

Respuesta emocional de basquetbolistas en competencia

Emotional response of basketball players in competition



¹Dr.C. Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez [1](#),

²MSc. Danay Sánchez Kessel [2](#)

<http://opn.to/a/cUxtC>

¹Instituto de Medicina del Deporte. La Habana. Cuba.

²Centro Provincial de Medicina del Deporte. La Habana. Cuba.

RESUMEN: La respuesta emocional del deportista en situación competitiva ha sido reconocida como una de las variables que inciden en su rendimiento. Sin embargo, durante dos Ligas Superiores de Baloncesto los basquetbolistas del Equipo masculino “Capitalinos” de 1ra categoría, de La Habana obtuvieron un rendimiento por debajo del esperado sin que se haya logrado precisar qué incidencia pudo haber tenido en dichos resultados, la respuesta emocional que estos presentan durante las competencias. Por lo que la investigación que conlleva la confección del presente artículo se propuso como objetivo valorar el comportamiento de la respuesta emocional de estos deportistas en situación competitiva. Para ello, a 15 jugadores se les aplicaron las técnicas de la observación en competencia y la entrevista. Los principales resultados mostraron que en condiciones competitivas, manifestaban emociones como: la ansiedad, el enojo, la apatía y la frustración; así como la influencia negativa de estas en su desempeño. Como conclusión fundamental los deportistas estudiados presentaron una respuesta caracterizada por la pérdida del control emocional en situación competitiva, lo cual repercute en sus resultados deportivos.

Palabras clave: respuesta emocional en competencia, baloncesto, resultados competitivos.

ABSTRACT: The emotional response of the athlete in a competitive situation has been recognized as one of the variables that affect his performance in competition. However, during two Superior Basketball Leagues, the basketball players of the men's “Capitalinos” team of the 1st category of Havana obtained a performance below the expected one, without being able to specify what incidence may have had on these results, these emotional response present during competition. So the research that leads to the preparation of this article was proposed as an objective to assess the behavior of the emotional response of these athletes in a competitive situation. For this, 15 players were applied the techniques of the observation in competition and the interview. The main results showed that in competitive conditions, they manifested emotions such as: anxiety, anger, apathy and frustration; as well as their negative influence on their performance. As a fundamental conclusion, the athletes studied presented a response characterized by the loss of emotional control in a competitive situation, which affects their sports results.

Key words: emotional response in competition, basketball, sports results.

INTRODUCCIÓN

El presente artículo aborda el tema de la respuesta emocional del deportista en situación competitiva, particularmente el de la incidencia de esta respuesta en el desempeño en competencia de los basquetbolistas del Equipo masculino

“Capitalinos” de 1ra. Categoría, de La Habana.

Las investigadoras se plantearon analizar qué manifestaciones caracterizaban la respuesta emocional de los basquetbolistas del Equipo masculino “Capitalinos” de 1ra Categoría de La Habana, en situación competitiva.

*Autor para correspondencia: Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez. E-mail: marisol.suarez@inder.gob.cu

Recibido: 27/05/2020

Aceptado: 25/07/2020

El problema planteado es de naturaleza psicológica y su alcance se circunscribe a la caracterización de la respuesta emocional en situación competitiva de esos basquetbolistas; el estudio brinda un diagnóstico que resulta necesario para estos deportistas y su colectivo técnico, en función de reorientar los objetivos de la preparación psicológica para la competencia en correspondencia con los resultados obtenidos.

El interés por el estudio de la respuesta emocional en el deportista y su incidencia en el desempeño deportivo en situación competitiva ha ocupado desde los inicios de la Psicología del Deporte y hasta la actualidad, el centro de atención de varios investigadores ([Galgueras, 2014](#); [Mora y Galafel, 2019](#)).

La investigación del tema en el ámbito deportivo se ha visto acompañada de dilemas como el relacionado con la naturaleza, preconcebida o no, de las emociones y la pertinencia o no, del logro del control emocional para un rendimiento más eficiente y efectivo. Dilemas en los que ha incidido el carácter multifactorial y la complejidad de su influencia sobre el éxito o fracaso en la actividad deportiva.

