deportistas que no logran pasar a las visorias, dado que, estos resultados adversos pueden vivirse como se ha evidenciado de manera angustiante.

7.2 Sobre los factores ansiógenos en las veedurías deportivas: Un contexto de altas demandas

Los resultados obtenidos en este estudio evidencian que los deportistas, en su experiencia de veedurías deportivas, atribuyen sus estados de ansiedad a cuatro grades factores: 1) Sociales y familiares; 2) agentes deportivos; 3) contextuales; y 3) personales.

El primer y segundo factor dan cuenta de las presiones surgidas de la evaluación y expectativa del rendimiento y futuro deportivo; el tercero pone de manifiesto la influencia del contexto de selección, donde la comparación con otros competidores, la exposición a entornos desconocidos y la importancia atribuida al evento generan la aparición o el aumento de la ansiedad; finalmente, los factores personales evidencian la manera en que las percepciones, exigencias

internas y experiencias previas que el deportista activa frente a la situación evaluativa también generan ansiedad.

Estos hallazgos coinciden con lo encontrado en la literatura, que señala que los contextos competitivos y de evaluación deportiva activan o generan múltiples fuentes de ansiedad, tanto internas como externas, producto del significado de estas para el futuro del propio deportista y de las personas a su alrededor (Paredes et al., 2014).

En la investigación se identificó que, si bien el acompañamiento familiar facilita el acceso y la permanencia en el deporte, cuando la familia descarga sobre el deportistas exigencias y expectativas elevadas esta se convierte en una fuente de presión constante. Este hallazgo es consistente con lo planteado por Pineda-Espejel et al. (2019), quienes afirman que las expectativas parentales frecuentemente asociadas al deseo de que los hijos alcancen el nivel profesional o mejoren las condiciones económicas familiares, afectan la motivación y el estado emocional de los deportistas. Estas proyecciones suelen responder a logros no alcanzados por los padres, a la aspiración de ascenso social o al miedo a que el “fracaso” de sus hijos afecte su imagen (González, 1997, como se citó en Briseño, 2015; Ramos, 2016).

De manera complementaria, los deportistas del estudio señalaron sentir la necesidad de cumplir con las expectativas impuestas por los padres, reconociendo los esfuerzos que ellos realizan en su carrera deportiva y expresan temor a “dañar” lo que esperan de ellos. Esto se relaciona con lo planteado por Harwood y Knight (2015), quienes argumentan que los deportistas sienten el deber de retribuir los sacrificios parentales. Un aporte de este estudio que amplía lo señalado por la literatura es la percepción de algunos deportistas de que deben “sacar adelante” a sus padres, intensificando la carga emocional. Esto adquiere especial relevancia en contextos como la región de Urabá donde el deporte, en especial el fútbol, es concebido socialmente como una posible vía de ascenso social y económica.

En esa misma línea, los hallazgos muestran que la presencia física de los padres durante las veedurías es interpretada por los deportistas como un acto de evaluación constante, lo que coincide con el concepto de “presión parental percibida” propuesto por Wuerth et al. (2004). Asimismo, los resultados del estudio evidencian un elemento adicional: los deportistas relacionan los errores y el no ser escogidos con consecuencias como la interrupción del proceso deportivo, elemento que sugiere que el apoyo parental está condicionado por el rendimiento. De la misma manera, la

posibilidad de decepcionarlos genera miedo a ser rechazados o desaprobados, lo que incrementa el malestar emocional (Ramos, 2016., Ochoa, 2024).

Estas dinámicas tienen implicaciones emocionales, cognitivas y conductuales significativas. Los participantes expresaron sentir miedo, nervios, presión, culpa y sensación de malestar. De acuerdo con la literatura, en lo emocional, se incrementa la ansiedad, el temor al fracaso y sentimientos como la culpa o la frustración (Ossorio, 2012; Ochoa, 2024). En lo cognitivo, favorecen la preocupación excesiva por los errores, afectando la concentración. En lo conductual, pueden producir agotamiento, desinterés, conflictos familiares y abandono del deporte, especialmente cuando deja de disfrutarse y se convierte en una obligación (Abarca, 2024; Latorre et al., 2009; Molina, Sadín y Chorot, 2013; Molina et al., 2014).

En conjunto, la presencia de los padres, lejos de ser entendida como un acompañamiento incondicional, es interpretada por los deportistas como un acto de evaluación constante. En este marco, los jóvenes internalizan la idea de que un mal desempeño no solo compromete sus propias metas, sino que también representa una decepción para sus familiares, quienes depositan expectativas en ellos.

Aparte de la familia, las voces de los participantes muestran que la presencia de los espectadores en escenarios deportivos emerge como un factor determinante en la vivencia emocional de los deportistas. Los hallazgos del estudio evidencian que el público se convierte en una fuente significativa de presión, generando e intensificando la ansiedad y modulando la experiencia de la práctica deportiva. Tal como señalan Ramos (2016), Ochoa (2024) y Guspa et al. (2025), los espectadores son percibidos como evaluadores constantes cuyos juicios inciden directamente en el rendimiento y en el estado emocional de los atletas.

Los deportistas de la investigación describen un temor persistente a ser observados, juzgados o criticados, manifestando emociones como vergüenza, miedo, nerviosismo y bloqueo. Este fenómeno se ha asociado a la ansiedad por evaluación social, entendida como el temor a ser juzgado negativamente por los demás (Watson y Friend, 1969). En el contexto deportivo, diversos estudios han señalado que la presencia del público incrementa la activación fisiológica y cognitiva de los atletas afectando la toma de decisiones y la ejecución técnica. Además, en la investigación de Ochoa (2024) se menciona que los participantes refirieron preocupación, miedo y nerviosismo ante la posibilidad de fallar, ya que, si no cumplían con las expectativas de los espectadores, estos

empezaban a realizar críticas, tener comportamientos agresivos y realizar comentarios negativos sobre ellos y su rendimiento.

Un elemento relevante que emerge en este estudio y que enriquece lo señalado por la literatura es la manera en la que algunos atletas interpretan los gritos o críticas del público como una forma de agresión simbólica. Cuando un deportista mencionó *“si me gritan es como se me estuvieran pegando o me regañaran”* (D1GF4), deja en evidencia cómo puede relacionar una acción de castigo y censura con el juicio de los espectadores. Este resultado sugiere una internalización del público como una figura que sanciona, lo que incrementa la vulnerabilidad y por tanto la ansiedad de los jóvenes.

Asimismo, la sensación de ser foco de atención exclusivo de personas que evalúan evidencia lo que Eysenck et al. (2007) condensa en su teoría de la eficacia del procesamiento, en la que afirma que, bajo presión, la atención se dirige hacia amenazas reduciendo la concentración en las demandas de la tarea.

En ese sentido, las experiencias de los jóvenes muestran que la presión ejercida por los espectadores produce una carga emocional que interfiere con la confianza en las propias capacidades y con la libertad de ejecución durante el juego. La percepción de ser observados de manera constante intensifica la autocrítica y convierte el error en un acontecimiento público, lo que amplifica sus consecuencias psicológicas.

Siguiendo la línea en el contexto deportivo, la presencia de agentes de evaluación como los veedores u “ojeadores”, constituye un factor ansiógeno central, especialmente en escenarios de selección y visorias. La sola presencia de estos agentes representa una fuente de presión externa en los deportistas, ya que la percepción de ser constantemente observados y juzgados genera temor a cometer errores, preocupación por no cumplir con las expectativas, y que haya consecuencias directas sobre la posibilidad de alcanzar un proyecto de vida (Junior et al., 2000).

Watson y Friend (1969) señalan que los individuos experimentan malestar ante situaciones de evaluación, ya que, piensan que serán juzgados negativamente, por tanto, la mirada de un agente externo que decide el ingreso o no a un club se convierte en una forma de presión evaluativa de las capacidades, que los jugadores pueden interpretar como una amenaza constante a sus objetivos, lo cual se encontró en esta investigación.

Los testimonios de los participantes evidencian cómo este fenómeno se manifiesta en un estado de hipervigilancia frente al evaluador: tras cometer un error, su reacción inmediata era

comprobar si el veedor lo había notado, lo que incrementaba aún más la ansiedad experimentada. En coherencia con Gimeno et al. (2001, citado por Medrano y Espada, 2018) explican que la evaluación del rendimiento, particularmente cuando está en manos de agentes decisivos, en este caso los veedores, se convierte en una fuente significativa de presión, ya que el juicio emitido por ellos puede determinar el curso de la trayectoria deportiva del jugador.

Asimismo, los resultados del presente estudio muestran un elemento adicional poco abordado en la literatura: los deportistas desarrollan un sesgo evaluativo según su desempeño, asumiendo que los ojeadores no los miran cuando lo hacen bien, pero que sí los observan detenidamente cuando fallan. Este patrón cognitivo amplifica la autoconciencia, el temor al error y la sensación de amenaza personal, lo cual concuerda con los modelos cognitivos de la ansiedad que señalan que, bajo presión, la atención se desplaza hacia señales externas interpretadas como amenaza (Eysenck et al., 2007).

Esta presión incrementa la probabilidad de experimentar bloqueos mentales, pérdida de concentración y errores técnicos en el campo de juego (Gimeno, et al., 2001, como se citó en González-Campos et al., 2014). Los relatos de los jugadores muestran que la atención de los jóvenes no se centraba en la ejecución, sino en anticipar la posible reacción de los ojeadores ante cada jugada, lo cual coincide con lo señalado por Junior et al. (2000), quienes destacan que la evaluación es una de las demandas más estresantes del deporte competitivo.

También, se encontró que los entrenadores constituyen una figura central en el proceso deportivo de los adolescentes y jóvenes, ya que son ellos quienes acompañan y guían a los deportistas en entrenamientos, competencias y eventos deportivos como veedurías. Por lo tanto, sus conductas, actitudes e ideas van a marcar de manera significativa la forma en que los deportistas se sientan y vivan el deporte (Gordillo, 1992). Así mismo lo menciona Pulido et al. (2018), afirmando que el entrenador pasa a ser uno de los agentes de socialización más influyentes en la vida de los deportistas, no solo impactando el ámbito deportivo, sino su desarrollo socioafectivo, físico y cognitivo.

Cuando los entrenadores utilizan un estilo de enseñanza orientado a la tarea, basado en el esfuerzo y la mejora, se favorece un clima afectivo motivante. Sin embargo, cuando predomina un estilo orientado al logro, donde se enfatizan los resultados, la comparación social y los castigos por el error, se genera un clima de presión que los deportistas viven como amenazante. Nicholls (1992, como se citó en Moreno-Luque, 2020) señala que este tipo de clima incrementa el miedo a fallar y

disminuye la confianza, aspectos coherentes con lo expresado por los participantes del estudio, quienes describen que las críticas, correcciones duras o los regaños en público intensifican la ansiedad: *“Cuando el entrenador empieza a gritar ahí sí me da ansiedad; que me empieza a regañar y ya”* (D1GF4).

Este hallazgo se vincula con lo planteado por Salinero et al. (2006), quienes afirman que los jóvenes adoptan las metas que perciben en su entorno; así, cuando prevalece un énfasis excesivo en el rendimiento, el error adquiere un significado de fracaso personal. En coherencia con esto, los participantes señalaron sentirse responsables ante la posibilidad de decepcionar a sus entrenadores: *“sería una decepción para ellos ver cómo jugamos mal en esas veedurías”* (D3GF3).

Un aporte significativo del estudio es identificar al patrocinador como fuente de ansiedad. En contextos como Urabá, donde el deporte representa un mecanismo de reconocimiento social y desarrollo económico, la presencia de estos agentes genera temor a defraudarlos, intensificando la presión y la ansiedad durante las veedurías.

Estos factores abordados tienen en común la percepción de presión derivada de expectativas y evaluación, la cual genera diferentes afectaciones psicológicas. Tomando en consideración lo anterior, se puede decir que los actores sociales, familiares y deportivos deben acompañar los procesos de los jugadores de manera más consciente, evitando generar tensiones, críticas excesivas o expectativas fuera del alcance. El acompañamiento podría implicar ofrecer apoyo emocional, reconocer los esfuerzos por encima de los resultados, crear un entorno seguro donde los errores se perciban como oportunidades de aprendizaje y brindarles a los deportistas formas de afrontar las demandas de dicho contexto de forma adaptativa.

