



UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR
HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

ANSIEDAD Y AGRESIVIDAD EN DEPORTISTAS DE ARTES
MARCIALES DE LA CIUDAD DE QUITO

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciada en Psicología

Autor(a)

Bedón Guzmán Joselyn Natalia

Durán Semanate Daniela Estefanía

Tutor(a)

Psic. Jirón Jiménez Jonathan Francisco, MSc

QUITO –

ECUADOR 2024

**AUTORIZACIÓN POR PARTE DEL AUTOR PARA LA CONSULTA,
REPRODUCCIÓN PARCIAL O TOTAL, Y PUBLICACIÓN ELECTRÓNICA DEL
TRABAJO DE TÍTULACIÓN**

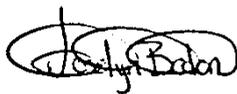
Yo, Joselyn Natalia Bedón Guzmán y Daniela Estefanía Durán Semanate, declaramos ser autores del Trabajo de Titulación con el nombre “Ansiedad y agresividad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito”, como requisito para optar al grado de Licenciada en Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad Tecnológica Indoamérica, para que con fines netamente académicos divulgue esta obra a través del Repositorio Digital Institucional (RDI-UTI).

Los usuarios del RDI-UTI podrán consultar el contenido de este trabajo en las redes de información del país y del exterior, con las cuales la Universidad tenga convenios. La Universidad Tecnológica Indoamérica no se hace responsable por el plagio o copia del contenido parcial o total de este trabajo.

Del mismo modo, acepto que los Derechos de Autor, Morales y Patrimoniales, sobre esta obra, serán compartidos entre mi persona y la Universidad Tecnológica Indoamérica, y que no tramitaré la publicación de esta obra en ningún otro medio, sin autorización expresa de la misma. En caso de que exista el potencial de generación de beneficios económicos o patentes, producto de este trabajo, acepto que se deberán firmar convenios específicos adicionales, donde se acuerden los términos de adjudicación de dichos beneficios.

Para constancia de esta autorización, en la ciudad de Quito, a los 13 días del mes de diciembre de 2023, firmo conforme:

Autor: Joselyn Natalia Bedón Guzmán y Daniela Estefanía Durán Semanate



Firma:



Firma:

Número de Cédula: 1753392619 - 1724446925

Dirección: Pichincha, Quito, Cotacollao

Correo Electrónico: natalia.bedon2010@hotmail.com estefania_duran_s@hotmail.com

Teléfono: 0995224978

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ANSIEDAD Y AGRESIVIDAD EN DEPORTISTAS DE ARTES MARCIALES DE LA CIUDAD DE QUITO” presentado por Joselyn Natalia Bedón Guzmán y Daniela Estefanía Durán Semanate, para optar por el Título de Licenciada en Psicología.

CERTIFICO

Que dicho trabajo de investigación ha sido revisado en todas sus partes y considero que reúne los requisitos y méritos suficientes para ser sometido a la presentación pública y evaluación por parte del Tribunal Examinador que se designe.

Quito, febrero de 2024

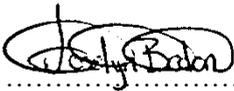


.....
Psic. Jonathan Jirón Jiménez, MSc

DECLARACIÓN DE AUTENTICIDAD

Quien suscribe, declaro que los contenidos y los resultados obtenidos en el presente trabajo de investigación, como requerimiento previo para la obtención del Título de Licenciada en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, febrero de 2024



Joselyn Natalia Bedón Guzmán
1754392619



Daniela Estefanía Durán Semanate
1724446925

APROBACIÓN TRIBUNAL

El trabajo de Titulación ha sido revisado, aprobado y autorizada su impresión y empastado, sobre el Tema: ANSIEDAD Y AGRESIVIDAD EN DEPORTISTAS DE ARTES MARCIALES DE LA CIUDAD DE QUITO, previo a la obtención del Título de Licenciada en Psicología, reúne los requisitos de fondo y forma para que el estudiante pueda presentarse a la sustentación del trabajo de titulación.



Firmado electrónicamente por:
PAULINA DEL
ROCIO PEREZ
PEREZ

.....

Paulina Pérez Pérez, MSc
LECTOR (A)



Firmado electrónicamente por:
LUIS ALFONSO
IRIARTE PEREZ

.....

Luis Iriarte Pérez, PhD
LECTOR (A)

DEDICATORIA

Dedico esta tesis a la memoria de mi amado padre, aunque no esté físicamente conmigo su amor y enseñanza que me brindó durante mi periodo académico para poder lograr y ser una profesional y ser esa gran persona que tú querías papito, le doy las gracias a mi angelito por nunca dejarme y cuidarme en cada paso que doy, siempre serás esa persona que respeto y admiro demasiado, sabes siempre dije quiero ser como tu papá, esa persona trabajadora honesta y siempre humilde que a pesar de todo tu nunca tenías rencor, te amo con todo mi corazón. Papá lo logramos juntos mis logros son tuyos también sé que me estás viendo desde el cielo, tú anhelas verme graduada, ¡lo logré papá! me siento muy feliz al ver que estoy cumpliendo una nueva etapa, pero también triste porque no pudiste estar físicamente a mi lado, te mando muchos abrazos y besos hasta el cielo papá. Y para ti valiente madre gracias por estar incondicionalmente, siempre ha sido mi fuente de inspiración. A mi querida madre, mi eterna guía, gracias por tu sacrificio y aliento constante, sabes mamita eres mi motor, que durante un año y medio no solo fue mi guía académico, sino que también desempeñó el papel de padre y madre. Su apoyo incondicional y sabiduría han sido fundamentales en mi camino. Agradezco profundamente tu presencia en mi vida. Gracias a ambos, he logrado convertirme en psicóloga, llevando su legado, gracias a mi hermano por estar ahí siempre presente y estar pendiente de mí, los amo mucho.

Agradezco infinitamente a mi amada madre Gladys, por su amor y apoyo incondicional en mi vida, por su sacrificio inquebrantable, por siempre ser mi guía y mi luz en los días más oscuros, te amo mamita linda. A mis adorados tíos Janie y Kenny, cuya presencia ha sido un pilar constante en mi crecimiento personal y académico, su amor ha trascendido las distancias geográficas. A mis hermanos y a cada miembro de mi familia por su amor y aliento. A mis abuelitos Mariana y Alfonso en el cielo, quienes con su legado de sabiduría y valores viven en mí, gracias por ser mi inspiración eterna. A Lío, mi amigo y compañero fiel de cuatro patas y dos orejas largas, quien con su lealtad incondicional ha llenado de alegría los días más retadores. Este logro es una culminación de esfuerzo, dedicación y disciplina, y cada uno de ustedes ha dejado una huella imborrable en mi corazón. Gracias por ser parte de este emocionante camino.