Con relación a la naturaleza de las emociones mientras que unos estudiosos prefieren tipificar de antemano algunas de ellas como positivas y otras, como negativas ([Galgueras, 2014](#)); otros prefieren valorarlas en función de su efecto, impacto o incidencia sobre el resultado ([Núñez y García, 2017](#)).

En este sentido, uno de los conceptos que aún encuentra aceptación en la comunidad científica actual es aquel referido por García (citado por [Sánchez, 2015:10](#)), el cual concibe las emociones como reacciones psíquicas de intensidad particular, que actúan sobre la conducta motora y van acompañadas, sobre todo, de fenómenos orgánicos, especialmente de naturaleza neurovegetativa, las cuales pueden influir de manera notable sobre el grado de esfuerzo que se debe realizar y, por consiguiente, sobre el resultado de los rendimientos, de dos maneras fundamentalmente: o estimulando al

deportista, movilizándolo para que aplique el máximo de sus fuerzas o disminuyendo su potencial, convirtiéndolo en indiferente y sin energía. Esa concepción es compartida por las autoras del artículo.

No obstante, independientemente de una u otra concepción lo importante es que prevalece el consenso del reconocimiento de la influencia de la respuesta emocional en el rendimiento del deportista en dos polos: positivo o negativo. Consenso que también se hace evidente al hablar de la necesidad de controlar; aparte de su naturaleza preconcebida o no, todas aquellas emociones que puedan perturbar el rendimiento ([Pérez, 2007](#); [Galgueras, 2014](#); [Mora y Galafel, 2019](#)), pues la tendencia a su falta de control trae afectaciones en el desempeño del deportista, que inciden negativamente en su rendimiento.

Entre las emociones que han sido referidas, según investigaciones realizadas ([García, 2001](#); [González, 2004](#); [Pérez, 2007](#); Chirinos, 2006, citado por [Cisneros, Fonseca y Matos, 2012](#)) como aquellas que pueden incidir negativamente en el rendimiento del deportista en competencia se encuentran: la apatía, el enojo, la frustración y la ansiedad.

La apatía, según [García \(2001:21\)](#), es una emoción que provoca una disminución brusca de la motivación hacia la actividad, la voluntad y el sentido de la responsabilidad, lo cual incide de forma negativa en el desempeño del deportista. La frustración, refiere [González \(2004:127\)](#), es un estado que se produce en el deportista cuando los resultados de la ejecución quedan por debajo de lo esperado. Es una emoción, según Vinacke (citado por [Pérez, 2007:25](#)) de fastidio, desamparo, molestia, debido a la incapacidad del sujeto de lograr una meta, sensaciones que disminuyen los niveles de rendimiento del deportista.

El enojo, según Chirinos (2006; citado por [Cisneros, Fonseca y Matos, 2012:1](#)), es una vivencia emocional de desagrado que una persona experimenta ante una circunstancia determinada y que le impide actuar de forma serena produciendo alteraciones de la conducta que pueden llegar a ser extremas.

Es una emoción que suscita otras emociones, casi siempre de mayor intensidad y profundidad.

La ansiedad, considera [Pérez \(2007:23\)](#) es un estado subjetivo de tensión que un individuo experimenta en determinadas circunstancias percibidas como amenazadoras, sin que necesariamente tenga relación con el verdadero peligro presente. Estado que puede incidir, cuando alcanza elevados niveles, de manera negativa en el rendimiento del deportista.

En los deportes de equipo el tema de la respuesta emocional cobra relevancia ([Mora y Galafel, 2019](#)). El baloncesto, como la mayoría de estos, es un deporte de oposición y colaboración, en el que sus acciones se producen en condiciones de interdependencia e interrelación, con constantes cambios de ritmo, contactos físicos entre los jugadores, todo lo cual puede generar una elevada carga psíquica que despierte fuertes reacciones emocionales en sus practicantes, las cuales se pueden hacer mucho más intensas en una situación competitiva por las exigencias psicológicas que tiene para el deportista.