Ahora bien, aparte de lo mencionado, emergen factores contextuales que hacen parte fundamental de la vivencia de los deportistas.

Por ejemplo, en el estudio se encontró que la comparación social en contextos de selección constituye un factor ansiógeno de gran relevancia, ya que sitúa al deportista en una dinámica constante de evaluación frente a sus pares. Según la teoría de la comparación social de Festinger (1954 como se citó en Jacinto-Gómez, 2005), los individuos tienden a valorarse en función de los demás, especialmente en situaciones de incertidumbre y exigencia. En el deporte, y particularmente en los procesos de selección, este mecanismo se activa de manera intensa, dado que los jugadores buscan ubicarse en relación con los otros para definir su propio nivel de competencia.

Desde el testimonio de los participantes, se encontró que experimentaban inseguridad al compararse con otros, pues percibían que ellos eran superiores. Desde la literatura, este proceso cobra sentido, ya que se afirma que esta comparación suele orientarse hacia rivales percibidos como más experimentados, fuertes o con mayor trayectoria, lo que se denomina comparación social ascendente (Gómez-Jacinto, 2005). Si bien esta puede llegar a ser motivadora en algunos casos, en escenarios de competencia y de selección deportiva tiende a convertirse en un factor ansiógeno, ya que incrementa la sensación de desventaja, miedo y refuerza las dudas sobre la propia capacidad (Blasco, 2025).

Del mismo modo, el entorno desconocido funge como un factor ansiógeno para los deportistas de la investigación, lo cual coincide con los planteamientos de Lazarus y Folkman (1986) en su teoría transaccional del estrés y el afrontamiento, donde afirman que cuando el individuo evalúa que las demandas del entorno superan los recursos personales con los que cuentan se activan respuestas de estrés. En ese sentido, enfrentarse a veedurías fuera del lugar de origen representan situaciones nuevas y de alta incertidumbre, las cuales, en muchas ocasiones se puede percibir amenazantes y disminuir la percepción de control. Los hallazgos permiten interpretar que este desbalance entre demandas deportivas no solo aparece en la exigencia del rendimiento, sino en la pérdida de la rutina, lo conocido y las condiciones habituales.

En esa misma línea, Gudykunst (1995), en su Teoría de la Gestión de la Ansiedad y la Incertidumbre, sostiene que, al enfrentarse a situaciones nuevas, los individuos experimentan niveles elevados de ansiedad e incertidumbre debido a la falta de referentes claros para interpretar y actuar adecuadamente. Esta reacción, aunque natural, puede obstaculizar el rendimiento y la interacción si no se maneja. Este planteamiento converge con los resultados de este estudio, pues los deportistas mostraron que la llegada a un entorno desconocido, la exposición a nuevas dinámicas sociales y culturales generaron un incremento notable en la incertidumbre y la tensión emocional.

En un ámbito más específico como el deportivo, Dunn et al. (2016, citado por Porto et al., 2021) encontraron que los deportistas les beneficia recibir apoyo y respaldo de su familia, compañeros y entrenadores. Al analizar los resultados se observa claramente como la ausencia temporal de estas redes de apoyo durante el proceso de veedurías incrementó la vulnerabilidad emocional de los deportistas. La distancia del hogar, la separación de la familia y la convivencia

con personas desconocidas generaron un sentimiento de desprotección. En ese orden de ideas, se puede reconocer cómo el planteamiento de Dunn y compañía cobra sentido.

Por otro lado, la importancia del evento es un componente central en la aparición de la ansiedad competitiva. Según el modelo transaccional de Lazarus y Folkman (1984), los individuos evalúan cognitivamente las situaciones para determinar su relevancia personal. Cuando un evento es considerado altamente significativo porque de su resultado depende el proyecto, la validación personal o el reconocimiento, las demandas situacionales se perciben como mayores y se incrementa la probabilidad de que se activen respuestas emocionales intensas, entre ellas la ansiedad. En coherencia con esto, Weinberg y Gould (2010), retomando a Martens (1987) señalan que unas de las fuentes más comunes de estrés se encuentra la importancia atribuida al evento y la incertidumbre que rodea al resultado.

Los hallazgos de este estudio dialogan con esta perspectiva, ya que muestran que los deportistas otorgan a las veedurías un valor excepcional al percibirlas como oportunidades únicas y determinantes en su trayectoria. Esto permite comprender mejor el fenómeno nombrado en la literatura en estos escenarios específicos, pues la ansiedad no solo surge por el deseo de rendir sino de la percepción de que el desempeño en ese contexto en específico puede definir su futuro.

Ahora bien, considerando los factores ansiógenos contextuales, es importante que previo a los procesos de veedurías se fomente la autoevaluación centrada en el propio esfuerzo, enfocar la experiencia hacia el aprendizaje, ofrecer información clara del evento, brindar apoyo emocional ante cualquier malestar psicológico que emerja y construir o aprender formas de afrontamiento que sirvan de soporte en los momentos que lo requieran.

Siguiendo el mismo hilo conductor, en los testimonios de estos deportistas se evidencian factores ansiógenos internos, como la autoexigencia.

Los resultados muestran que, más que responder a presiones directas, varios deportistas experimentan ansiedad por su propia exigencia. En ellos se encuentra un fuerte deseo por destacar, hacerlo bien y de demostrar que son capaces, lo cual refleja la interiorización de estándares personales muy elevados. Incluso se pudo evidenciar que cuando reciben apoyo familiar sin señales explícitas de expectativas o exigencias los adolescentes y jóvenes transforman ese acompañamiento en un compromiso interno de dar lo mejor generando nerviosismo o temor a no cumplir con los estándares impuestos. Esta tendencia puede interpretarse a la luz de la teoría de la autodeterminación propuesta por Deci y Ryan (2008, como se citó en Stover et al., 2017) en la que

se plantea que la autoexigencia puede resultar de un proceso de internalización de metas y expectativas del entorno deportivo y en ocasiones el apoyo familiar que se vuelven parte del propio autoconcepto del individuo generando un fuerte compromiso con el desempeño. En este escenario, para algunos deportistas, la presión se vive como una responsabilidad autoimpuesta para cumplir con ideales personales de rendimiento.

También, la inexperiencia ante situaciones nuevas constituye para los jugadores una fuente generadora de ansiedad. Dentro de lo teórico, podemos encontrar que una de las razones es la percepción de incertidumbre que se produce cuando el individuo no cuenta con suficiente información para anticipar o controlar los resultados de sus acciones, lo que puede provocar ansiedad (Weinberg y Gould, 2010). Por otra parte, los modelos de estrés y afrontamiento plantean que el estrés surge cuando las demandas de una situación son evaluadas como mayores que los recursos disponibles para manejarla (Lazarus y Folkman, 1984). Bajo este marco, la novedad, la falta de experiencia y la sensación de no encontrarse “listo” que expresaron los deportistas al enfrentarse a su primera veeduría pueden afectar la confianza y generar ansiedad.

De la misma forma, desde las voces de los participantes se evidencia que haber vivido experiencias negativas en veedurías condiciona la forma en que enfrentan una nueva. Ellos expresan sentir desconfianza, nervios y duda sobre el rendimiento. Desde la literatura, se puede encontrar relación con la teoría de la autoeficacia de Bandura (1997 como se citó en Weinberg y Gould, 2010) en la que sostiene que las experiencias de logro constituyen una de las fuentes más influyente de autoeficacia, de manera que los éxitos favorecen la creencia en la propia capacidad, mientras que los fracasos pueden disminuir la confianza en las propias capacidades y generan mayor vulnerabilidad ante situaciones de logro. Esta perspectiva permite comprender cómo los antecedentes negativos inciden directamente en la percepción de competencia personal. Además, en el ámbito de la psicología del deporte, Weinberg y Gould (2010) señalan que las experiencias de éxito o de fracaso son una de las fuentes centrales de confianza o desconfianza, incidiendo en el nivel de ansiedad con el que los jugadores afrontan las competencias. En conjunto, estos aportes muestran cómo las experiencias previas negativas actúan como un factor ansiógeno interno, al debilitar la autoconfianza u condiciona respuestas de nerviosismo.

Por otro lado, se identifica que el miedo al fracaso emerge como un factor ansiógeno central en las veedurías, pues los deportistas anticipan consecuencias negativas ante cualquier error y lo interpretan como una amenaza para su rendimiento y su futuro deportivo. Desde la teoría cognitiva

de Beck (1976), el miedo al fracaso se sostiene por procesos internos marcados por pensamientos automáticos y en distorsiones cognitivas como la catastrofización (exagerar las consecuencias de un error) y la sobre generalización (extender un fallo a toda la evaluación).

En el ámbito motivacional, McClelland (1961 como se citó en Weinberg y Gould, 2010) plantea que la motivación puede orientarse al logro o a evitar el fracaso. En las veedurías, muchos jóvenes se ubican en esta última tendencia, concentrándose más en no equivocarse que en mostrar sus capacidades. Este patrón incrementa la ansiedad, disminuye la confianza y vuelve el rendimiento más rígido bajo presión, además centrarse en el fracaso evita las situaciones de logro (Conroy et al., 2002). En esta misma línea, Merton (1948, citado por Clark y Beck, 1976) mencionan que el temor al fracaso puede ocasionar cometer errores, lo que refuerza la idea de incapacidad y alimenta el miedo. Este proceso se conoce como profecía autorrealizada, donde el temor a fracasar conduce justamente a fallas.

Si bien la literatura describe el miedo al fracaso como un proceso interno basado en creencias rígidas y distorsiones cognitivas, los relatos aportan una mirada situada en el contexto de las veedurías permitiendo profundizar en cómo estas dinámicas se intensifican cuando la identidad personal y el proyecto de vida están estrechamente vinculados al deporte. Este elemento que resulta de las voces de los deportistas muestra que el miedo al fracaso en contextos de veedurías adquiere un carácter existencial, donde el rendir se vivencia como un determinante del propio valor.

Teniendo en cuenta los hallazgos referidos a los factores internos se sugiere brindar psicoeducación sobre la ansiedad y sus afectaciones, implementar estrategias centradas en fortalecer el manejo emocional y la capacidad de identificar y cuestionar distorsiones cognitivas que amplifican la ansiedad en veedurías. De la misma manera, resulta fundamental promover situaciones donde los deportistas experimenten situaciones de éxito que fortalezcan la autoconfianza. Además, se recomienda trabajar en la construcción más amplia del proyecto de vida, donde no solo sea el fútbol un medio para alcanzar un futuro profesional.

Finalmente, a partir de lo expuesto en este apartado, es posible plantear que, aunque el deporte ha sido entendido de manera hegemónica como un entorno protector para la salud física y mental —en tanto se le atribuyen beneficios como la mejora del estado de ánimo y del bienestar psicológico (Arboleda, 2018); el fortalecimiento de la salud física, de la condición cardiorrespiratoria y de hábitos saludables (Barbosa y Urrea, 2018); así como su incidencia positiva en la autoestima, la autoconfianza, la cohesión social y la reducción de síntomas de ansiedad y

depresión cuando se practica con regularidad (Ramírez et al., 2004)—, también se encuentra atravesado por presiones, expectativas y exigencias que pueden derivar en riesgos para la salud mental, entre ellos la frustración, el bajo estado de ánimo y la ansiedad, manifestación psicológica analizada en esta investigación.

De ese modo, los hallazgos evidencian que, en contextos evaluativos como las veedurías, esta narrativa de protección no siempre se cumple. Aunque el deporte suele concebirse como un espacio inherentemente saludable, su potencial protector depende en realidad de las condiciones pedagógicas, afectivas y relacionales que configuran la práctica. En consecuencia, los resultados invitan a cuestionar la idealización del deporte como un escenario universalmente beneficioso y a orientar los esfuerzos hacia la consolidación de entornos deportivos emocionalmente seguros, formativos y sensibles a las necesidades de quienes participan en ellos.