AGRADECIMIENTO

Agradezco a nuestro tutor de tesis, el profesor Jonathan Jirón, por su esfuerzo y dedicación, quien con su paciencia y conocimiento supo guiarnos en el proceso de investigación y apoyarnos incondicionalmente en todo lo que se nos dificultó. A nuestro profesor de titulación Luis Iriarte, por habernos acompañado, motivado y aconsejado en el proceso de investigación, y finalmente a los deportistas de artes marciales que nos colaboraron y nos dieron apertura para realizar este estudio.

INDICE DE CONTENIDOS

PORTADA.....	I
AUTORIZACIÓN PARA EL REPOSITORIO DIGITAL.....	II
APROBACIÓN DEL TUTOR.....	III
DECLARACION DE AUTENTICIDAD.....	IV
APROBACIÓN TRIBUNAL.....	V
DEDICATORIA.....	VI
AGRADECIMIENTO.....	VII
RESUMEN EJECUTIVO.....	XI
ABSTRACT.....	XII
INTRODUCCIÓN.....	2
MARCO METODOLÓGICO.....	8
RESULTADOS.....	12
DISCUSIÓN.....	17
CONCLUSIONES.....	19
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	20

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla No. 1 Ansiedad	14
Tabla No. 2 Agresividad	14
Tabla No. 3 Correlación entre ansiedad y agresividad	15
Tabla No. 4 Correlación de la variable ansiedad con las variables sociodemográficas	15

ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico No. 1 Sexo	12
Gráfico No. 2 Edad	13
Gráfico No. 3 Estado civil	13
Gráfico No. 4 Tiene hijos	13
Gráfico No. 5 Nivel de instrucción	13
Gráfico No. 6 Tiempo que practica artes marciales	14

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

**TEMA: ANSIEDAD Y AGRESIVIDAD EN DEPORTISTAS DE ARTES
MARCIALES DE LA CIUDAD DE QUITO**

AUTOR: Joselyn Natalia Bedón Guzmán y Daniela Estefanía
Durán Semanate

TUTOR: Psic. Jonathan Jirón Jiménez, MSc

RESUMEN EJECUTIVO

La ansiedad y agresividad son dos aspectos principales que influyen en el desempeño y el bienestar psicológico y físico de los deportistas. El objetivo que se planteó fue determinar la relación existente entre la ansiedad y agresividad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito. Además, conocer los niveles presentes en cada variable y relacionar con los datos sociodemográficos. La metodología de esta investigación es cuantitativa con un paradigma positivista, cuenta con un alcance descriptivo correlacional de corte trasversal. Se realizó con una muestra de 150 deportistas, aplicando el Inventario de ansiedad de Beck y el Cuestionario de agresividad reducido. Como resultados se obtuvo que existe una correlación significativa, directamente proporcional entre ansiedad y agresividad. Finalmente se pudo observar que hay predominancia de ansiedad leve. Y un nivel de agresividad bajo.

DESCRIPTORES: Bienestar, Agresividad, Deportista.

UNIVERSIDAD TECNOLÓGICA INDOAMÉRICA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD Y BIENESTAR HUMANO

CARRERA DE PSICOLOGÍA

THEME: ANXIETY AND AGGRESSIVENESS IN MARTIAL ARTS ATHLETES
FROM THE CITY OF QUITO

AUTHOR: Joselyn Natalia Bedón Guzmán y Daniela Estefanía Durán
Semana

TUTOR: Psic. Jonathan Jirón Jiménez, MSc

ABSTRACT

Anxiety and aggressiveness are two main aspects that influence the performance and psychological and physical well-being of athletes. The objective was to determine the relationship between anxiety and aggression in martial arts athletes from the city of Quito. In addition, know the levels present in each variable and relate it to the sociodemographic data. The methodology of this research is quantitative with a positivist paradigm, it has a cross-sectional correlational descriptive scope. It was carried out with a sample of 150 athletes, applying the Beck Anxiety Inventory and the Reduced Aggression Questionnaire. As results, it was obtained that there is a significant correlation, directly proportional between anxiety and aggressiveness. Finally, it was observed that there is a predominance of mild anxiety. And a low level of aggressiveness.

KEYWORDS: Well-being, Aggressiveness, Athlete.

(FIRMA Y SELLO DEPARTAMENTO DE IDIOMAS)

ANSIEDAD Y AGRESIVIDAD EN DEPORTISTAS DE ARTES MARCIALES DE LA CIUDAD DE QUITO

Anxiety and aggressiveness in martial arts athletes from the city of Quito

Autor: Estefanía Durán-Semanate
dduran3@indoamerica.edu.ec

Autor: Joselyn Bedón-Guzmán
jbedon2@indoamerica.edu.ec

Tutor: Jonathan Jirón-Jiménez
jonathanjiron@uti.edu.ec

Lector: Paulina Pérez-Pérez
paulinaperez@uti.edu.ec

Lector: Luis Iriarte-Pérez
luisiriarte@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciada en Psicología de la Universidad Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.
Febrero de 2024.

RESUMEN

La ansiedad y agresividad son dos aspectos principales que influyen en el desempeño y el bienestar psicológico y físico de los deportistas. El objetivo que se planteó fue determinar la relación existente entre la ansiedad y agresividad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito. Además, conocer los niveles presentes en cada variable y relacionar con los datos sociodemográficos. La metodología de esta investigación es cuantitativa con un paradigma positivista, cuenta con un alcance descriptivo correlacional de corte transversal. Se realizó con una muestra de 150 deportistas, aplicando el Inventario de ansiedad de Beck y el Cuestionario de agresividad reducido. Como resultados se obtuvo que existe una correlación significativa, directamente proporcional entre ansiedad y agresividad. Finalmente se pudo observar que hay predominancia de ansiedad leve. Y un nivel de agresividad bajo.