Sin embargo, no existe un estudio que valore la respuesta emocional de los basquetbolistas del Equipo masculino "Capitalinos" de 1ra categoría de La Habana en situación de competencia, a pesar de que sus resultados, durante dos Ligas Superiores de Baloncesto consecutivas, hayan quedado por debajo de los pronósticos, sin que se tenga precisión acerca de la incidencia de esta respuesta en tal situación.

De ahí que, la investigación base de este artículo se plantee como objetivo valorar el comportamiento de la respuesta emocional, en situación competitiva, de los basquetbolistas del Equipo masculino "Capitalinos" de 1ra categoría de La Habana a partir de identificar cuáles emociones se presentan durante las competencias y determinar la incidencia de estas en su desempeño. Todo ello posibilita, finalmente, valorar la existencia de una tendencia al control de la respuesta emocional o a la falta de este, en situación competitiva, en la muestra estudiada.

MATERIALES Y MÉTODOS

Para dar cumplimiento al objetivo de la investigación se realizó un estudio de tipo descriptivo, de corte transversal. La muestra estuvo conformada por 15 deportistas, que representan la población del equipo en el que se desarrolla el estudio. Caracterizados por un rango de edad cronológica entre 18 y 37 años, con una edad cronológica promedio de 25 años; un rango de edad deportiva que oscila entre 10 y 26 años, con una edad deportiva promedio de 17 años.

Luego del consentimiento informado, se aplicaron las siguientes técnicas:

-Observación estructurada participante: se efectuaron 5 observaciones en situaciones de competencia (topes competitivos preparatorios y competencias oficiales) con el propósito de identificar las emociones que presentaban los deportistas en situaciones de competencia y determinar su incidencia en el desempeño de los mismos. Para su aplicación se elaboró una guía de observación, la cual tuvo en cuenta los indicadores: uso de la respiración, de la autocharla, del lenguaje verbal y extraverbal positivo y negativo, la tolerancia y frustración ante errores y fracasos, actitud positiva y negativa ante adversidades como actitud del arbitraje, del público, de la familia o cualquier otra y consecuencia de las emociones en el desempeño.

- Entrevista estructurada: al director técnico del equipo y a los deportistas con el propósito de identificar las emociones que los deportistas presentaban en situaciones de competencia y determinar su influencia en el desempeño; a manera de complementar la información obtenida con la observación. Para su aplicación se elaboró una guía de entrevista al director técnico y una, al deportista.

Para el procesamiento de la información obtenida se utilizó una metodología mixta (cuanti-cualitativa). Para el análisis cuantitativo de los datos se emplearon, de la estadística descriptiva, los estadígrafos de la media y las distribuciones empíricas de frecuencias absolutas y relativas con los

correspondientes análisis porcentuales. Mientras que, para el análisis cualitativo de los resultados, se realizó un análisis de contenido.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A través de la aplicación de las técnicas se constata en los deportistas estudiados la presencia de las siguientes emociones: ansiedad en 13 deportistas, apatía en 10, enojo en 12 y frustración, en 8 de ellos ([fig. 1](#)).

Manifestada la ansiedad por el uso a ratos de un lenguaje verbal excesivo, intranquilidad, acciones agitadas, desespero, excitación, deseos de ir al baño; la apatía, por la aparición, en otros momentos, de un pobre uso del lenguaje verbal, pasividad, desánimo, indiferencia, falta de esfuerzo, de interés por la actividad; el enojo, caracterizado por gritos, lenguaje verbal y corporal negativo, muestras de agresividad, de maltrato al balón y la frustración, por la expresión de un lenguaje que reforzaba la conducta de dejar de luchar, el abandono de la actividad ante las acciones malogradas o el fracaso.