7.3 Estrategias de afrontamiento ante la ansiedad competitiva: La búsqueda de la calma en medio de la presión

Cuando se está ante una situación difícil de manejar, Lazarus y Folkman (1986) mencionan que las personas emplean sus recursos psicológicos y físicos para afrontar la tarea de la mejor manera posible. Pero ¿cuáles son esos recursos? Sabemos que existen, pero muchas veces los utilizamos de manera inconsciente. Por eso, uno de los objetivos de este trabajo fue reconocer las estrategias de afrontamiento a la ansiedad durante las veedurías en un grupo de jóvenes futbolistas de la región de Urabá. Los resultados obtenidos muestran que los jóvenes deportistas emplean diversas estrategias de afrontamiento para manejar la ansiedad que emerge en contextos competitivos y especialmente en experiencias de evaluación como las veedurías deportivas. En coherencia con la literatura, las estrategias que se encontraron se agrupan en dos grandes categorías: aquellas centradas en la emoción y aquellas centradas en el problema. Esta clasificación, propuesta por Lazarus y Folkman (1986), sigue siendo sólida para reconocer como afrontan los deportistas la veeduría.

En lo encontrado, los deportistas recurren en primera instancia a estrategias centradas en la emoción tales como el apoyo emocional familiar, auto diálogo positivo, la espiritualidad, los recuerdos de logros pasados, la reevaluación positiva, la evitación cognitiva y la técnica de respiración. Estudios como los de Rodríguez et al, (2018) donde mencionan que en momentos

donde la carga evaluativa es alta, los jóvenes priorizan estabilizar su estado emocional antes de intervenir sobre la tarea deportiva. Este tipo de estrategias cumplen una función adaptativa, porque permite disminuir la intensidad fisiológica y cognitiva de la ansiedad para poder recuperar claridad mental.

La presencia de la familia toma un papel central en el proceso de afrontamiento, teniendo en cuenta que la principal función de la familia es la de proteger a todos sus miembros debido a que es el primer contacto social que tiene un individuo y además es la que permite la interacción con el mundo. Bowlby (1969 citado por Delgado, 2004) dice que los cuidadores principales proporcionan una base segura desde la cual el individuo puede explorar el mundo y manejar situaciones difíciles de la vida. En esa misma línea, Martínez-Montilla et al. (2017) mencionan que unas de las estrategias de afrontamiento más relevantes en un individuo es la del apoyo familiar, esta implica esfuerzos comportamentales y/o cognitivos mediante los cuales el individuo recurre a su familia para regular el malestar emocional.

En el contexto de las veedurías deportivas, entendidas como procesos de selección de talentos que favorecen al desarrollo del deporte competitivo (Vargas, 2017), los jóvenes se enfrentan a escenarios altamente exigentes a nivel emocional. Ante esta situación, muchos recurren al apoyo en sus familias para afrontar este momento. Teniendo en cuenta a Lazarus y Folkman (1986), la búsqueda de apoyo familiar se clasifica dentro de las estrategias centradas en la emoción, ya que, en vez de optar por enfocarse en cambiar la forma de juego, los jugadores buscan manejar sus emociones mediante el acompañamiento familiar. Este apoyo no solo alivia el malestar inmediato, sino que también potencia la resiliencia y la confianza en los propios recursos personales. Se podría afirmar que cuando el grupo familiar ofrece disponibilidad, afecto y contención, permite que el joven cuente con seguridad y capacidad para afrontar dificultades. De este modo, acudir a la familia se convierte en una de las principales estrategias para contener la ansiedad que generan las veedurías.

Por otro lado, también se encontró el auto diálogo como estrategia de afrontamiento centrada en la emoción. Se trata de una técnica cognitiva de modificación conductual basada en el cambio de las verbalizaciones negativas por otras más útiles con el fin de mejorar el autocontrol (Hardy y Roberts, 2009 citado por Montero y Cervelló, 2016), esto es especialmente relevante en el deporte de alto rendimiento, donde los atletas enfrentan una gran presión debido a múltiples estímulos, que van desde expresiones de apoyo hasta insultos. Mientras un apoyo puede generar

confianza para ejecutar una jugada, un insulto puede desconcentrar y afectar la ejecución de una acción.

En relación con lo que los deportistas se dicen a sí mismos para afrontar las situaciones, Van Raalte, Vincent y Brewer, (2016, 2017, citados por Collado y Cervelló, 2019), mencionan que el auto diálogo es una conversación interna que se tiene consigo mismo y se utiliza durante la realización de una tarea para intentar mantener la calma. Un ejemplo de esto lo hizo uno de los mejores jugadores del mundo, Cristiano Ronaldo, quien antes de ejecutar un tiro libre en un amistoso con su selección se verbalizó: *“Golpeas, golpeas, pasas la barrera igual que siempre, para ti es normal dar el golpe”* (Duda Brasileiro, 2024, 45s). Esto coincide con Kahrovic et al. (2014, citados por Barahona-Fuentes, 2019) quienes sostienen que el auto diálogo puede disminuir elevados niveles de ansiedad en deportes como fútbol, golf, natación y hockey.

En consecuencia, el auto diálogo positivo se considera un recurso que los deportistas utilizan para regular sus emociones, reforzar la creencia en sus propias capacidades y contrarrestar los pensamientos negativos que aparecen en momentos de alta tensión.

De la misma manera, la espiritualidad y la fe en Dios emerge como una estrategia de afrontamiento que utilizan los deportistas en las visorias. Esta estrategia la tienen muchas personas instauradas para afrontar situaciones nuevas que generan miedo desde lo más cotidiano hasta lo más inesperado. Pargament et al, (1998, citado por Vázquez, 2022) mencionan que la religión es una estrategia de afrontamiento desarrollada para intentar resolver problemas de la existencia personal creyendo en la ayuda de un líder espiritual o de un Dios.

De acuerdo con Sánchez (2009, citado por Salgado 2014), las creencias y prácticas religiosas ayudan a ver de otra manera el sufrimiento e incluso disminuye el estrés. El deporte no es la excepción, se suele sacar un espacio para “encomendarse a ese ser superior” como método de afrontamiento e incluso instaurándose en un ritual que se debe llevar a cabo cada vez que se va a enfrentar a un desafío, tal y como lo menciona un deportista:

Orar antes de la veeduría me ayubaba, oraba los guayos antes con los salmos 91 y 40. Cuando me equivocaba también oraba, le decía “señor, ayúdame, tú eres un Dios de fuerza, de victoria y sé que en ti encontrare toda la victoria que necesito”. (D2GF4)

Montserrat y Orellana (2022), en su investigación con niños deportistas, identificaron que realizar una oración previa de acuerdo con las creencias religiosas disminuye la ansiedad al momento de enfrentar las competencias, aumentando la confianza en sí mismos y tranquiliza.

Por otro lado, se identificó la “evocación de logros pasados” como estrategia de afrontamiento centrada en la emoción. Esta tiene una relación estrecha con la reestructuración cognitiva de la terapia cognitivo conductual, ya que utiliza la imaginación, el recuerdo de experiencias pasadas y las preguntas reflexivas para generar pensamientos más adaptativos (Oblitas, 2010, citado por Solís, 2018). Al traer a la memoria momentos en los que fueron capaces de rendir bien o superar dificultades, sustituyen pensamientos de inseguridad por recuerdos de eficacia, generando emociones positivas y confianza para afrontar el nuevo reto. Este proceso se evidencia en el relato de uno de los participantes, quien expresó: *“A veces me quedo en el celular, me meto a fotos y veo las experiencias que tuve y me acuerdo de días importantes en los que sobresalí y eso me anima”* (D3GF1).

Esto se relaciona con la autoeficacia propuesta por Bandura (1997 como se citó en Weinberg y Gould, 2010), entendida como la creencia en las propias capacidades y la percepción de competencia para afrontar retos futuros. Con base en la evidencia presentada, puede afirmarse que cuando el joven jugador evoca logros pasados fortalece su sentido de eficacia personal, lo que a su vez contribuye a disminuir la ansiedad y aumentar la confianza en su desempeño.

Otra estrategia identificada en la investigación fue la técnica de respiración consciente; la cual, resulta coherente con la literatura que señala que la ansiedad implica una activación fisiológica que puede ser regulada mediante el control voluntario de la respiración (Clark y Beck, 2012). En relación con esto García-Grau (2008) mencionan que esto se debe a que la respiración consciente facilita la adecuada oxigenación pulmonar y contribuye a reducir el ritmo cardíaco, la tensión sanguínea y la tensión muscular (García-Grau, 2008). Así, los beneficios de esta técnica contrarrestan directamente las manifestaciones fisiológicas asociadas con la ansiedad. En el ámbito deportivo, Urra (2014) encontró que el entrenamiento en respiración diafragmática, junto con otras técnicas, permite reducir de manera inmediata la ansiedad precompetitiva, lo cual, coincide con los hallazgos del presente estudio.

Siguiendo con las estrategias encontradas, también se identificó el uso de estrategias de evitación frente a la ansiedad precompetitiva, la cual corresponde a la respuesta que emerge cuando el deportista percibe una situación como peligrosa y busca disminuir el malestar asociado.

Weinberg y Gould (2010, citados por Calle, 2021) señalan esta dinámica, evidente en el caso de un participante que comentó: “*A veces me distraía con mis amigos para olvidarlo y no tener tantos nervios a la hora de la veeduría*” (D4GF3). En este caso, el deportista optó por no pensar en la situación que le generaba malestar. Cabe resaltar que Calle (2021) señala que la evitación no siempre es negativa en el deporte especialmente cuando se utiliza de manera temporal como recurso para sobrellevar la ansiedad.

Por otra parte, la reevaluación cognitiva fue otra de las estrategias identificadas en esta investigación. Esta técnica permite reinterpretar el error o el fracaso desde una perspectiva diferente, resaltando las posibilidades de aprendizaje y las alternativas positivas. La conocida frase atribuida a Thomas Edison —“No fracasé, sólo descubrí 999 maneras de cómo no hacer una bombilla” (Prieto, 2010)— ilustra que existen múltiples formas de comprender una misma situación. Granado et al. (2014) encontraron que la reevaluación cognitiva es una de las técnicas más utilizadas por deportistas de conjunto, como futbolistas, basquetbolistas o jugadores de balonmano, ya que les ayuda a construir mentalmente el sentido de una situación adversa y a recuperar la esperanza para afrontarla. En consecuencia, puede afirmarse que esta estrategia constituye un método de afrontamiento eficaz en escenarios deportivos que generan ansiedad o temor.

Además de las estrategias centradas en la emoción, también se identificaron estrategias centradas en la tarea, las cuales aluden a la capacidad de adaptar la conducta frente a situaciones que generan ansiedad, o, en términos de Lazarus y Folkman (1986), a la capacidad de modificar activamente la situación que produce malestar. Aunque en el deporte existen elementos que no pueden cambiarse, hay deportistas que no se enfocan en la emoción que experimentan, sino en la tarea que deben ejecutar y en el problema que deben resolver. Arias y Martínez (2024), en un estudio sobre diferentes tipos de afrontamiento en deportistas, encontraron que la *resolución de problemas* —consistente en generar alternativas de acción y ajustar la conducta— era una estrategia ampliamente utilizada y efectiva. Aunque el estudio no alude explícitamente a modificar el estilo de juego, la resolución de problemas como estrategia orientada a la tarea puede entenderse en el deporte como la capacidad para ajustar tácticas y replantear estrategias en función de las demandas del rival y del entorno competitivo, orientando la atención hacia las metas inmediatas en lugar de los síntomas de ansiedad (Weinberg y Gould, 2010).

Desde la investigación, afirmar que una estrategia de afrontamiento es “mejor” que otra, ya sea centrada en la emoción o en la tarea, constituye un error metodológico y conceptual. Cada deportista posee características individuales y responde de manera distinta a las demandas de su contexto. Por ejemplo, Calle (2021) señala que, en ocasiones, el deportista se concentra en regular sus emociones y pensamientos en lugar de ejecutar conductas orientadas al rendimiento. Su ejemplo es ilustrativo: un futbolista que va a cobrar un penalti puede enfocarse en relajarse y generar pensamientos positivos, en lugar de dirigir su atención hacia la posición del portero o la ejecución del disparo. No obstante, si el deportista regula sus emociones y aun así ejecuta adecuadamente la acción, este caso contradice la idea de que enfocarse en la emoción resulta siempre perjudicial. Esto demuestra que determinar cuál estrategia es “superior” implica simplificar en exceso la complejidad del rendimiento deportivo y desconocer las diferencias individuales.