ABSTRACT

Anxiety and aggression are two main aspects that influence the performance and psychological and physical well-being of athletes. The objective was to determine the relationship between anxiety and aggression in martial arts athletes from the city of Quito. In addition, know the levels of the variables and relate them to the sociodemographic data. The methodology of this research is quantitative with a positivist paradigm, it has a cross-sectional correlational descriptive scope. It was carried out with a sample of 150 athletes, applying the Beck Anxiety Inventory and the Reduced Aggression Questionnaire. As results, it was obtained that there is a significant correlation, directly proportional between anxiety and aggressiveness. Finally, it was observed that there is a predominance of mild anxiety.

Palabras Clave: Agresividad, Deportista.

Keywords: Bienestar, Aggressiveness, Athlete.

Well-being,

1. INTRODUCCIÓN.

Este trabajo de titulación se adentra en un análisis profundo de cómo estos dos factores psicológicos interactúan y afectan a los atletas en este contexto particular, incluyendo el escenario en específico y las particularidades individuales.

La ansiedad y la agresividad son dos aspectos fundamentales que influyen en el desempeño y el bienestar psicológico y físico de los deportistas, especialmente en aquellos que practican disciplinas de combate como son las artes marciales (Guardia, 2022).

La ciudad de Quito, con su rica tradición en este campo deportivo, se convierte en un escenario ventajoso para investigar y comprender la relación entre la ansiedad y la agresividad en los deportistas de artes marciales. La ansiedad puede actuar como un factor instintivo desencadenante con conductas agresivas, en especial si la situación le resulta amenazante actuando como una respuesta de lucha o huida, cabe destacar que los factores individuales de cada persona puede variar en la relación de ansiedad y agresividad según sea su personalidad y su contexto de vida, puesto que algunas personas pueden reaccionar agresivamente a situaciones de ansiedad, mientras que otras pueden mostrar una respuesta neutra y evadir conflictos. La comprensión y el manejo apropiado de la ansiedad pueden ayudar a disminuir las respuestas agresivas no deseadas, brindando

perspectivas valiosas para el desarrollo personal y el rendimiento deportivo en esta población. A través de una exploración cuantitativa minuciosa, esta investigación busca proyectar una visión diferente sobre el impacto de la ansiedad y la agresividad en los deportistas de artes marciales de Quito, contribuyendo así al conocimiento en el campo de la psicología deportiva y proporcionando posibles pautas para intervenciones y apoyo psicológico efectivo en este grupo de deportistas (Narváez, 2019).

Ansiedad

Ciertamente, la ansiedad es una emoción universal arraigada en la experiencia humana. A lo largo de la historia, las personas han enfrentado momentos de inquietud, temor y tensión, convirtiendo a la ansiedad en una parte intrínseca de la vida cotidiana. La ansiedad es un fenómeno complejo y diverso, que se presenta como una reacción normal frente a situaciones amenazantes para la persona. Los síntomas físicos incluyen problemas como tensión muscular, cardiovasculares, dermatológicos, respiratorios y gastrointestinales. En cuanto a los síntomas mentales se encuentra el nerviosismo, variación del estado anímico, adicción a ciertas sustancias, problemas en el sueño, entre otras. En la actualidad, la ansiedad ha ganado un gran interés y preocupación, dado que afecta a un número significativo de individuos en todo el mundo, influyendo en su bienestar físico y emocional (Chacón et al., 2021).

En las últimas décadas la ansiedad ha surgido como uno de los problemas de salud mental más frecuentes alrededor de todo el mundo, es por ello por lo que la Organización Panamericana de la Salud (OPS) y la Organización Mundial de la Salud (OMS) mencionan que “los trastornos asociados a la ansiedad son el segundo trastorno mental en gran parte de los países de América Latina. Estos trastornos arrojan un 23% de años ausentes por discapacidad que van vinculados a una menor esperanza de vida y mayor tasa de mortalidad” (Delgado et al., 2021).

En la actualidad la ansiedad en el contexto deportivo puede llegar a dificultar el rendimiento en las competencias, esto puede ser por factores personales o de experiencias que provocan que el deportista no se relaje y su rendimiento se vea afectado en gran medida. Aunque suene raro los deportistas de alto rendimiento presentan mayores sentimientos de ansiedad, incapacidad y miedo al fracaso, provocando varios problemas empezando por un rendimiento bajo. La ansiedad tiene dos elementos de pensamiento, llamados ansiedad cognitiva la cual se centra en la falta de concentración, mientras que la somática hace referencia a sintomatología corporal entre los síntomas se manifiesta un ritmo cardíaco más acelerado a causa de la activación del sistema nervioso, que establece el grado de activación física percibida (Aragon, 2019).

Perli y Schargorodsky (2020, como se citó en Spielberger, 1989) mencionan que la ansiedad se la debe distinguir entre estado emocional el cual se manifiesta rápido de

manera transitoria conjuntamente con síntomas como nervosismo y tensión, de la mano de modificaciones fisiológicas, la cual se genera por una situación en particular, dividiéndose en somática y cognitiva, mientras que la ansiedad como rasgo de personalidad se enfoca en las diferencias de cada persona que experimenta en su día a día esto quiere decir que ya es parte de la personalidad del individuo, es por ello por lo que la gente que presenta mayor grado de ansiedad como rasgo perciben con mayor intensidad las situaciones que son amenazantes por lo cual presentan mayor tendencia a sufrir ansiedad-estado de forma más frecuente acompañada de estrés.

La ansiedad normal es una respuesta natural del cuerpo frente situaciones estresantes o retadoras, como por ejemplo antes de una prueba importante o una entrevista para conseguir trabajo. Por otro lado, la ansiedad patológica es excesiva, persistente y no relacionada con una amenaza real, lo que puede interferir en la vida cotidiana de una persona y requerir tratamiento, es decir, esto va a radicar en la intensidad, la duración y efectos negativos dentro del día a día. La intensidad de la ansiedad normal es una respuesta que se da ante una situación estresante, pero suele ser manejable, en cambio, en la ansiedad patológica es muy desproporcionada y puede llegar a ser muy abrumadora para la persona. En cuanto a la duración de la ansiedad normal, es temporal y disminuye una vez que la situación que genera el estrés haya finalizado, mientras que la ansiedad patológica va a persistir por un largo periodo y muchas veces sin tener claro cuál fue la causa. La ansiedad como una emoción

normal no suele requerir tratamiento profesional, en cuanto a la patológica, sí se debe realizar intervención de terapia cognitiva conductual o medicamentos abordarla de manera efectiva (Kuaik y de la Iglesia, 2019).

