

## ARTÍCULOS ORIGINALES

### **Características psicológicas y respuesta emocional en luchadores de alto rendimiento**

### **Psychological characteristics and emotional answer in high performance wrestlers**

**Lic. César Alejandro Montoya Romero <sup>1</sup>; Dr. Luis Gustavo González Carballido <sup>2</sup>**

<sup>1</sup> Licenciado en Psicología [cmontoyaromero@gmail.com](mailto:cmontoyaromero@gmail.com)

<sup>2</sup> Investigador Titular, DrC Psicológicas

#### **RESUMEN**

El trabajo se propone examinar la tendencia temperamental y la respuesta de estrés predominante de un grupo de deportistas cubanos de los Equipos Nacionales de Mayores de Lucha Libre y Lucha Greco-romana. Se escogieron 12 atletas varones, con una experiencia deportiva comprendida entre 10 y 15 años.

Se realizó una Entrevista Semi-estructurada previa a la aplicación de las pruebas: Test de Temperamento de Fuentes, M. y Escala Autovalorativa de Reacciones Frente a las Competencias de González, L.G.

Los datos obtenidos se procesaron mediante el análisis de estadística descriptiva.

Las conclusiones ofrecen adecuaciones de la distribución de las variables estudiadas a las exigencias de la actividad deportiva.

Las recomendaciones proponen realizar investigaciones sucesivas midiendo las respuestas de estrés preferentemente en tiempo real o en etapas competitivas, constatar la relación entre estas variables, extender el tipo de estudio a otras modalidades deportivas y contemplar los resultados en la preparación de los deportistas.

**Palabras claves:** Estrés, temperamento, deporte, lucha.

#### **ABSTRACT**

The aim of the present research consisted in examining the sentient tendency and the answer to the prevailing stress in group of sportsmen belonging of main cuaban team of Greco-Roman wrestler. The 12 males athletes were selected with an sports experience understood among 10 and 15 years.

A Semi-Structured previous Interview to the application of tests was performed: The Test of Sources Temperament M and Auto-Appraising Scale of Reactions in front of

González's Competitions, L.G. The obtained data were processed through the descriptive statistics analysis

The conclusions offer adjustments of the distribution of studied variables to the requirements of sports activity. The recommendations suggest the develop of successive investigations taking in account the measurements of the answers to the stress preferentially in real time or in competitive stages, to verify the relationships among these variables, to extend the type of study to another sports formalities and to contemplate the results in preparation of sportsmen.

**Key words:** Stress, temperament, sports, fight.

## **INTRODUCCIÓN**

El comportamiento de los deportistas en las circunstancias especiales de los escenarios deportivos está matizado por la singular combinación de diversos e innumerables factores.

Esta ineludible verdad resalta la necesidad de considerar, si bien no todos, al menos gran parte de ellos. Ignorarlos casi siempre pone en riesgo los resultados que se esperan.

Entre los elementos que los psicólogos, como especialistas del deporte, suelen tener en cuenta con mayor reparo, la respuesta emocional figura como uno de los primarios.

Por lo general las manifestaciones emocionales entorpecen el rendimiento, aunque *" concebir el hecho competitivo como una situación de estrés tiene a veces sus ventajas "* (1).

Otro aspecto sustancial es el análisis pormenorizado de las *características de la personalidad* de los atletas. Pues estas mediatizan las reacciones emocionales que se emiten. Pero baste con saber que *"...las condiciones físicas y psíquicas relativamente estables que un hombre puede emplear cumpliendo una tarea determinada... deben contribuir a un aumento de la eficiencia para lograr los objetivos de la actividad "*

(2). Las propiedades del sistema nervioso como bases fisiológicas del temperamento son algunas de estas condiciones. Un agente determinante de la respuesta de estrés que emiten los deportistas es el nivel de excitación al que se encuentren expuestos. Tales niveles se relacionan fundamentalmente con la complejidad de la tarea y el sentido personal que para el atleta tenga la misma. En estas condiciones las características del temperamento tiene gran significación, pues aseguran la respuesta inhibitoria protectora del sistema nervioso (SN) ante estos estímulos fuertes y sostenidos, contribuye en la racionalización de la energía psíquica, así como ayuda a superar los estados afectivos negativos fruto de los fracasos parciales en la actividad.

Este trabajo se orienta a la exploración de estas importantes variables, las cuales, se ha demostrado, determinan el éxito en la vida deportiva de muchos atletas.

## MATERIAL Y MÉTODO

La muestra está compuesta por 12 atletas varones, de los Equipos Nacionales de Lucha Libre y Greco-romana, tomándose dos de las divisiones 55, 60, 66, 74, 84 y 96 Kgs. respectivamente. La edad deportiva de estos atletas fluctúa entre los 10 y 15 años. Se emplearon para este estudio los instrumentos: *Test de Temperamento* (3). Este consta de 56 ítems y se basa en las teorizaciones de Eysenck y Tieplov sobre los temperamentos. Utiliza además una distribución porcentual para describir las diferentes tendencias que mide apoyado en los presupuestos de la combinación de las mismas; y *Escala Autovalorativa de Reacciones Frente a las Competencias* elaborada por González, L. G. para medir, mediante un reporte subjetivo del propio atleta, la magnitud en que tiende a desarrollar reacciones de eutres y distress en las competencias. El sujeto se enfrenta a situaciones reales descritas brevemente, que debe juzgar en una escala de 1 a 5 como característica de su tendencia comportamental.