Se considera, entonces, que cualquier estrategia que permita afrontar la situación percibida como amenazante sin generar consecuencias negativas para otros y que, además, facilite alcanzar los resultados esperados, es válida y funcional. Por lo tanto, la pregunta no debe centrarse en cuál estrategia es mejor, sino en cuál se ajusta de manera más adecuada a las características del deportista y con cuál este se siente más cómodo y eficiente.

7.4 La ansiedad y su papel en el rendimiento deportivo: Una mirada desde la experiencia de los deportistas

Los resultados evidencian que los deportistas perciben la influencia de la ansiedad en el rendimiento de tres maneras distintas: favorable, desfavorable y neutra. Algunos la consideran desfavorable, pues interfiere con los procesos atencionales, afecta la ejecución motora al provocar fallos, altera la toma de decisiones y genera bloqueos mentales. Otros la perciben como favorable, dado que ciertos niveles de ansiedad incrementan el estado de alerta y la concentración para realizar adecuadamente las tareas. Finalmente, algunos la valoran como neutra, en cuyo caso la autoconfianza emerge como un factor protector que mantiene la eficacia en el rendimiento pese a la ansiedad experimentada.

El rendimiento deportivo puede definirse como el grado de eficacia que se evidencia en la ejecución y en los resultados de las acciones deportivas, las cuales son valoradas conforme a

parámetros previamente establecidos o según normas sociales. Para alcanzar un rendimiento adecuado, Garner y Moore (2007, como se citó en Mañas et al., 2014) señalan la importancia de sincronizar las habilidades técnico-tácticas aprendidas hasta ejecutarlas de forma casi automática o sin aparente esfuerzo. Asimismo, Guillén (2007) destaca el papel de los factores psicológicos como elementos determinantes del rendimiento óptimo, entre ellos la capacidad para mantener la atención en la tarea, el control emocional y la percepción de autoconfianza.

En este sentido, como se mencionó, algunos deportistas perciben una disminución de su rendimiento debido a la ansiedad. Este hallazgo coincide con lo reportado en diversos estudios. En el ámbito físico, Weinberg y Gould (2010) sostienen que la ansiedad incrementa el gasto energético, la tensión muscular y la fatiga, además de generar dificultades en la coordinación, lo cual compromete la ejecución motora. De manera similar, cuando la ansiedad surge producto de la presión, puede inhibir las habilidades físicas, produciendo movimientos más rígidos, bruscos y con menor control, reduciendo así la fluidez en la ejecución (Reto Personal, 2011). Desde el componente cognitivo, Grossbard (2009, citado por Jaramillo et al., 2020) encontró que la ansiedad disminuye la capacidad de concentrarse en los elementos relevantes de la tarea y de pensar con claridad durante la actividad deportiva. En la misma línea, Kent (2003, citado por Jaramillo et al., 2020) señala que altos niveles de ansiedad interfieren con los procesos atencionales y con la ejecución en competencia. Además, Abenza et al. (2009) evidenciaron que la ansiedad incrementa las imprecisiones y los errores en el campo de juego, mientras que López-Torres et al. (2007) observaron que afecta la vivencia del *flow*, entendido como un estado de fluidez, disfrute y control cuya alteración repercute negativamente en el rendimiento.

Por otro lado, algunos deportistas perciben la ansiedad como un factor que favorece su rendimiento. En la literatura, esto puede relacionarse con la Teoría de la Zona de Funcionamiento Óptimo de Hanin (1997 como se citó en Nuñez y García-Mas, 2017), la cual plantea que cada deportista posee un rango idiosincrático de ansiedad en el que alcanza su mejor desempeño; niveles por encima o por debajo de ese rango deterioran el rendimiento, mientras que encontrarse dentro de él lo mejora. Esta idea se evidencia en los relatos de los deportistas, quienes afirman que la ansiedad los ayudó a entrar en un estado de alerta que les permitió enfocarse en la ejecución adecuada de las tareas, mientras que la ausencia o baja ansiedad la asociaron con exceso de confianza.

Asimismo, esta perspectiva se vincula con el Modelo de Intensidad y Dirección de Jones (1995), según el cual la interpretación que el deportista hace de sus síntomas de ansiedad determina su efecto sobre el rendimiento. Si los percibe como un desafío o un estímulo para la activación, la ansiedad puede resultar facilitadora; en cambio, si los interpreta como una amenaza o algo incontrolable, su influencia será perjudicial.

Finalmente, algunos deportistas percibieron una influencia neutra, es decir, ni positiva ni negativa, percepción que se presentó en aquellos que manifestaron altos niveles de autoconfianza, entendida como la creencia en las propias habilidades para alcanzar el éxito. Diversos estudios, como el de Ruiz-Juan y Zarauz (2015), González-Campos et al. (2014) y Segura et al. (2018), indican que la autoconfianza se correlaciona negativamente con la ansiedad (a mayor autoconfianza, menor ansiedad) y positivamente con el rendimiento (a mayor autoconfianza, mejor desempeño).

En coherencia con ello, Weinberg y Gould (2010) argumentan que la autoconfianza favorece el rendimiento al generar emociones agradables, facilitar la concentración en la tarea, incrementar la motivación por el esfuerzo y promover la capacidad de mantenerse en el momento presente. En este sentido, la autoconfianza permite que el deportista perciba que posee los recursos necesarios para afrontar las demandas del entorno, lo que contribuye a reducir sus niveles de ansiedad y a considerar que esta no influye de manera significativa en su rendimiento.

7.5 El bienestar psicológico del deportista: Más allá del rendimiento y la veeduría

El bienestar psicológico es una vivencia personal y subjetiva en la que la persona se siente bien consigo misma, con los otros y con el entorno. Este bienestar se desarrolla cuando el individuo se siente satisfecho con los logros alcanzados y percibe que posee las capacidades necesarias para continuar cumpliendo nuevas metas. Al hablar de bienestar psicológico se consideran varios elementos: la autoaceptación, que implica valorarse tal como se es; las relaciones positivas, que permiten sostener vínculos significativos y recibir apoyo; la autonomía, entendida como la capacidad de pensar y actuar desde la propia individualidad; el dominio del entorno, asociado a sentirse en control y capaz de influir en las circunstancias que rodean a la persona; el crecimiento personal, que promueve el fortalecimiento de las capacidades y el desarrollo continuo; y el

propósito de vida, referido a contar con metas claras que otorguen sentido a la existencia (Salotti, 2006, como se citó en Vielma y Alonso, 2010).

En el caso de los deportistas que practican fútbol en la región de Urabá, estas dimensiones adquieren especial relevancia, dado que muchos de ellos sueñan con avanzar en su trayectoria y construir una carrera deportiva profesional que les permita mejorar su calidad de vida y apoyar a sus familias. Uno de los procesos que puede acercarlos a ese objetivo son las veedurías deportivas, espacios en los que numerosos jugadores son convocados para competir mientras son observados y evaluados por visores. Estos expertos, con trayectoria y conocimiento en el campo, seleccionan a unos pocos de quienes demuestran alto rendimiento y condiciones favorables para jugar al fútbol, con el fin de integrarlos a clubes y potenciar su proyección deportiva (Jiménez y Arias, 2017).

Por ello, estos procesos poseen una gran representatividad para los jóvenes, pues no solo constituyen una oportunidad para avanzar en su proyecto de vida, sino que también se viven como momentos cargados de expectativas, juicios, presiones, responsabilidades y demandas contextuales. Para muchos deportistas, las veedurías representan la posibilidad de alcanzar el futuro que imaginan para sí mismos y para sus familias, de modo que el demostrar un buen desempeño se experimenta con gran intensidad emocional y con un fuerte deseo de sobresalir. Esta vivencia se intensifica por el reducido número de cupos disponibles, ya que participan numerosos jugadores y solo un pequeño grupo logra ser seleccionado.

Estas dinámicas pueden impactar de manera significativa el bienestar psicológico de los participantes, pues generan distintas manifestaciones de ansiedad, como preocupación permanente por el rendimiento y la posibilidad de fracaso; sentimientos de tristeza ante el riesgo de no cumplir expectativas; inseguridades acerca de las propias capacidades, que ponen en cuestión las habilidades y el esfuerzo; autoexigencias elevadas; frustración; malestar emocional; y desmotivación hacia la práctica cuando no son seleccionados, especialmente cuando su propósito de vida está centrado únicamente en llegar al profesionalismo.

Los hallazgos evidencian la necesidad de no solo formar en habilidades técnico-tácticas, sino también de fortalecer estrategias que promuevan el afrontamiento ante situaciones demandantes, la contención emocional, la tolerancia a la frustración en momentos de no ser seleccionados, la autoconfianza, la motivación intrínseca y las concepciones que los deportistas tienen sobre el éxito. De este modo, el contexto deportivo y, particularmente, las veedurías pueden vivirse con mayor bienestar psicológico.

7.6 La ansiedad como “filtro implícito” en los procesos de veeduría deportiva

En este capítulo se reflexionará sobre la ansiedad como demanda adicional del rendimiento técnico-táctico en las veedurías deportivas. La veeduría implica una carga emocional considerable, pues supone elegir a unos y excluir a otros. La expresión “elegir a los mejores” abre una pregunta central en esta investigación: ¿quiénes son realmente “los mejores”? En términos explícitos, suelen considerarse aquellos jugadores con mayor potencial técnico, táctico y físico. Bajo esta lógica, parecería que para superar una veeduría basta con demostrar estas tres dimensiones, garantizando así el paso a la siguiente fase. No obstante, este imaginario resulta parcial e insuficiente.

Ericsson (2003, citado por Collado y Sánchez, 2017), desde su teoría de la práctica deliberada, sostiene que para alcanzar la experticia se requieren alrededor de diez mil horas de entrenamiento. Desde esta perspectiva, podría asumirse que entrenar lo suficiente permitiría responder adecuadamente a las exigencias de una veeduría. Sin embargo, esta idea supone implícitamente que quienes no superan el proceso son simplemente aquellos que no han entrenado lo necesario, lo que conduce a una visión reduccionista y absolutista del rendimiento deportivo.

En este estudio se evidenció que las veedurías deportivas son eventos altamente demandantes a nivel emocional, y que se habla muy poco sobre la ansiedad y el manejo emocional que implican. Por ello, se planteó que la ansiedad opera como un “filtro implícito” que actúa paralelamente al proceso formal de evaluación del talento.

La ansiedad presente en las veedurías no constituye un fenómeno aislado, sino una consecuencia directa de la incertidumbre, la exposición al juicio externo y el temor al fracaso. Las exigencias propias de estos eventos hacen que el deportista no solo deba demostrar sus capacidades futbolísticas, sino también regular su estado interno para que dichas capacidades puedan expresarse de manera adecuada. En este sentido, la ansiedad se convierte en un requisito adicional dentro del proceso, pues quienes no logran gestionarla presentan dificultades para ejecutar acciones de forma fluida, segura y precisa. En consecuencia, el rendimiento termina reflejando no solo el nivel de habilidad, sino también la capacidad de regulación emocional.

Esta dinámica configura una paradoja característica de las veedurías: mientras buscan medir el talento real del jugador, simultáneamente ponen a prueba su capacidad para tolerar y regular altos niveles de tensión. Esto implica que quienes avanzan a fases posteriores no son únicamente los más talentosos, sino aquellos capaces de sostener ese talento bajo presión. Así, el talento llega

a desplazarse a un segundo plano, y resulta paradójico que la capacidad de tolerar la ansiedad funcione, en la práctica, como el criterio silencioso que permite superar la veeduría.

Comprender este fenómeno implica reconocer que los procesos de selección deportiva deben integrar la dimensión emocional como un componente esencial del rendimiento. La ansiedad, lejos de ser un obstáculo ajeno al deporte, constituye un elemento estructural del mismo, especialmente en etapas formativas donde las habilidades psicológicas aún están en consolidación.

En síntesis, la ansiedad en las veedurías deportivas no solo acompaña el proceso evaluativo, sino que lo transforma. Opera como un filtro que determina quién logra mostrar verdaderamente su potencial. Incorporar esta perspectiva permite entender que el desempeño no depende únicamente de la habilidad técnica, sino del equilibrio entre cuerpo, mente y emoción. Reconocer este filtro silencioso es fundamental para avanzar hacia procesos de veeduría más justos, humanos y coherentes con el desarrollo integral del deportista.