Agresividad

La agresividad en las artes marciales es un tema complejo y multifacético que ha sido centro de debate y estudio durante muchos años. En este contexto, la agresividad no se refiere a un comportamiento violento o destructivo, sino más bien a una cualidad mental y emocional que puede influir en el rendimiento en las artes marciales. La agresividad controlada y enfocada puede ser una herramienta útil para enfrentar desafíos y oponentes en el contexto de las artes marciales. En esta introducción, exploraremos cómo la agresividad se manifiesta en las artes marciales, su importancia y cómo se puede desarrollar y controlar de manera constructiva para mejorar el rendimiento en la práctica y la competencia (Ruperto, 2021).

La agresión es por supuesto, un estado emocional consistente en sentimientos de odio y el deseo de dañar a otros con la intención de perjudicar a alguien física y/o psicológicamente, porque la conducta agresiva viene precedida de varios factores que se conducen a su desarrollo del comportamiento y antecedentes que son familiares, amigos y más según Freud fue uno de los primeros teóricos en estudiar la agresión humana, y sus métodos

nos permiten descubrir una gran medida En el comportamiento agresivo dirigido a los demás o a uno mismo que ocurre en individuos normales pero neuróticos o en otras partes del cuerpo (Avendaño, 2019).

La agresividad es una emoción que determina al individuo para la acción de supervivencia, donde particularmente actúa la ira; siendo esta una emoción natural del ser humano. La aceleración fisiológica del cuerpo y la experiencia personal del enfado inclinan de carácter particular a la agresión o lucha. Las resistencias emocionales son internacionales, pero cabe recalcar que la conducta agresiva se da por estímulos que la desencadenan es por ello por lo que son asimilados culturalmente, y el impacto que forman desentendencia de elementos centrales y mecanismos contextuales mediados por elementos cognoscitivos, afectivos y socioculturales. En cuanto el comportamiento violento interviene todos los aspectos anteriores, pero a diferencia de la conducta agresiva en esta existe una planificación previa. Estos elementos determinan la conducta, las posibles consecuencias positivas o negativas que tiene el ser humano con la capacidad de anticipación, así como los patrones de pensamiento y conducta agresiva adquiridos (García et al., 2019).

El factor de la agresividad que tiene el ser humano es una de las dificultades más esenciales que enfrenta a la sociedad en la actualidad. Varios se cuestionan, si al ser humano en hoy en día es más agresivo que

en el pasado. Ya que algunos para controlar la agresividad se encuentran practicando artes marciales un deporte muy conocido, sin embargo, enfrentan a las personas con casos de violencia firmemente, entregadas a las posibilidades que ofrecen a los medios de comunicación. Esta violencia se declara contra el propio yo y los otros en forma impresionante. Por otro fragmento, estas revelaciones agresivas adquieren convenciones propias, según el instante histórico que vivimos (Olimpia, 2018).

Romero (2018) menciona que el comportamiento agresivo se describe como un comportamiento humano básico y esencial. Siempre se esperan reacciones agresivas en el comportamiento, pero cuando estas conductas se repiten y se convierten en un estilo defensivo, se sabe con certeza que algo anda mal. Además, las conductas agresivas durante el desarrollo de un individuo pueden provocar ciertas dificultades en las relaciones sociales, dificultando la integración en cualquier situación. Por ello, también aparece en los compensadores de artes marciales.

Gallardo (2019) hace afectación en el conocimiento sobre la agresividad, quien refiere como agresión es una potencia radical inherente del ser humano y es privada para la supervivencia, esta particularidad es normal en el hombre y puede tener valores efectivos o perjudiciales, también refiere que la agresividad representa parte de un sentido innato, del pasado progresivo que es incitado por el dolor o la frustración que tiene el ser humano para eliminar los problemas, también implica una conducta hacia los seres vivos u objetos inanimados,

generalmente se le asocia a características psicológicas como la cólera, una reactividad emocional.

La agresión es un problema que en la actualidad es cada vez más preocupante, debido al aumento que se ha producido en diversos deportes el rendimiento de los peleadores y los equipos de entrenamiento ya que parece verse influido por el grado de agresividad que se les exige a los comportamientos desadaptativos relacionados con la práctica deportiva son cada vez más frecuentes. El deporte se ha convertido en un hecho particular de la sociedad actual y puede facilitar el desarrollo de cualidades personales y sociales (Gallardo, 2019).

En los actuales años ha elevado las publicidades y estudios científicos que han tratado sobre el tema de las derivaciones psicosociales relacionadas con la experiencia de las artes marciales. Las consecuencias de esta las investigaciones han sido demostradas como las artes marciales en general, pueden tener efectos tanto como positivos y negativos (Monacis et al., 2019).

Estos incluyen la atención a desarrollar la agresión en el modelo sociocognitivo, a la agresión que se conceptualiza como una combinación de tres: cognitivo(hostilidad), afectivo(ira) y conductual(agresión) desencadenando por estímulos capaces de provocar una respuesta. En el contexto de las artes marciales en general, existen algunos estudios que reportan una correlación positiva entre tiempos de entrenamiento mas extenso y niveles más bajos de

agresión, así como una disminución de la agresión con la edad, analizaron el efecto del género efectivo en los hombres y el efecto negativo en las mujeres, comprobando el comportamiento agresivo de los karatecas, luchadores y boxeadores con deportistas de deportes sin contacto y un grupo de control (Monacis et al., 2019).

Artes marciales

Las artes marciales se caracterizan por una lucha que utiliza técnicas de diversas artes marciales y deportes de combate, tales como: jiu-jitsu, boxeo, kickboxing, muay thay, lucha libre, taekwondo, judo, hapkido, lucha grecorromana, jiu jitsu brasileño, wushu, sambo, capoeira, entre otras. La pelea se desarrolla en un espacio llamado “Octágono”. Estas disciplinas abarcan un amplio espectro de estilos y enfoques, desde las técnicas de combate tradicionales hasta las más actuales formas deportivas dentro de las artes marciales (Luna, 2021).