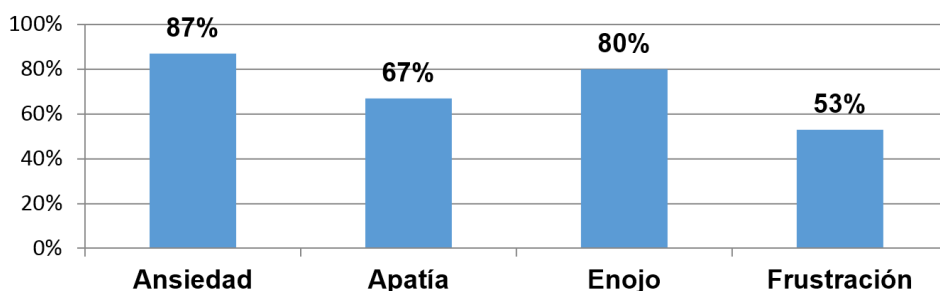
Se constata, además, que estas emociones traen consigo afectaciones como pérdida de la concentración de la atención en 13 deportistas, los cuales cometen errores con frecuencia, indisciplina táctica en 12, y

actitudes negativas que se traducen en el abandono de la capacidad de luchar, en 9 deportistas de la muestra estudiada ([fig. 2](#)).

DISCUSIÓN

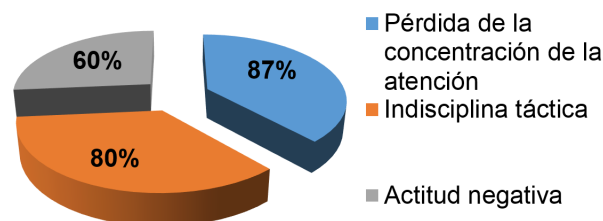
Los resultados demuestran que en el grupo aparecen las emociones de ansiedad, enojo, apatía y frustración, en situación de competencia, en ese orden respectivamente ([fig.1](#)). Destaca que todas las emociones aparecen en más de la mitad del grupo y que existen deportistas en los que coexisten varias emociones.

Se constata, además, que las emociones presentes provocan afectaciones como: pérdida de la concentración de la atención, indisciplina táctica y actitudes negativas ([fig.2](#)), aspectos que atentan contra el rendimiento deportivo. Morillas y Pérez (2002; citado por [Soler, 2016](#)) señalan que la capacidad de controlar aspectos del proceso cognitivo como el mantenimiento del foco atencional en determinada tarea, es uno de los factores relevantes para alcanzar una actuación óptima en el deporte. Por su parte, [Sánchez \(2015\)](#) refiere la importancia de la disciplina táctica en deportes con un carácter particularmente táctico como el baloncesto. Así también, [Loehr \(1990:86\)](#) reconoce como un factor clave del éxito, el control de actitudes negativas.



Fuente: elaboración propia

Figura 1. Emociones identificadas en la muestra durante las situaciones competitivas



Fuente: elaboración propia

Figura 2. Incidencia de las emociones en el desempeño de los deportistas

Resultados similares han obtenido en sus estudios autores como [García \(2001\)](#); [González \(2004\)](#); Chirinos (2006), citado por [Cisneros, Fonseca y Matos \(2012\)](#), en los que han identificado la incidencia negativa de emociones como las encontradas en la presente investigación, en situación de entrenamiento y competencia en deportistas de variados deportes. Así también lo encuentran [Pérez \(2007\)](#), en ajedrecistas; [Guerrero, Sosa, Zayas y Guil \(2017\)](#), en futbolistas; [Mora y Galafel \(2019\)](#), en beisbol.

En contraste con estos hallazgos, particularmente en el caso de la ansiedad, algunos autores como Maynard y Smith (citados por [Núñez y García, 2017](#)) han corroborado en sus trabajos que no siempre existe una relación significativa entre la ansiedad y el rendimiento deportivo.

No obstante, los resultados obtenidos en este estudio refuerzan el criterio de que la competencia puede ser un escenario en el que aparezcan emociones de una intensidad particular ([García, 2001](#)), las cuales se pueden tornar más intensas en los deportes de equipo ([Mora y Galafel, 2019](#)) y afectar el rendimiento ([De Ledesma, 2018](#)).