8 Conclusiones

1. Se evidencia una prevalencia de síntomas de ansiedad durante las veedurías que oscilan, a nivel general, entre leves y moderados.

2. Aunque el promedio de prevalencia de ansiedad se presenta en niveles moderados, los hallazgos permiten concluir que no se trata de un fenómeno homogéneo en la muestra. Existe un grupo reducido que presenta niveles elevados de ansiedad, lo que implica una mayor probabilidad de riesgo de afectación en el rendimiento y bienestar psicológico.

3. La ansiedad de tipo cognitivo fue la dimensión predominante, registrando el promedio más alto ($\bar{x} = 14,8$) y mostrando que más del 50% de los deportistas reportó niveles de “mucho” en ítems como *me preocupa no competir bien* y *me preocupa no dar lo mejor de mí*. En ese sentido, el contenido de esos pensamientos fue de corte anticipatoria, autocrítica y de desempeño.

4. Se concluye de los hallazgos que las veedurías son vividas con una fuerte carga emocional y con expectativas personales elevadas. La autoconfianza por el desempeño en la veeduría fluctúa debido a la importancia que otorgan al proceso y ser escogidos. Asimismo, hay una marcada ansiedad cognitiva, expresada en el miedo a cometer errores o fracasar, el temor a decepcionar a sus familias, altos niveles de autoexigencia, presión por ser seleccionados y desconcentración durante la ejecución deportiva.

5. En las veedurías hay presencia de ansiedad fisiológica y motora en niveles leves y moderados, especialmente durante la competencia, generando afectaciones en el rendimiento deportivo. Entre los síntomas más frecuentes reportados se encontraron la aceleración de la frecuencia cardíaca, sudoración en las manos, escalofríos, malestar estomacal, temblor muscular y dificultades en la ejecución técnico-táctica.

6. Después de la veeduría, aquellos que no pasan experimentan malestar emocional, autocrítica y frustración por no alcanzar lo que se esperaba, lo cual impacta la motivación por continuar la práctica deportiva.

7. La categoría deportiva, específicamente en niveles superiores, la experiencia acumulada en la práctica deportiva y un mayor número de participaciones en procesos de veedurías se correlaciona positivamente con la posibilidad de ser seleccionados. Esto asociado a menores niveles de ansiedad en deportistas con mayor trayectoria y familiaridad con la práctica del deporte y con este tipo de procesos evaluativos.

8. Los factores ansiógenos más relevante son de tipo social, contextual e internos, los cuales se caracterizan por presión por expectativas familiares, entrenadores y patrocinadores, evaluación social de espectadores y visores, comparación social, entornos desconocidos, importancia del evento, autoexigencia, inexperiencia ante nuevas situaciones, experiencias previas negativas, miedo al error y/o fracaso y miedo a no rendir.

9. Las estrategias de afrontamiento a la ansiedad fueron principalmente de dos tipos: centradas en la emoción y en la tarea o problema. Las más utilizadas por los deportistas fueron: el autodiálogo, la espiritualidad, la búsqueda de apoyo emocional familiar, la reevaluación positiva, el recuerdo de logros pasados, ejercicios de respiración, evitación cognitiva y ajustes en la forma de jugar.

10. La preocupación por no cumplir las expectativas deportivas se asocia de manera significativa con la no selección en la veeduría.

11. Predomina la percepción de la ansiedad como desfavorable, pues afecta los procesos atencionales, la toma de decisiones y la ejecución técnica. Cabe resaltar que, en algunos casos, se le atribuyen efectos facilitadores o neutros.

12. La autoconfianza actúa como factor protector frente a la ansiedad. Se encontró que aquellos deportistas que confían en sus habilidades experimentan menores niveles de ansiedad o la perciben como un elemento facilitador.

9 Recomendaciones

1. Para los jugadores

- Participar en espacios de preparación psicológica que fortalezcan la gestión emocional y la autoconfianza con el fin de favorecer el manejo de la ansiedad propia de estos procesos de evaluación.
- Reconocer las manifestaciones de ansiedad, las causas y las consecuencias para que tengan mayor conciencia y, por consiguiente, aumentar la capacidad para gestionarla.
- Identificar y fortalecer sus métodos de afrontamiento frente a la ansiedad, reconociendo cuáles estrategias han utilizado previamente y les han sido de utilidad y explorar nuevas formas para incorporar en futuras situaciones de evaluación. Esto permitirá ampliar el repertorio de respuestas adaptativas a los procesos ansiógenos propios del contexto deportivo.
- Resignificar la idea del error en competencia, comprendiendo que el equivocarse no significa fracasar, sino una situación que puede suceder y se puede superar. Adoptar esta visión, ayudará a disminuir el miedo al error, mantener la concentración en el desempeño y la resiliencia.

2. Para las familias

- Acompañar emocionalmente a los jóvenes desde una postura de apoyo, evitando expectativas excesivas o mensajes que aumenten la presión.
- Asistir a espacios de sensibilización sobre ansiedad deportiva y el impacto de las dinámicas familiares en el bienestar psicológico del jugador.
- Fomentar una visión equilibrada del deporte donde se reconozcan los esfuerzos y no solo los resultados, entendiendo que ganar y perder son resultados igual de probables en la competencia.

3. Para los entrenadores

- Trabajar de manera transdisciplinar con un psicólogo deportivo para anexar el componente psicológico dentro de sus planes de entrenamiento, así se fortalecerá la formación integral de los deportistas.

- Capacitarse en primeros auxilios psicológicos, con el fin de identificar la ansiedad en los deportistas y saber qué hacer cuando se presenten dichas situaciones.
- Proporcionar retroalimentación clara, respetuosa y con una orientación a la tarea, para reforzar la relación con los deportistas y favorecer la autoconfianza de los mismos.
- Promover un clima afectivo que disminuya la presión y fomente la comunicación asertiva y el apoyo.

4. Para los visores y clubes deportivos

- Hay que reconocer que la ansiedad puede afectar el rendimiento técnico-táctico y considerar la dimensión emocional en la valoración del potencial del jugador.
- Comunicar de forma transparente los criterios de evaluación y ofrecer una charla inicial que aborde las expectativas del progreso, los miedos emergentes, el propósito de la veeduría, los aspectos que serán tenidos en cuenta y brindar retroalimentación al final. Esto ayudara a reducir la incertidumbre que experimentan los deportistas en estos escenarios.
- Contar con personal especializado en salud mental durante las veedurías, tanto para atender momentos como para acompañar y monitorear el malestar psicológico y la frustración que puedan experimentar los deportistas tras no ser seleccionados.

5. Para los espectadores

- Reconocer que la visoria es un espacio altamente demandante y que el bienestar emocional debe ser prioritario.
- Adoptar actitudes y comportamientos que no intensifiquen la presión emocional sobre los jóvenes, evitando críticas, comparaciones o mensajes desalentadores.

6. Para los psicólogos del deporte

- Diseñar programas de intervención preventiva centrados en ansiedad, afrontamiento y gestión emocional para los deportistas.
- Capacitar a familias, entrenadores y personal técnico en temas como la presión impuesta y como esta puede tener consecuencias a largo plazo en la salud mental de los deportistas.

-
- Evaluar y monitorear el bienestar psicológico de los deportistas, identificando factores de riesgo y fortaleciendo estrategias de afrontamiento.
 - Realizar estudios sobre la ansiedad en veedurías deportivas justo antes y durante los procesos de veeduría deportiva, con el fin de captar los fenómenos psicológicos de manera más precisa evitando sesgos de recuerdo.
 - Promover investigaciones cualitativas en contexto de veedurías con los deportistas y los demás actores deportivos para comprender mejor estos espacios y favorecer la implementación de estrategias de intervención.

Referencias

- Abarca, C. (2024). *Presión parental y deporte en adolescentes* [Tesis de Grado profesional]. Universidad Miguel Hernández de Elche. Recuperado de <https://dspace.umh.es/handle/11000/33643>.
- Abenza, L., Alarcón, F., Ureña, N. y Piñar, M. (2009). Relación entre la ansiedad y la eficacia de un equipo de baloncesto durante la competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9, 51. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/85651>.
- Abián-Vicén, J., Báguena Mainar, J. I. y Abián, P. (2015). *Estrés pre-competitivo en jugadores adolescentes de bádminton*. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(2), 217-224. [Acercamiento a la detección de talentos deportivos \(efdeportes.com\)](https://efdeportes.com/2015/02/24/217-224.pdf)
- Acuña, G. y Acuña, Á. (2016). *El fútbol como producto cultural: Revisión y análisis bibliográfico*. *Citius, Altius, Fortius*, 9(2), 31-58. [El fútbol como producto cultural: revisión y análisis bibliográfico | Documentos - Universidad de Granada](https://www.documentos.unigranada.es/bitstream/handle/10481/44444/1/El_f%C3%BAtbol_como_producto_cultural.pdf)
- Aignerren, M. (2009). La técnica de recolección de información mediante grupos focales. *La Sociología En Sus Escenarios*, (6). Recuperado a partir de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/ceo/article/view/1611>
- Álvarez, L. (2025). *Ansiedad deportiva y autoeficacia: Un análisis en nadadores de alto rendimiento* [Trabajo final de integración, Universidad de Flores]. Repositorio Institucional de la Universidad de Flores.
- Amengual, G. (2007). El concepto de experiencia: de Kant a Hegel. *Revista de Filosofía de Santa Fe*, (15), 5-30. [interior 15 2007](https://doi.org/10.24215/1852-4017.2007.15.5-30)
- Arboleda, A. (2018). *Relación entre actividad física, bienestar psicológico y estado de ánimo* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.
- Arévalo, J., Arias, E., Valencia, A. y Morales, D. (2022). Regulación emocional: Reevaluación Cognitiva (Material Audio Visual). Recuperado de [http://hdl](http://hdl.handle.net/10481/44444).
- Arias, S. y Martínez, L. (2024). Estrategias de Afrontamiento y Bienestar Psicológico en un Grupo de Deportistas Costarricenses entre 18-25 años. *Ciencia Latina: Revista Multidisciplinar*, 8(3), 1039-1058.
- Bados, A., y García, E. (2010). La Técnica de la reestructuración cognitiva. Departamento de Personalidad, Evaluación y Tratamiento Psicológicos Facultad de Psicología, Universidad de Barcelona. 1-63.
- Baquero, R., Santos, D., Álvarez, M. y Guijarro, C. (2023). Ansiedad y tolerancia a la frustración en equipos profesionales de fútbol de la ciudad de Riobamba. *Revista Eugenio Espejo*, 17(3), 1-9.
- Barahona-Fuentes, G. D., Lagos, R. S., y Ojeda, Á. C. H. (2019). Influencia del autodiálogo sobre los niveles de ansiedad y estrés en jugadores de tenis: una revisión sistemática. *Revista Brasileira de Ciências Do Esporte*, 41(2), 135-141.