Su influencia se extiende más allá del ámbito de la lucha física penetrando en aspectos culturales, espirituales y de bienestar físico y mental. A lo largo de la historia, las artes marciales han demostrado que son más que simples técnicas de combate o defensa personal. Estas disciplinas deportivas han sido portadoras de valores que se van transmitiendo de generación en generación, puesto que han influido en la formación de varias personas que se comprometen con el autocontrol, la ética y la superación personal. A través de esta práctica de artes marciales, no solo se va a requerir habilidades físicas sino, también se deben desarrollar cualidades como la

disciplina, humildad, la paciencia y el respeto hacia las demás personas (Tulendiyeva et al., 2021).

Algo que llama la atención en las artes marciales, es como las personas que lo practican deben integrar la parte física con la mental en una sola práctica. A través de la repetición los deportistas no solo van a mejorar su fuerza y agilidad sino también se centrarán en su concentración, autoconfianza y la capacidad para afrontar varios desafíos con la debida calma y determinación del caso. Las artes marciales han trascendido de una manera geográfica y cultural hasta convertirse en una actividad globalmente apreciada por muchas personas alrededor de todo el mundo. Las artes marciales también han causado un impacto económico y social desde la creación de empleos, la influencia del turismo y el entretenimiento. Finalmente se va a destacar su relevancia tanto en el ámbito individual como en el colectivo, abordando aspectos tradicionales como los modernos de estas disciplinas deportivas, proporcionando una visión general y enriquecedora que contribuirá al entendimiento y apreciación de las artes marciales en todos sus aspectos dentro de la ciudad de Quito (Lachina, 2021).

Formulación del problema

Actualmente prevalecen varios componentes psicológicos que perturban los resultados en el ámbito competitivo, es por ello por lo que se pretende investigar como estas dos variables se relacionan. Se tiene la concepción de que un artista marcial es agresivo, ya sea por la representación en

los medios de entretenimiento, al igual que la falta de conocimiento al no saber como es el funcionamiento dentro de estas disciplinas que se enfocan en el autocontrol y defensa personal, y no se logra comunicar de manera eficaz con las demás personas en general. Al practicar deportes como las artes marciales mixtas donde la meta es vencer al oponente pueden dar una impresión de que un artista marcial es agresivo, pero en la mayoría de los deportes de contacto cuentan con reglas y un referee.

Esta investigación busca comprender cómo la ansiedad influye en la exposición de agresividad en deportistas de artes marciales en este contexto concreto, considerando factores como el nivel de competencia, la edad, sexo, estado civil y el tiempo de práctica en las artes marciales.

La importancia de esta investigación radica en la necesidad de compartir información relevante dirigida a los deportistas de artes marciales en la ciudad de Quito, con el objetivo de promover un mejor bienestar psicológico y su desempeño en la competencia.

Justificación y relevancia

La presente investigación se enfoca en la ansiedad y agresividad en deportistas de artes marciales en la ciudad de Quito, dando a conocer la relevancia social que presenta en el campo de la psicología deportiva, puesto que en la actualidad no se le da tanta importancia al deportista, mucho menos a su salud mental y más aún si practican deportes de contacto, es por ello que, con este estudio se pretende obtener

información actual que permita conocer más estas variables en esta población en específico y de qué manera se ve impactado su bienestar y el de la sociedad que le rodea. Por ello, este estudio se centrará en el análisis de la ansiedad y agresividad en deportistas de artes marciales.

En la actualidad no existen muchas investigaciones sobre la ansiedad y agresividad vinculadas a los deportistas de contacto en la ciudad de Quito, esta investigación puede mostrar cómo estas dos problemáticas afectarían considerablemente el desempeño tanto personal como competitivo de esta población.

La indagación en este campo puede enriquecer la comprensión general de la psicología del deporte al brindar información sobre un grupo particular de deportistas con necesidades y desafíos, pero que no se les ha dado la atención que merecen.

Preguntas de investigación:

1. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y la agresividad de los deportistas que practican artes marciales en la ciudad de Quito?
2. ¿Cuáles son los niveles de ansiedad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito?
3. ¿Cómo se presentan los niveles de agresividad en los deportistas de artes marciales en la ciudad de Quito?

4. ¿Qué relación existe entre la ansiedad y los datos sociodemográficos (sexo, edad, estado civil, tiene hijos, nivel de instrucción y tiempo que practica artes marciales) de los deportistas de artes marciales en la ciudad de Quito?

Objetivos

Objetivo general

Determinar la relación existente entre la ansiedad y agresividad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito.

Objetivos específicos:

- Conocer los niveles de ansiedad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito.
- Indagar los niveles de agresividad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito.
- Relacionar las variables sociodemográficas con ansiedad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito.

2. MARCO METODOLÓGICO.

Paradigma de investigación

El paradigma de esta investigación es positivista puesto que menciona que la realidad puede ser observada y medible, al ser una investigación que conlleva la cuantificación de datos, por medio de la estadística que permite analizar de manera más precisa las variables a estudiar (Mejía, 2022).

El positivismo se caracteriza por poner objetividad en la investigación que

tiene como fin comprobar la hipótesis por medios cuantitativos y por medios estadísticos. Este paradigma tuvo un inicio en las ciencias físicas y tiempo más tarde en el área de las ciencias sociales, de hecho, se considera que este sería el parámetro para considerar a lo social una ciencia. Dentro de lo social el positivismo sirve de guía para analizar ciertos patrones de conducta de las personas, para crear teoría formal es necesario aplicar este paradigma (Mendoza y Marchán, 2023).

El paradigma positivista busca contrastar las hipótesis que se plantean en forma proposicional o interrogativa sobre la correlación causal entre los fenómenos, que se selecciona y se evidencia empíricamente con los datos luego son analizados de una teoría que explica el efecto de la variable independiente sobre las variables, por lo tanto el paradigma positivista se forma sobre el aparente del sujeto que tiene una posibilidad incondicional de conocer la realidad mediante un procedimiento en específico (Valero, 2022).

Enfoque de investigación

Este estudio cuenta con un enfoque cuantitativo puesto que se centra en la recolección de datos que permita responder todas las preguntas de investigación planteadas, este enfoque tiene como fin la objetividad controlada por medio de muestras representativas, y de esta manera nos permita entender los fenómenos a estudiar de manera sólida y certera (Ochoa et al., 2020).

La investigación cuantitativa es el uso del análisis estadístico para percibir repeticiones, patrones, promedios y similitudes, comprender relaciones de procedencia y resultado, hacer generalidades y confirmar teorías, hipótesis. Los resultados se pueden expresar numérica o gráficamente. Es un método para recopilar y analizar datos cuantitativos sobre variables y estudiar propiedades y fenómenos cuantitativos. Los métodos de análisis incluyen análisis descriptivo, análisis exploratorio, inferencia univariable, inferencia multivariada, modelización y comparación (Valle et al., 2022).