De manera que se confirma en este contexto la incidencia negativa que pueden tener algunas emociones en el rendimiento deportivo, en el sentido, como dijera [García \(2001:5\)](#), no de estimular al deportista, movilizándolo para que aplique el máximo de sus fuerzas, sino disminuyendo su potencial para la lucha.

El comportamiento de la respuesta emocional de estos deportistas en situación competitiva permite inferir la existencia de una falta de control emocional en ellos, la cual está afectando su desempeño y puede ser concebida como una de las causas que influye en su rendimiento.

Estas investigaciones corroboran la necesidad de trabajar en la búsqueda de estrategias que contribuyan al logro de un mayor control emocional en los deportistas estudiados. Para esa tarea se requiere de estudios exploratorios sobre los factores que pueden estar incidiendo en la expresión de

estas emociones, como fundamento de estrategias de intervención futuras y para lo cual la presente investigación sirve de base.

CONCLUSIONES

Los deportistas estudiados presentan en situación competitiva emociones como: la ansiedad, elenojo, la apatía y la frustración.

Las emociones manifestadas inciden de manera negativa en su desempeño.

Los deportistas estudiados presentan emociones que constituyen la expresión de una respuesta caracterizada por la pérdida del control emocional en situación competitiva, respuesta que es valorada como no favorable para el rendimiento deportivo.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cisneros, M.E.; Fonseca, A. y Matos, A. (2012). Plan de orientación psicológica para atenuar los efectos del enojo en lanzadores de beisbol. Disponible en: <http://www.efdeportes.com/>
- De Ledesma, A. (2018). Factores emocionales y rendimiento deportivo. Disponible en: <http://www.powerexplosive.com/>
- Galgueras, A. (2014). Caracterización de las respuestas emocionales de los jugadores de Tenis de 9-10 años, del municipio 10 de Octubre. (Trabajo de Diploma inédito en opción al título de Licenciado en Cultura Física). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte "Manuel Fajardo". La Habana. Cuba.
- García, F. (2001). *Psicología de las emociones en el deporte*. Madrid. España: Editorial Poligráfico Omega.
- González, L. G. (2004). *La respuesta emocional del deportista*. Ciudad de La Habana: Editorial Deportes.
- Guerrero, C.; Sosa, M.; Zayas, A. y Guil, R. (2017). Regulación emocional en jóvenes deportistas ante situaciones adversas en competencia. Disponible en: <http://www.redalyc.org>
- Loehr, J. (1990) La excelencia en los deportes (cómo alcanzarla a través del

- control mental). Disponible en <http://books.google.com>
- Mora, Y. y Galafel, A.M. (2019). Consideraciones acerca del autocontrol emocional en atletas de beisbol y la dirección de equipo. *Olimpia.Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma . Vol. 16 . No. 57. ISSN: 1817-9088.*
- Núñez, A. y García, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. Disponible en: <http://www.scholar.google.com.cu>
- Pérez, Y. (2007). Programa de orientación psicológica para estimular el autocontrol emocional en ajedrecistas de alto rendimiento. (Tesis inédita de Doctorado). Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana, Cuba.
- Sánchez, D. (2015). Herramientas psicológicas de autocontrol en el equipo provincial masculino de 1ra categoría de Baloncesto de La Habana que intervienen en la competencia. Memorias de la VI Convención Internacional de Actividad Física y Deportes AFIDE 2015. ISBN 978-959-203-237-8.
- Soler, Y. (2016). Acciones de intervención psicológica para la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15 - 16 años de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana. (Tesis inédita de Maestría) Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte “Manuel Fajardo”. La Habana, Cuba.

Conflictos de intereses: Los autores declaran no presentar conflictos de intereses

Contribución de los autores: Concepción de las ideas: Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez y Danay Sánchez Kessel, Obtención de los datos: Danay Sánchez Kessel, Elaboración del artículo: Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez y Danay Sánchez Kessel, Revisión crítica del documento: Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez.

Este artículo se encuentra bajo licencia [Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional \(CC BY-NC 4.0\)](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)