- Barbosa, S. y Urrea, A. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*, (25), 141-160. [Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Barbosa-Granados, S., Arenas-Granada, J., Urrea, H., García-Mas, A., Reyes-Bossio, M., Herrera-Velásquez, D., Nanez, J., y Aguirre-Loaiza, H. (2022). *Ansiedad precompetitiva en nadadores juveniles: análisis desde la percepción del nivel de dificultad competitivo*. *Revista en Ciencias del Movimiento Humano y Salud*. 15(2), 1-15.
- Barreto, M. (2011). Consideraciones ético-metodológicas para la investigación en educación inicial. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 2 (9), pp. 635 - 648.
- Berenzon, S., Galván, J., Saavedra, N., Bernal, P., Mellor-Crummey, L. y Tiburcio, M. (2014). Exploración del malestar emocional expresado por mujeres que acuden a centros de atención primaria de la Ciudad de México. Un estudio cualitativo, 37(4), 313-319.
- Blanes, M., Alejandre, I. y Figueredo, J. (2018). Competencia deportiva y planificación por temporadas: reto para la preparación de softbolistas. *Olimpia, Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*, 15(49), 201-213. [Competencia deportiva y planificación por temporadas: reto para la preparación de softbolistas \(Original\) - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Blasco, S., Ortín, E., Cebamanos, M., Sierra, F. y Lozano, C. (2025). Comparación social y regulación emocional: un estudio sobre el componente educativo en un equipo de fútbol sala alevín. *Retos*, 67, 783–793. <https://doi.org/10.47197/retos.v67.110> 579.
- Briceño, B. (2015). La presión familiar ejercida hacia los niños y adolescentes practicantes del fútbol y su efecto negativo en su desarrollo emocional. *Zoo!:* investigan, escriben, opinan, (8). Universidad San Ignacio de Loyola.
- Brotons, J. (2005). Propuesta de un modelo integral para el proceso de detección, selección y desarrollo de talentos deportivos a largo plazo. *Lecturas: Educación física y deportes*, (91), 17. [Propuesta de un modelo integral para el proceso de detección, selección y desarrollo de talentos deportivos a largo plazo - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Buceta, J. M. (1998). *Psicología y rendimiento deportivo*. Madrid: Dykinson
- Calle, A. (2021). Evitación experiencial y ansiedad en deportistas de alto rendimiento. *MLS psychology research*, 4(2), 21-35. [Vista de Evitación experiencial y ansiedad en deportistas de alto rendimiento](#)
- Capretti, S. (2011). *La cultura en juego: el deporte en la sociedad moderna y post-moderna*, 16, (XV), 231-250. [La cultura en juego: El deporte en la sociedad moderna y post-moderna - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Castorina, J y Orce, V (2015) La noción de experiencia Algunas conceptualizaciones del campo educativo “Debates contemporáneos en educación. Editorial de la Facultad de Filosofía y letras, Buenos Aires.
- Chirivella, C. (2010). La psicología del deporte como profesión especializada. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 237-245. [la psicología del deporte como profesión especializada](#).

- CIES Football Observatory. (2024, 1 de mayo). *Monthly Report n° 95: Origins and destinations of football expatriates (2020–2024)*.
- Clark, D. A., y Beck, A. T. (2012). *Terapia cognitiva para trastornos de ansiedad: Ciencia y práctica* (J. Aldekoa, Trad.). Bilbao: Desclée de Brouwer.
- Colegio colombiano de psicólogos. (05 de diciembre de 2018). Doctrina No. 3. Consentimiento informado en el ejercicio de la psicología en Colombia. <https://acortar.link/Qsxt0>
- Collado, Á. y Cervelló, E. (2019). Autodiálogo, Necesidades Psicológicas Básicas y Flow. [Tesis de Master], Universidad Miguel Hernández de Elche.
- Collado-Martínez, J. A. y Sánchez, M. (2017). El proceso de llegar a ser excelente en el deporte: el caso de Pau Gasol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(3), 231-238.
- Conde-Ripoll, A., Navarro-Mateu, D., y García-Mas, A. (2024). Ansiedad precompetitiva, autoconfianza y rendimiento técnico en jugadores de pádel. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 19(1), 17–23.
- Congreso de la República de Colombia. (2006). *Ley 1090 de 2006: Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones*. Diario Oficial No. 46.383.
- Conroy, D., Willow, J. y Metzler, J. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The Performance Failure Appraisal Inventory. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14(2), 76–90.
- Cortegaza, L. y Loung, D. (2015). Bases teóricas del rendimiento deportivo. *Revista digital El Deportes, Buenos aires*, (207), 1-1. <https://www.efdeportes.com/efd207/bases-teoricas-del-rendimiento-deportivo.htm>
- Cruyff, J. (2002). *Me gusta el fútbol*. Barcelona: RBA Libros.
- Delgado, A. (2004). Estado actual de la teoría del apego. *Revista de Psiquiatría y Psicología del Niño y del Adolescente*, 4(1), 65-81.
- Díaz, A., Morales, V. y Calvo, J. (2008). Acercamiento a la detección de talentos deportivos. *Lecturas Educacion Física y Deportes, Revista Digital: efdeportes. com*, 13(121).
- Díaz, C., Luna, A., Dávila, A. y Salgado, M. (2010). Estrategias de afrontamiento en personas con ansiedad. *Psychologia: avances de la disciplina*, 4(1), 63-70.
- Duda Brasileiro. (13 de junio de 2024). La frase secreta de CR7 antes del tiro libre. [Archivo de Vídeo]. <https://www.youtube.com/watch?v=y1v6egj5r34>
- Durango Hurtado, J. A. (08 de junio de 2025). *Así son los semilleros del Urabá que han entrenado a los mejores atletas*. El Colombiano.
- El Espectador. (19 de noviembre de 2014). *Urabá: la reserva natural más grande de futbolistas en Colombia*. Blogs El Espectador. [El fútbol cambia el estilo de vida en Urabá \(elcolombiano.com\)](http://elcolombiano.com)

- Escobar, J. y Bonilla-Jiménez, F. (s.f). Grupos focales: una guía conceptual y metodológica. *Cuadernos Hispanoamericanos de psicología*, 9(1), 51-67. [Grupos focales: una guía conceptual y metodológica](#)
- Eysenck, M., Derakshan, N., Santos, R. y Calvo, M. (2007). Anxiety and cognitive performance: Attentional control theory. *Emotion*, 7(2), 336–353.
- Flick, U. (2007). *Introducción a la investigación cualitativa* (2.^a ed.). Ediciones Morata.
- Flores Cebrián, L. (2009). *Análisis Estadístico Descriptivo*. Universidad Técnica Estatal de Quevedo (UTEQ).
- Flores, P; Pérez, S; Salazar, C; Manzo, E; López, C; Barajas, L. y Medina, E. (2017). Fuentes, síntomas y estrategias de afrontamiento al estrés-competitivo en nadadores. *Revista psicológica del deporte*, 26(2), 199-208. <https://acortar.link/U4qVMI>
- Fradejas, E. y Espada, M. (2018). La influencia de la evaluación del rendimiento en el deporte en edad escolar. *Revista de educación física: Renovar la teoría y práctica*, (149), 11–20.
- Frixone, A. P. (2018). *Técnicas de relajación para mejorar el rendimiento en futbolistas juveniles ecuatorianos*. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de San Francisco de Quito.
- Gairín, J., Muñoz, J., Castro, D. y Díaz-Vicario, A. (2014). Causas de la intolerancia en las competiciones deportivas escolares. Elaboración de un código de conducta. *Revista de Psicología Del Deporte*, 23(2), 255–265. [Redalyc.Causas de la intolerancia en las competiciones deportivas escolares: Elaboración de un Código de Conducta](#)
- Galeano, M. (2016). Diseño de proyectos en la investigación cualitativa. *Fondo editorial Universidad EAFIT*.
- García Blanco, S. (2006). Juego y deporte: aproximación conceptual. *Apuntes. Educación física y deportes*, 82-89.
- García Pazmiño, M. A., García Ucha, F., Arévalo García, N. A., y García Pazmiño, S. T. (2019). Presiones deportivas y disposición óptima combativa. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*, 35, 335–340.
- García, D. (2015). *Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en estudiantes universitarios de primer y segundo semestre académico*. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, El Carmen de Viboral.
- García, M., Puig, N., y Lagardera, F. (2013) Cultura deportiva y socialización. *Sociología del deporte* (69-98). Madrid: Alianza Editorial.
- García, S. (2006). Juego y deporte: aproximación conceptual. *Apuntes, educación física y deporte*, p 82-89.
- García-Grau, E., Fusté, A. y Bados, A. (2008). Manual de entrenamiento en respiración. Universidad del Barcelona. 1-12
- García-Mas, A., Palou, P., Smith, R. E., Ponseti, X., Almeida, P., Lameiras, J., Jiménez, R., y Leiva, A. (2011). *Ansiedad competitiva y clima motivacional en jóvenes futbolistas de competición*,

en relación con las habilidades y el rendimiento percibido por sus entrenadores. Revista de Psicología del Deporte, 20(1), 197-207.

García-Naveira, A. (2018). Autoeficacia y rendimiento en jugadores de fútbol. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 2(18), 66-78.*

Gómez, G. y Delgado, A. (2016). El fútbol como producto cultural: revisión y análisis bibliográfico. *Citius, Altius, Fortius, 9(2), 31-58.* [Vista de El fútbol como producto cultural: revisión y análisis bibliográfico / Football as a Cultural Product: Review and Bibliographical Analysis | Citius, Altius, Fortius \(uam.es\)](#)

Gonzales, J. (2020). *Radiografía del fútbol colombiano: entre la exportación de talentos y la crisis interna.* Centro de Estudios Latinoamericanos del Deporte (CEDELA).

González, R., Molinero, O. y Márquez, S. (2006). El sobrentrenamiento en el deporte de competición: implicaciones psicológicas del desequilibrio entre estrés y recuperación. *Ansiedad y deporte, 12(1), 99-115.*

González, G., Valdivia-Moral, P., Cachón J., Zurita, F. (2017). Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas RETOS. *Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación. 32. 3-6*

González Lizama, M. y Torres Gutiérrez, J. (2017). *Estrategias de afrontamiento al estrés en tres grupos de estudiantes de la Universidad de Chile: deportistas seleccionados, deportistas aficionados y alumnos inactivos.* [Tesis de pregrado, Universidad de Chile facultad de ciencias sociales]. Archivo digital. <https://acortar.link/VkUVdw>

González, M. (2003). Los paradigmas de investigación en las ciencias sociales. *Islas, (138), 125-135.*

González, M. y Rovella, A. (2024). Síntomas de ansiedad y depresión en una muestra de la población general: el efecto mediador de los pensamientos negativos repetitivos, la supresión de pensamientos, la reevaluación positiva y la resistencia al malestar. *Diversitas: perspectivas en psicología, 20(1), 4-17.*

González, M., Ramírez, G., del Mar Brajin, M. y Londoño, C. (2017). Estrategias cognitivas de control, evitación y regulación emocional: el papel diferencial en pensamientos repetitivos negativos e intrusivos. *Ansiedad y estrés, 23(2-3), 84-90.*

González-Campos, G., Campos, M. y Romero Granados, S. (2014). Análisis de la influencia de la evaluación del rendimiento en jugadores de un equipo de fútbol. *Retos. Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, 25, 85-89.*

González-Campos, G., Valdivia-Moral, P., Cachón, J., Zurita, F. y Romero-Ramos, O. (2017). Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación, 32, 3-6.*

Gordillo, A. (1992). Orientaciones psicológicas en la iniciación deportiva. *Revista de psicología del deporte, 1, 27-36.*

Goss-Sampson, M. (2019). Statistical analysis in JASP: A guide for students.