La investigación desde el aspecto cuantitativo es un desarrollo sistemático y metódico, con el que se lleva a cabo alcanzando determinadamente los pasos de la planificación de una indagación que consiste en proyectar el trabajo, de acuerdo con una estructura lógica de decisiones para poder orientar para poder elaborar respuestas adecuadas a los problemas de investigación, pase a tratarse de un proceso metódico (Ortega, 2018).

Alcance de la investigación

Es de alcance descriptivo, por lo tanto, tiene como objetivo recopilar y describir sobre un tema en concreto, se va a centrar en brindar una representación más detallada de la información recopilada a través de encuestas o análisis de varias investigaciones que se presenta de manera organizada, por lo tanto, no se va a realizar inferencias. En este tipo de investigación se puede dar de tipo cualitativo y cuantitativo se emplean análisis de datos de tendencia central y dispersión (Ramos, 2020).

El estudio descriptivo son características que estudia la descripción de los aspectos presentes en un determinado grupo de personas con este proceso de investigación se utiliza para los datos estadísticos que determine la tendencia central y dispersión, en este paradigma de investigación es posible, pero no imperdible plantear una hipótesis que analiza caracterizar lo que estudia (Cárdenas, 2022).

González et al., (2020, como se citó en Tamayo 2003) La investigación correlacional se basa en analizar la relación que existe entre dos o más variables por lo cual se centra en un punto intermedio, donde el objetivo es determinar si existe una correlación a modo cuantitativo con la aplicación de técnicas estadísticas que permitan observar si una variable influye en la otra.

La investigación correlacional es un tipo de método no experimental que estudia dos variables que permite el nivel cuantitativo a la aplicación de procesos estadísticos que indaga a buscar los resultados de la investigación para verificar la población asignada así mediante la medición de las variables establecidas como el análisis de codificación selectiva donde se presenta las relaciones que se puede generar a los participantes (Galarza et al., 2020).

Diseño de investigación

Para investigar algún tema científico en específico se necesita de un plan, en el cual describa como se llevará a cabo el estudio. Precisando la metodología por la cual se van a analizar los datos, con el objetivo de resolver la pregunta de

investigación. Existen varios tipos de diseños de investigación dependiendo de lo que se pretende investigar, entre ellos se encuentra experimentales, cuasi experimental, observacionales y descriptivas (Monjarás et al., 2019).

El presente estudio se caracteriza por un diseño de investigación no experimental, el cual se emplea en estudios donde no se manipulan intencionadamente variables independientes, es por ello por lo que se recoge información de fenómenos en su entorno natural sin alterar las condiciones por medio de encuestas y observaciones. Este diseño de investigación incluye estudios descriptivos, observacionales y estudios de caso (Ramos, 2021).

De corte transversal se basa en recopilar datos de una muestra de personas en un momento específico del tiempo, con el fin de analizar las variables de interés lo que proporciona una visión general de la muestra, sin dar seguimiento a los sujetos a lo largo del tiempo (Manterola et al., 2019).

Muestreo

El muestreo es el proceso sistemático mediante el cual se escoge un conjunto de población que compartan ciertas características que tenga un número representativo de participantes, con el objetivo de ejecutar investigaciones o estudios sobre un tema en específico, donde se va a recopilar datos con el fin de hacer inferencias sobre esa población. El muestreo suele hacerse más en investigaciones cuantitativas para obtener una idea más clara y precisa de lo que se está investigando (Hernández y Escobar, 2019).

El muestreo es una técnica que se establece en la metodología científica que se utilizan para una investigación cuantitativa sin embargo tenemos que explicar cómo se conceptualizan con el fin de entender su propósito a la cual tiene como naturaleza ser una observación medida para estimar las características de una población (Piedra y Manqueros, 2021).

No probabilístico

En este proceso de muestreo donde se van a recopilar datos de una población en específico en la que se puede dividir en dos grupos o estratos, se procede a escoger una población de forma no aleatoria, por lo que esto puede provocar que exista sesgos en los resultados y no sea representativo para la investigación. Es por ello por lo que se considera el muestreo con menos sesgos (Piedra y Manqueros 2021).

El muestreo no probabilístico es una técnica que busca cumplir con una determinada condición para la investigación que forma una muestra que implica a individuos que representan a una población que se elige por las variables de la investigación (Chacón et al., 2022).

No probabilístico de tipo intencional

Es una técnica de investigación que se trata de escoger deliberadamente algún caso de mayor relevancia. En este muestreo se seleccionan basando en criterios puntuales, se realiza de manera subjetiva, esto quiere decir que las disposiciones se toman en base el juicio de los investigadores, así también cabe recalcar que es flexible es decir ajustar la muestra, pero con

limitaciones que expresen representatividad (Huairé, 2019).

Es un método de muestreo no probabilístico donde ocurre elementos de selección para la muestra que son elegidos por criterios del investigador para obtener los datos que se pueden conseguir mediante un buen juicio que establecen criterios a seguir (Hernández, 2021).

Población y muestra

La población y muestra de la presente investigación es no probabilística de tipo intencional, basándose en criterios específicos de inclusión con el objetivo de obtener una muestra que manifieste la diversidad de la población de artistas marciales, conformada de 150 deportistas activos con varios niveles de experiencia, con una representación equitativa de varias disciplinas en las que se incluye el Jiu Jitsu brasileño, Muay Thai (boxeo tailandés), taekwondo, entre otros que practiquen artes marciales en la ciudad de Quito, Ecuador a partir de los 18 años, esta población refleja heterogeneidad lo cual permite una mejor comprensión de esta muestra específica.

Criterios de inclusión:

- Deportistas activos que practiquen artes marciales.
- Que tengan más de 18 años.
- Que residan en la ciudad de Quito.
- Que acepten libre y voluntariamente participar de la investigación y firmen el consentimiento informado.

Criterios de exclusión:

- Deportistas que no practiquen artes marciales.
- Menores de 18 años.
- Que residan fuera de la ciudad de Quito.