Previamente los atletas respondieron a una *entrevista semiestructurada*. Con ella se perseguía establecer *rapport* (lograr un ambiente de confianza y familiaridad con los sujetos), lo que prepararía el terreno para obtener información fiel sobre sus características. Así como también ahondar en las distintas áreas e integrar la información que se obtuviera con el resultado de las pruebas aplicadas. Considerándose así el valor de la entrevista como elemento activo que imprime autenticidad y coherencia al proceso de diagnóstico psicológico de la personalidad, al relacionar el dato cuantitativo con los elementos cualitativos del análisis.

El procesamiento estadístico se realizó mediante el uso del programa: **Paquete Estadística Windows**. A través de la variante **Estadística Descriptiva**, se evaluó la *Media*, la *Desviación Standard*, entre otros valores de las variables.

## RESULTADOS

Los resultados ofrecen las siguientes distribuciones: La tendencia temperamental predominante es la Sanguínea (.82), seguida por la Flemática (.66), la Colérica (.51) y por último la Melancólica (.48). Ver (tabla # 1). La respuesta de estrés que mayormente manifiestan estos deportistas es la de Eutres, teniendo el Distres una presencia mucho menor.

La información obtenida mediante las entrevistas es consonante con la suministrada por las pruebas aplicadas. Esto proporcionó mayor credibilidad y coherencia al dato cuantitativo, así como profundidad al posterior análisis y discusión de estos resultados.

## DISCUSIÓN

Ambas distribuciones coinciden con las obtenidas por otros autores, indicando la adecuación del temperamento *sanguíneo* a las demandas de la actividad deportiva, (3) como su naturaleza específica para evocar respuestas de eutres. Las situaciones de este deporte exigen una óptima velocidad de reacción y acción para asumir roles ofensivos y defensivos sensibles de reorganización inmediata según las circunstancias. Suponiendo ello características típicas de un (SN) fuerte, equilibrado y móvil. Estas condiciones de estimulación, combinadas con la connotación de la tarea, suscita en los deportistas respuesta típicas de eutres, caracterizadas por la experimentación de un elevado control de la tarea que se realiza y la preponderancia de sensaciones subjetivas de optimismo y seguridad en las

potencialidades, mientras que desde el punto de vista fisiológico prevalece la producción de catecolaminas y las respuestas simpáticas. (4)

El flemático sin embargo dada la poca movilidad de sus procesos nerviosos es menos ágil y le resulta difícil romper un estereotipo para imponer otro durante la actividad, sin embargo, puede soportar grandes cargas de trabajo y conservar su equilibrio en situaciones difíciles. El colérico por su parte es propenso a manifestar desbalances a favor de la excitación o la inhibición indistintamente, comprometiendo así las posibilidades del (SN) para manejar los potenciales generados desde la actividad, gozando sin embargo de gran movilidad y fortaleza de los procesos de excitación e inhibición. Resultando finalmente el melancólico el temperamento menos eficaz para esta actividad. Los altos niveles de carga física y psíquica a la que se exponen estos atletas en los combates exigen fortaleza en estos procesos, cualidad de la que carecen en esencia los individuos que presentan esta tendencia temperamental. Provocando ello sensaciones de angustia, inseguridad e incertidumbre, relativas a las respuestas de distress. Mientras que a nivel fisiológico predomina la producción de cortisol, precipitando el agotamiento y resultando nocivo para la salud cuando aparece con reiterada frecuencia. (1, 4 y 5).

Se concluye que la tendencia temperamental predominante que presentan los deportistas estudiados es la sanguínea, así como la respuesta de estrés que mayormente manifiestan en las competencias es la de eutress.

En investigaciones sucesivas sobre el tema sería recomendable recoger los datos en presencia de competencias relevantes, o en tiempo real, considerando la importancia del dato empírico sobre todo en el caso concerniente al tema emocional. Asociar estas variables mediante un análisis de correlación o regresión para constatar relación entre ellas.

Extender este tipo de estudio a otras modalidades deportivas, considerando su trascendencia y contemplar los resultados que se obtengan en la preparación de los deportistas para las competencias.

**Tabla 1:** Estadística Descriptiva. Tendencia Temperamental y Respuesta de Estrés

<b>Variable</b>	<b>N</b>	<b>MEDIA</b>	<b>MÍNIMO</b>	<b>MÁXIMO</b>	<b>DESV. STAND.</b>
<b>Sanguíneo</b>	12	.824167	.670000	.970000	.076212
<b>Colérico</b>	12	.511667	.280000	.640000	.093111
<b>Flemático</b>	12	.665833	.510000	.750000	.076332
<b>Melancólico</b>	12	.485833	.300000	.700000	.102643
<b>Eutress</b>	12	.795833	.660000	.930000	.079938
<b>Distress</b>	12	.355000	.200000	.530000	.108586

## **REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS**

1. González, L. G. "La respuesta emocional del deportista, Una visión científica del comportamiento ante el reto competitivo". Editorial Deporte Ciudad de la Habana (2004)
2. García Ucha, F. Psicología del deporte en el Alto Rendimiento. Instituto de medicina Deportiva, Ciudad de la Habana (2003)

3. Fuentes, M. y Cazadezus, J. "Informe sobre los resultados del Servicio Científico Técnico". TEMTEMAG al equipo Cuba de Lucha Libre. ICPV, Victoria de Girón. (2003)
4. Álvarez, M. A. Stress. Un enfoque psiconeuroendocrino. Tesis para optar por el grado de Doctor en Ciencias Psicológicas. Universidad de La Habana, (1987)
5. González, L. G. Enfrentamiento al stress competitivo en atletas de alto rendimiento. <http://www.efdeportes.com> Revista Digital - Buenos Aires - Año 6 - N° 32 - Marzo de 2001.