- Granado, X., Andreu, M. y Guiu, G. (2014). Regulación emocional de los resultados adversos en competición. Estrategias funcionales en deportes colectivos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 63-72.
- Granados, S. y Cuéllar, Á. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. *Katharsis: Revista de Ciencias Sociales*, (25), 141-160.
- Gudykunst, W. B. (1995). Anxiety/Uncertainty Management Theory: Current status. En R. L. Wiseman (Ed.), *Intercultural Communication Theory* (pp. 8-58). Thousand Oaks, CA: Sage Publications.
- Guillén, F. (2001). Problema emergente en el deporte competitivo infantil: El estrés de los jóvenes deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(2), 197-208.
- Guillén, R. (2007). Implicaciones de la Autoeficacia en el rendimiento deportivo Pensamiento Psicológico. *Pensamiento psicológico*. 3(9), 21-32.
- Guspa, A., Pradani, W., Irta, A. y Akbar, A. (2025). When the audience matters: a systematic review of spectator influence on sports performance. *Retos*, 69, 1268-1277.
- Hamui-Sutton, A., Varela-Ruiz, M. (2013). La técnica de grupos focales. *Revista de Investigación en Educación Médica*, 2(5), 55-60. [\(PDF\) Iniciación a la investigación en educación médica: guía práctica metodológica](#)
- Harwood, C. y Knight, C. (2015). Parenting in youth sport: A position paper on parenting expertise. *Psychology of Sport y Exercise*, 16(1), 24-35.
- Hernández, G. (2015). El Consentimiento Informado en la praxis de la psicología. In *Ética psicológica*.
- Hernández, H. (6 enero de 2022). *Hugo Hernández y el proceso de la captación de talentos* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/assGJ9yu1Sw?si=rbroZIRX5Q6PeFO7>
- Historia Universal. (2023). Historia del fútbol. HistoriaUniversal.org. Recuperado de <https://historiauniversal.org/historia-del-futbol/>.
- Jacinto-Gomez, L. (2005). Comparación social y autoevaluación desde un enfoque evolucionista. *Escritos de psicología*, 7, 2-14.
- Jaenes, J. (2010). *Psicología del deporte: conceptos y aplicaciones*. Sevilla: Wanceulen.
- Jaenes, J. y Gómez, P. (2010). Ansiedad competitiva y factores ansiogénicos en el deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 10(1), 45-56.
- Jaramillo, A., Mayorga-Lascano, M., y Moreta-Herrera, R. (2020). Ansiedad competitiva y autoeficacia en tenistas de alto rendimiento antes y después de una competencia. *Revista Guillermo de Ockham*, 18(1), 45-54.
- Jiménez, C. y Arias, A. (2017). Guia metodológica para la realización de visorías deportivas de fútbol en clubes deportivos. *Revista digital: actividad física y deporte*, 3(1), 80-96. [guía metodológica para la realización de visorías de fútbol en clubes deportivos - dialnet \(unirioja.es\)](#)

- Jogo tv. (29 de octubre de 2017). *Lo que buscan los visores para encontrar a un futuro futbolista*. [Video] YouTube <https://youtu.be/HzjKYE1SAfY?si=0pCecHBQCkuU-IbC>
- Jones, G. (1995). More than just a game: Research developments and issues in competitive state anxiety in sport. *British Journal of Psychology*, 86, 449-478.
- Junior, D., Korsakas, P., Carlstron Vasconcelos, B. y Ramos Campos, R. (2000). Síntomas de estrés precompetitivo en jóvenes deportistas brasileños. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 143-157. [dante](#)
- Labiano, L. M. (1996). La técnica de la respiración: Aportes psicoterapéuticos. *Salud mental*, 19(4), 31-35.
- Larrosa, R. (2006). Sobre la experiencia. *Revista de psicología*, (19), 87-112.
- Larumbe, E., Pérez-Llantada, M. y López de la Llave, A. (2009). Características del estado psicológico de los corredores populares de maratón. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(2), 151-163.
- Latorre, P., Gasco, F., García, M., Martínez, R., Quevedo, O., Carmona, F. y Malo, J. (2009). Análisis de la influencia de los padres en la promoción deportiva de los niños. *Journal of Sport and Health Research*, 1(1), 12-25.
- Lazarus, R. y Folkman, S. (1986). *Estrés y Procesos Cognitivos*. Barcelona: Martinez Roca.
- Ley 1090 de 2006. (2009). Colegio colombiano de psicólogos. *Deontología y bioética del ejercicio de la psicología en Colombia*.
- Ley 181 de 1995 (Enero 18). Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte.
- Lirio, C. R., Llopis, C. R., Perseguer, M. T., y Gil, M. I. V. (2010). Felicidad y alegría. *Aplicaciones educativas de la psicología positiva*, 110.
- Londoño Valencia, V., y Taborda Jaramillo, M. (2023). *Estrés académico y estrategias de afrontamiento utilizadas por los estudiantes de primer y último semestre del programa académico de psicología de la Universidad de Antioquia, Seccional Suroeste*. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Andes, Colombia.
- Lope, D. y Solís, O. (2020). Estrategias de afrontamiento como intervención al estrés en futbolistas. Coping strategies as stress intervention in soccer players. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física*, 38, 613-619. [Vista de Estrategias de afrontamiento como intervención al estrés en futbolistas \(Coping strategies as a stress intervention in soccer players\) \(fecyt.es\)](#)
- López Añasco, G. (2021). *Estadio-nación: Fútbol y nacionalismo en Colombia*. Universidad del Cauca. [Estadio-nación. Fútbol y nacionalismo en Colombia](#).
- López-Torres, M., Torregrosa, M. y Roca, J. (2007). Características del “flow”, ansiedad y estado emocional en relación con el rendimiento de deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7(1), 25-44.

- Lorenzón, J., González, F., Aceiro, M. y Delfino, G. (2022). Malestar psicológico relacionado a características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en jóvenes deportistas. *Ciencias Psicológicas*, 16(1), 1-13. [Malestar psicológico relacionado a características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en jóvenes deportistas - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Luciano, C., Páez-Blarrina, M., y Valdivia-Salas, S. (2010). La Terapia de Aceptación y Compromiso (ACT) en el consumo de sustancias como estrategia de Evitación Experiencial. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 10(1), 141-165.
- Mahamud, J., Tuero, C. y Márquez, S. (2005). Características psicológicas relacionadas con el rendimiento: comparación entre los requerimientos de los entrenadores y la percepción de los deportistas. *Revista de Psicología del deporte*, 14(2), 237-251. [19885636v14n2p237.pdf \(uab.cat\)](#)
- Mañas, I. Del Águila, J. Franco, C. y Gil, C. (2014). Mindfulness y rendimiento deportivo. *Psicología sociedad y educación*, 6 (1), 41-53. [Dialnet-MindfulnessYRendimientoDeportivo-6360192.pdf](#)
- Marín, J. y Gracia, E. (2022). *Entrenamiento psicológico para el control de ansiedad en futbolistas sub-16 de Bogotá* [Trabajo de grado, Universidad de San Buenaventura]. Repositorio Institucional de la Universidad de San Buenaventura.
- Martínez, M (2017). orígenes del fútbol Sanjuanino ¿Más cerca de las bodegas que de los trenes? 1900-1930. XVI Jornadas Interescuelas/Departamentos de Historia. Departamento de Historia. Facultad Humanidades. Universidad Nacional de Mar del Plata, Mar del Plata, 1-11. [Orígenes del fútbol sanjuanino ¿Más cerca de las bodegas que de los trenes? 1900-1930. \(academica.org\)](#)
- Martínez-Monteagudo, C., Inglés, C., Cano Vindel, A., García-Fernández, J. (2012). Estado actual de la investigación sobre la teoría tridimensional de la ansiedad de Lang. *Ansiedad y estrés*, 18 (2-3), 201-219. [ResearchGate](#)
- Martínez-Montilla, J., Amador-Marín, B. y Guerra-Martín, M. (2017). Estrategias de afrontamiento familiar y repercusiones en la salud familiar: *Una revisión de la literatura. Enfermería global*, 16(3), 576-604.
- Medrano, E. y Espada, M. (2018). La influencia de la evaluación del rendimiento en el deporte en edad escolar. *Revista de Educación Física*, 36(1).
- Menoscal Burgos, J. F. (2016). *Sistemas de juegos motrices deportivos para mejorar la rapidez de traslación en el fútbol de 9-12 años de la Unidad Educativa Jorge Enrique Adoum en Guayaquil*. (Bachelors tesis, Universidad de Guayaquil. Facultad de Educación Física Deportes y Recreación).
- Merton, R. K. (1964). *Teoría y estructura sociales*. México: Fondo de Cultura Económica.
- Ministerio de educación (s.f.). Ley 181 de enero 18 de 1995. Ley general de educación
- Molina, J., Chandín, B. y Chorot, P. (2014). Sensibilidad a la ansiedad y presión psicológica: Efectos sobre el rendimiento deportivo en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(1), 45-54. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/190951>

- Molina, J., Chorot, P., Valiente, R. y Sandín, B. (2014). Miedo a la evaluación negativa, autoestima y presión psicológica: Efectos sobre el rendimiento deportivo en adolescentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 57–66. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/211261>
- Molina, M. (16 de diciembre de 2021). *Urabá se consolida como potencia olímpica de Colombia*. El Colombiano. <https://www.elcolombiano.com/deportes/uraba-se-consolida-como-potencia-olimpica-lb16175842>
- Mondragón, L. (2007). Ética de la investigación psicosocial. *Medigraphic Artemisa*, 30(6), 25–31.
- Monserat, C. y Orellana, K., (2022). *Creencias de niños y niñas deportistas sobre factores psicológicos que se relacionan en su inicio en competencias*. [Tesis de grado profesional]. Universidad Nacional de Colombia.
- Montero, F. y Cervelló-Gimeneo. (2016). Influencia del autodiálogo, necesidades psicológicas básicas, relación entrenador-deportista y la ansiedad. *Centro de Investigación del Deporte*. 1-17.
- Moreno González, A. (2013). La psicología en el deporte / Psychology in Sport. *Revista Edu-física, Ciencias Aplicadas al Deporte*. 5(12), 35-43. [Vista de la psicología en el deporte/psychology in sport](#)
- Moreno, C., Silva, C. y González, K. (2021). Estrés percibido en niños deportistas: Análisis de grupos focales. *Interdisciplinaria revista de psicología y campos afines*. 38(3), 7-23. <18067032001.pdf> (redalyc.org)
- Moreno-Luque, M., Reigal, R., Morillo-Baro, J., Morales-Sánchez, V. y Hernández-Mendo, A. (2020). Estilo de interacción del entrenador, clima motivacional percibido y satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en futbolistas jóvenes. *Psicología del deporte*, 19(3), 79-89.
- Navarro, J., Amar, J. y González, C. (2003). Ansiedad pre-competitiva y competitiva y conductas de autocontrol en jugadores de fútbol. *Revista psicología del deporte*. 16(8). P 7-17.
- Navas, C., y Villegas, H. (2006). Espiritualidad y salud. *Revista ciencias de la Educación*, 1(27), 29-45.
- Núñez, A., y García-Mas, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 32, 172–177.
- Ochoa Usuga, L. F. (2024). *Presiones psicológicas en el fútbol infantil regional: una mirada desde la experiencia del niño futbolista*. [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Apartadó, Colombia.
- Ortiz, J. (2007). Historia del fútbol: evolución cultural. *Lecturas: Educación física y deportes*, (106), 1-19.
- Ossorio, D. (2012). Deporte, contexto social y familia: la cuestión de las actitudes de los padres. *Lecturas: Educación física y deportes, Revista Digital*, 165, 1-7.
- Pardo, J. (03 de octubre de 2010). *Psicología del deporte y la salud mental*. Las claves del rendimiento deportivo. [Las claves del rendimiento deportivo - José Luis Pardo](#)

- Paredes, V., Rodríguez, I., y Lira, J. (2014). Intervención cognitiva-conductual para el manejo de la ansiedad precompetitiva en nadadores adolescentes. *Enseñanza e investigación en psicología*, 19(2), 1-11.
- Pascual, A. y Conejero, S. (2019). Regulación emocional y afrontamiento: Aproximación conceptual y estrategias. *Revista Mexicana de psicología*, 36(1), 74-83.
- Pineda-Espejel, H., Morquecho-Sánchez, R., Fernández, R., González-Hernández, J. (2019). Perfeccionismo interpersonal, miedo a fallar, y afectos en el deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(2), 113-123.
- Polo, J. V. P., y Díaz, D. E. P. (2011). Terapia cognitiva-conductual (TCC) Como tratamiento para la depresión: Una revisión del estado del arte. *Duazary*, 8(2), 251-257.
- Porto, L., Krapp do Nascimento, R., Vieira do Nascimento, J. y Folle, A. (2021). Revisión sistemática de las influencias sociales en el deporte: apoyo de la familia, entrenadores y compañeros de equipo. *Apunts Educación Física y Deportes*, 37(145), 39-52.
- Prieto, J. (2020). Motivación, ansiedad social, práctica de ejercicio físico y rendimiento académico. *Journal of Sport and Health Research*, 12(1), 25-30. [Motivación, ansiedad social, práctica de ejercicio físico y rendimiento académico - Dialnet](#)
- Prieto, M. (2010). El fracaso según, Edinson. *Curistoria, curiosidades y anécdotas históricas*. <https://www.curistoria.com/2010/06/el-fracaso-según>
- Prieto, M. (2016). Relación entre competitividad, ansiedad social y compromiso con variables deportivas y académicas en futbolistas jóvenes. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y Deporte*, 11(2), 193-200. [0537108_20162_0003.pdf](#)
- Pulido, J., Merino, A., Sánchez-Oliva, D., Tapia, M. y García-Calvo, T. (2019). Efectos de un programa de intervención sobre el estilo interpersonal de entrenadores de fútbol base. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(1), 32-49.
- Ramírez, W., Vinaccia, S. y Ramón, G. R. (2004). El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico. *Revista de estudios sociales*, (18), 67-76. [El impacto de la actividad física y el deporte sobre la salud, la cognición, la socialización y el rendimiento académico: - Dialnet \(unirioja.es\)](#)
- Ramos, J. (2016). Presión y tensión en el ámbito del deporte. *Revista digital: Actividad Física y Deporte*, 2(1), 136-146.
- Real academia española (2022). Fútbol. En Diccionario de la lengua española. Recuperado de <https://www.rae.es/dpd/futbol>
- Real academia española. (2024). Experiencia. En Diccionario de la lengua española. Recuperado de [experiencia | Definición | Diccionario de la lengua española | RAE - ASALE](#)
- República de Colombia. (1995). *Ley 181 de 18 de enero de 1995*. Ministerio de Educación Nacional.
- Resolución 8430. (1993, 4 de octubre). Ministerio de Salud de la República de Colombia, Santafé de Bogotá D.C. <https://bit.ly/3yN8f8p>