Criterios éticos

- Garantizar el principio de confidencialidad, en donde, en ninguna circunstancia se revelará datos obtenidos de la población, garantizando que los mismos serán empleados netamente para fines académicos.
- Se respetará el anonimato, ya que los datos personales no serán expuestos en ningún momento.
- Trabajar bajo el principio de autonomía, puesto que el colaborador es libre de participar en la investigación, en ningún momento se obliga a hacerlo, y si en el transcurso de su evaluación, decide no seguir en la misma, tiene la libertad de retirarse.
- Garantizar el principio de No Maleficencia, pues la información recopilada no tiene la intención de causar daño.

Instrumentos de investigación

Se empleó el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI) creado por Aaron Beck en 1988 con el objetivo de valorar los síntomas de ansiedad en adolescentes y adultos, de manera individual o colectiva y autoadministrable con evidencias de validez

y confiabilidad con una consistencia interna de alfa ordinal = 93 y un omega ordinal = 95. Consta de 21 ítems que valoran síntomas de nerviosismo ansiedad, mareos, sudoración, temblores entre otros, con una escala Likert de 4 alternativas (0 a 3) con un rango de puntuación de 0 a 63, valorando la ansiedad con tres puntos de corte de calificación: ansiedad muy baja, moderada y severa de la siguiente manera 0-7: ansiedad mínima, 8-15: ansiedad leve, 16-25: ansiedad moderada, 26-63: ansiedad grave. La puntuación se obtiene sumando los 21 ítems (Pagano y Vizioli, 2021).

También se aplicó el Cuestionario de Agresividad Reducido (AQ-R) de Buss y Perry (1992), “el cual consta de cuatro factores que miden distintos tipos de agresividad: agresividad física (FA), agresividad verbal (AV), ira y hostilidad (HO). Este cuestionario incluye 12 preguntas en escala tipo Likert de cinco alternativas, que son desde (1=Nunca; 2=Casi nunca; 3=A veces; 4=Casi siempre; 5=Siempre). Este reactivo se adapta al modelo de cuatro factores en distintas muestras, estando formado tres ítems por cada escala: los ítems 3, 8 y 11 de agresividad física; los ítems 1, 6 y 9 de agresividad verbal; los ítems 5, 7 y 12 de la escala ira y, finalmente, los ítems 2, 4 y 10 de la escala hostilidad, además, el cuestionario evidenció una buena consistencia interna (0.78) (Gallardo et al., 2006).

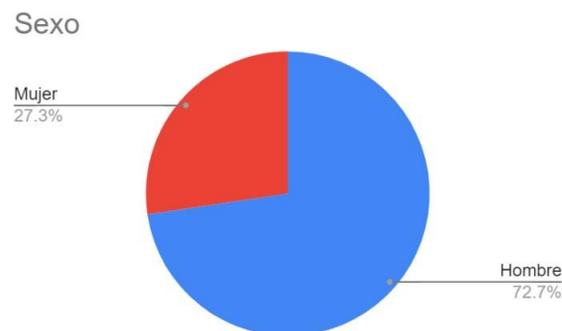
Recolección y análisis de datos

En primer lugar se realizó una investigación bibliográfica para entender con claridad las variables a estudiar, luego de

manejar adecuadamente cada una de ellas, se procedió a encontrar los instrumentos idóneos, que nos permitirían recolectar la información necesaria para responder a los objetivos planteados, con dichos instrumentos se elaboró un formulario de google forms, en el cual se colocó el Inventario de Ansiedad de Beck y el Cuestionario de Agresividad Reducido, junto con preguntas direccionadas a evaluar variables sociodemográficas. El formulario fue compartido a deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito. Los resultados obtenidos fueron analizados y procesados en el programa estadístico SPSS, con la finalidad de obtener datos sólidos que sustenten los hallazgos encontrados, para finalmente describirlos de forma clara y precisa para la comprensión del lector (Rivera et al., 2023).

3. RESULTADOS.

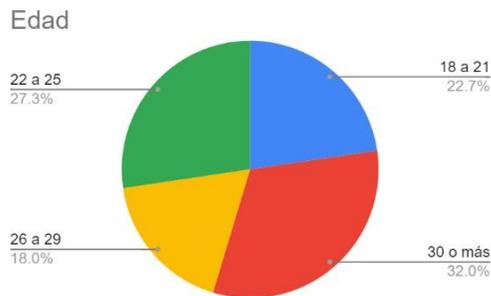
Gráfico 1. Sexo



Fuente: Elaboración propia

Se puede observar en el gráfico 1 en cuanto el sexo, el 72,7% son hombres y el 27,3% son mujeres.

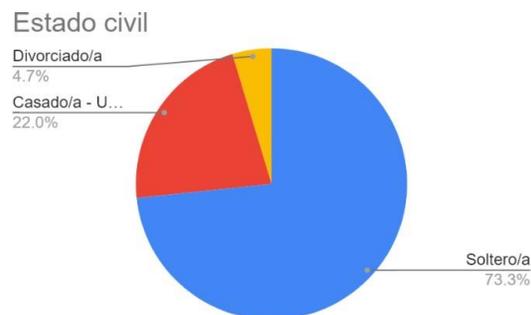
Gráfico 2. Edad



Fuente: Elaboración propia

En el gráfico 2 referente a la edad el 32,0% de los participantes se sitúan en un rango de 30 años o más, el 27,3% tienen de 22 a 25 años, el 22,7% tiene de 18 a 21 años, y el 18,0% tienen de 26 a 29 años.

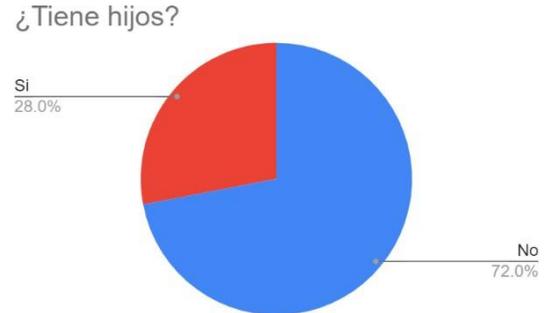
Gráfico 3. Estado civil



Fuente: Elaboración propia

Se puede observar que en el gráfico 3 en cuanto al estado civil el 73,3% son solteros, el 22% son casados y el 4,7% son divorciados.

Gráfico 4. Tiene hijos



Fuente: Elaboración propia

En cuanto a la interrogante si tienen hijos, como se puede ver en el gráfico 4 el 72% no tiene hijos y el 28% si tiene hijos.