- Reto Personal. (2011, 6 de mayo). *Efectos de la presión y la ansiedad en la ejecución deportiva* [Archivo de Video]. YouTube.
- Ries, F., Castañeda, C., Campos, M. y Del Castillo, O. (2012). Relaciones entre ansiedad-rasgo y ansiedad-estado en competiciones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12 (2), 9-16. [RD02_01.indd](#)
- Rodas, J. (10 de febrero de 2023). *¿Por qué es popular el fútbol?*. Varias consideraciones que se acercan a una conclusión: el fútbol se popularizó como ningún otro deporte en el mundo por su enigmática magia. [¿por qué es popular el fútbol? \(i\) | el espectador](#)
- Rodríguez, C., Correa, M., García, A., y Bozal, R. (2018). Regulación emocional en jóvenes deportistas ante situaciones adversas en competición. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 2(1), 373-384. redalyc.org/pdf/3498/349853220038.pdf
- Rojas Moreno, J.S. (Febrero 24 de 2023). Las reglas del fútbol según la FIFA. Señal Colombia deportes. [Las reglas del fútbol según la FIFA](#)
- Ruiz, R., De la Vega, R., Poveda, J., Rosado, A., y Serpa, S. (2015). Ansiedad competitiva y su relación con variables psicológicas en deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 131-137.
- Ruiz-Juan, F., y Zarauz, A. (2015). Variables predictoras de la ansiedad precompetitiva: aspectos diferenciales en corredores de fondo en ruta. *Universitas Psychologica*, 14(3), 1021-1031.
- Salas Parra, W. E. (2013). *Síntomas de ansiedad que influyen en el proceso de adaptación en los jóvenes futbolistas de 11 a 19 años del Envigado Fútbol Club* [Trabajo de grado]. Institución Universitaria de Envigado. Biblioteca Digital IUE. [Salas \(2013\) ansiedad - Google Académico](#)
- Salgado, A. (2014). Revisión de estudios empíricos sobre el impacto de la religión, religiosidad y espiritualidad como factores protectores. *Propósitos y representaciones*, 2(1), 121-159. [Dialnet-RevisionDeEstudiosEmpiricosSobreElImpactoDeLaRelig-5475193.pdf](#).
- Salinero, J., Ruíz Tendero, G. y Sánchez Bañuelos, F. (2006). Orientación y clima motivacional, motivación de logro, atribución de éxito y diversión en un deporte individual. *Ciencias Aplicadas de la Educación Física y el Deportes*, 83, 5-11.
- Salom, M. M., Borrás, P. A., García-Mas, A., Ponseti, F. J., y Vidal, J. (2019). Ansiedad competitiva y rendimiento en regatistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 19(2), 60-72. <https://doi.org/10.6018/cpd.350751>
- Sampieri, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2010). *Metodología de la investigación. Diseños del proceso de investigación cualitativa*. (5a. ed) México D.F. McGraw-Hill.
- Sánchez, A. (2024). El papel del apoyo familiar y el estatus socioeconómico sobre la salud mental y la desregulación emocional en usuarios de Comunidad Terapéutica. *Proyecto Hombre: revista de la Asociación Proyecto Hombre*, (116), 45-49.
- Scott, J. W. (2001). Experiencia. *Revista de estudios de género: La ventana*, 2(13), 42-74.
- Segura, D., Cerdas, D., Barrantes-Brais, K., Ureña Bonilla, P. y Sánchez Ureña, B. (2018). *Autoeficacia, ansiedad precompetitiva y percepción del rendimiento en jugadores de fútbol*

categorías sub 17 y juvenil. MHSalud, 15(2), 1-20. [Autoeficacia, ansiedad precompetitiva y percepción del rendimiento en jugadores de fútbol categorías sub 17 y juvenil](#)

Shelley, T. (2007) *Psicología de la Salud*. 7.^a ed. McGraw- Hill/ Interamericana editores, S.A. DE C.V.

Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., y Grossbard, J. R. (2006). *Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2*. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 28(4), 479–501. <https://doi.org/10.1123/jsep.28.4.479>

Solis, D. (2018). Reestructuración cognitiva y control de ira.[Tesis de grado profesional], Universidad Rafael Landívar, Guatemala, Quetzaltenango. Recuperado de: <http://186.151>.

Soto-Atehortúa, J. L. (2023). *La convivencia pacífica a través del fútbol: aportes de una experiencia en Urabá, Antioquia*. *Lúdica Pedagógica*, 1(37), 7–16. <https://doi.org/10.17227/ludica.num37-18231>

Spielberger, C. D. (1983). *Manual del Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI)*. Madrid: TEA Ediciones.

Stover, J. B., Bruno, F. E., Uriel, F. E., y Liporace, M. F. (2017). Teoría de la Autodeterminación: una revisión teórica. *Perspectivas en psicología*, 14(2), 105-115.

Tapia, F., Alvarado, P., Rodríguez, D. y Pesantez, A. (2017). Tolerancia a la frustración en deportistas adolescentes seleccionados de la federación deportiva del Azuay ante el fracaso en una competencia durante el año 2016-2017. *Revista electrónica de psicología Iztacala*, 20(3), 69-82.

Teoría Táctica Fútbol. (30 de septiembre de 2018). ¿Qué buscan los visores en un jugador de fútbol?. https://youtu.be/9_vk6FCOcxs?si=j-N41DbWruphe0JD

Torrecilla, J. M. (2006). *La entrevista*. Madrid, España: Universidad Autónoma de Madrid, 1-20.

Trejo, F. (2014). Una pincelada de fútbol e historia. *Istor: revista de historia internacional*, 15(57), 3-8.

UNESCO. (2005). Declaración Universal sobre Bioética y Derechos Humanos.

Universidad de Antioquia. (2015). Código de ética en investigación de la universidad de Antioquia. p. 1-2. [codigo-etica-udea.pdf](#)

Urra, B. (2014). Evaluación de la efectividad del entrenamiento de estrategias de afrontamiento en el nivel de ansiedad precompetitiva en tenisesistas. *Revista de psicología del deporte*, 23(1), 67-74.

Urrea, A., García, J. y Barbosa, S. (2023). Psicología del deporte: fundamentos y aplicación. En D. A. Herrera y L. Arenas Tabares (Eds.), *Psicología de la actividad física y el deporte: Formación y aplicación en Colombia (ASCOFAPSI)*. 45–62. [0aPsicologia-actividad-fisica-deporte_prelim.pdf](#)

Van Mane, M. (2016). *Fenomenología de la práctica-Métodos de donación de sentido en la investigación de la escritura fenomenológica* (1.^a ed.). Editorial Universidad del Cauca.

- Vargas, T. (2017). *Estrategias metodológicas para la captación de talentos deportivos en karate- do, en niños de 9 a 12 años de edad, del club especializado deportivo de alto rendimiento Vargas Shito RYU karate- do, año 2016*. [Tesis de pregrado, Universidad estatal península de Santa Elena, Facultad de ciencias de la educación e idiomas]. Archivo digital. repositorio.upse.edu.ec/bitstream/46000/3901/1/UPSE-TEF-2017-0001.pdf
- Vázquez-Miraz, P., León, J. y Álvarez-Merlano, N. (2022). La Religión como estrategia de afrontamiento en los estudiantes universitarios. Una revisión teórica: Religion as a coping strategy in university students. *A theoretical review. Carthaginensia*, 38(74), 449-466.
- Ventura-Leon, J., Caycho-Rodríguez., Vargas-Tenazoa, D. y Flores-Pino, G. (2018). Adaptación y validación de la Escala de Tolerancia a la Frustración (ETF) en niños peruanos. *Revista de Psicología Clínica con Niños y Adolescentes*, 5(2), 23-29.
- Vidaurreta, R. y Mesa, M. (2011). Concepto de rendimiento en competición para el tiro deportivo. Revista digital El deportes.com, Buenos Aires, (152), 1-1. [Concepto de rendimiento en competición para el tiro deportivo](#)
- Vielma Rangel, J. y Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo: Una breve revisión teórica. *Educere*, 14(49), 265-275.
- Visorías México. (17 de mayo de 2018). *Lo que buscan los visores deportivos en un jugador de fútbol/ prepárate para tu visoria- reclutamiento* [Video]. YouTube. <https://youtu.be/nWGLciN94oQ?si=Tdr0JZ2QoowN2LDy>
- Watson, D., y Friend, R. (1969). Measurement of social-evaluative anxiety. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 33(4), 448–457. <https://doi.org/10.1037/h0027806>
- Weinberg, R. S., y Gould, D. (2010). Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico (4.^a ed.). Editorial Médica Panamericana. <https://biblioteca.ucuenca.edu.ec/digital/s/biblioteca-digital/ark:/25654/1543#?c=0ym=0ys=0ycv=0>
- Wuerth, S., Lee, M. y Alfermann, D. (2004). Parental involvement and athletes' career in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 21–33.
- Yoesting, T. (2018, 28 julio). *Why soccer is the best sport and how it came to be so*. The18.
- Zamora Salas, D.J y Salazar, W. (2004). Efectos de la tensión, ansiedad y relajación con respecto al rendimiento cognitivo en deportistas. *Cuadernos de psicología del deporte*. 4(1), 91-100.

Anexos

Anexo 1. Consentimiento informado

Consentimiento informado

El presente documento tiene como propósito informar y solicitar su autorización para la participación en el proyecto de investigación titulado “Prevalencia de las manifestaciones de estrés y ansiedad, la experiencia subjetiva al respecto, los factores causales asociados, las estrategias de afrontamiento y la percepción sobre su influencia en el rendimiento deportivo, en un grupo de jóvenes futbolistas de 12 a 18 años del municipio de Apartadó que han participado de procesos de veedurías deportivas en fútbol”, que desarrollarán los estudiantes, Brandon Mateo Guerra restrepo y Danna Marcela rodriguez rincon del programa de Psicología de la Universidad de Antioquia seccional Apartadó

La actividad tiene dos momentos, el primero es la aplicación de un instrumento para conocer la prevalencia de las manifestaciones de estrés y ansiedad en contextos de veedurías deportivas, y en un segundo momento, algunas de las personas que realicen esta primera actividad podrán ser contactadas para la participación en grupos focales con el fin de conocer la experiencia subjetivas de manera más amplia reconociendo los afrontamientos y la percepción de ellos en torno a la influencia de la ansiedad y el estrés en el rendimiento deportivo.

La actividad tiene un sentido estrictamente académico. La información que allí se genere solo se utilizará para fines académicos. Esta investigación no ofrece ningún tipo de remuneración académica, sin embargo, su participación en este estudio es fundamental para la construcción del conocimiento en el campo de la psicología deportiva. Además, al concluir la participación se llevará a cabo la correspondiente devolución de los resultados a los participantes de la investigación.

Usted como participante de la actividad tiene la total libertad de decidir si participa o no, o si en el proceso desea interrumpir su participación, sin haber represalia alguna con ello.

Agradecemos enormemente su participación y esperamos que disfrute en la mayor medida posible de este proceso.

Brandon Mateo Restrepo Guerra
CC:
Estudiante investigador

Danna marcela rodriguez rincon
CC:
Estudiante investigadora