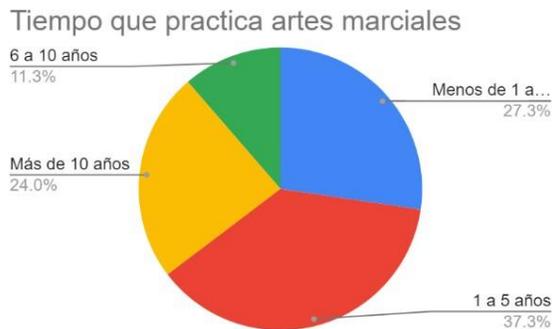
Gráfico 5. Nivel de instrucción



Fuente: Elaboración propia

En el gráfico 5 se puede ver que en cuanto al nivel de instrucción el 61,3% tiene tercer nivel, 27,7% bachillerato, el 10,1% cuarto nivel y el 0,8% tiene nivel básico.

Gráfico 6. Tiempo que practica artes marciales



Fuente: Elaboración propia

En el gráfico 6 se puede analizar que en cuanto al tiempo que practica artes marciales el 37,3% practica de 1 a 5 años y el 27,3% menos de un año el 24,0% más de 10 años y el 11,3% de 6 a 10 años.

Tabla 1. Ansiedad

		Ansiedad	
		Frecuencia	Porcentaje
Valido	Ansiedad Mínima	53	35,3
	Ansiedad Leve	62	41,3
	Ansiedad Moderada	30	20,0
	Ansiedad Grave	5	3,3
	Total	150	100,0

Fuente: SPSS

En la tabla 1 se puede evidenciar que, en cuánto al nivel de ansiedad (53) participantes, es decir el 35,3% de los mismos, presentan una Ansiedad Mínima, (62) participantes que equivalen al 41,3% presentan Ansiedad Leve, (30) participantes presentan un 20,0% de Ansiedad Moderada y (5) participantes presentan un 3,3% de

Ansiedad Grave, como se puede ver hay predominancia de Ansiedad Leve.

Tabla 2. Agresividad

Agresividad			
		Frecuencia	Porcentaje
Agresividad Física	NO	143	95,3
	SI	7	4,7
	Total	150	100,0
		Frecuencia	Porcentaje
Agresividad Verbal	NO	141	94,0
	SI	9	6,0
	Total	150	100,0
		Frecuencia	Porcentaje
Ira	NO	142	94,7
	SI	8	5,3
	Total	150	100,0
		Frecuencia	Porcentaje
Hostilidad	NO	144	96,0
	SI	6	4,0
	Total	150	100,0

Fuente: SPSS

En la tabla 2 se puede evidenciar que, en cuánto al nivel de agresividad el 95,3% de los participantes no presenta agresividad Física, mientras que el 4,7% si presenta. El 94% no presenta agresividad verbal, mientras que el 6% si presenta. El 94,7% no presenta Ira, mientras que el 5,3% si presenta. El 96% no presenta hostilidad, mientras que el 4,0% si presenta. La mayoría de los participantes no exhiben niveles significativos de agresividad física, verbal, ira o hostilidad.

Tabla 3. Correlación entre ansiedad y agresividad

		Correlaciones				
		Ansiedad	Agresividad Física	Agresividad Verbal	Ira	Hostilidad
Ansiedad	Correlación de Pearson	1	,215**	,095	,313**	,310**
	Sig. (2-tailed)		,008	,249	,000	,000
	N	150	150	150	150	150
Agresividad Física	Correlación de Pearson	,215**	1	,343**	,369**	,439**
	Sig. (2-tailed)	,008		,000	,000	,000
	N	150	150	150	150	150
Agresividad Verbal	Correlación de Pearson	,095	,343**	1	,440**	,378**
	Sig. (2-tailed)	,249	,000		,000	,000
	N	150	150	150	150	150
Ira	Correlación de Pearson	,313**	,369**	,440**	1	,557**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000		,000
	N	150	150	150	150	150
Hostilidad	Correlación de Pearson	,310**	,439**	,378**	,557**	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	
	N	150	150	150	150	150

** La correlación es significativa al nivel de 0,01 (2-tailed).

Fuente: SPSS

En la tabla 3 se puede evidenciar que, la ansiedad guarda una correlación en este caso significativa directamente proporcional con agresividad física de ,215**, e igual tiene una relación significativa directamente proporcional con ira de ,313** y de igual manera una correlación significativa directamente proporcional con hostilidad de ,310**. Lo que quiere decir que, a mayor ansiedad mayor agresividad física, mayor ira y hostilidad.

Tabla 4. Correlación de la variable ansiedad con las variables sociodemográficas

		Ansiedad	Sexo	Edad	Estado civil	Tiene hijos	Nivel de instrucción	Tiempo que practica artes marciales
Ansiedad	Correlación de Pearson	1	,319**	-,443**	-,232**	-,025	-,127	-,361**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,004	,757	,123	,000

Ansiedad y agresividad en deportistas de artes marciales de la ciudad de Quito

	N	150	150	150	150	150	150	150
Sexo	Correlación de Pearson	,319**	1	-,457**	-,211**	-,046	-,223**	-,391**
	Sig. (2-tailed)	,000		,000	,009	,579	,006	,000
	N	150	150	150	150	150	150	150
Edad	Correlación de Pearson	-,443**	-,457**	1	,531**	-,103	,477**	,505**
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,000	,208	,000	,000
	N	150	150	150	150	150	150	150
Estado civil	Correlación de Pearson	-,232**	-,211**	,531**	1	,006	,160	,376**
	Sig. (2-tailed)	,004	,009	,000		,942	,051	,000
	N	150	150	150	150	150	150	150
Tiene hijos	Correlación de Pearson	-,025	-,046	-,103	,006	1	-,064	,075
	Sig. (2-tailed)	,757	,579	,208	,942		,440	,364
	N	150	150	150	150	255	150	150
Nivel de instrucción	Correlación de Pearson	-,127	-,223**	,477**	,160	-,064	1	,131
	Sig. (2-tailed)	,123	,006	,000	,051	,440		,111
	N	150	150	150	150	150	150	150
Tiempo que practica artes marciales	Correlación de Pearson	-,361**	-,391**	,505**	,376**	,075	,131	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,000	,000	,364	,111	
	N	150	150	150	150	150	150	150

** La correlación es significativa al nivel de 0,01 (2-tailed).

b. No se puede calcular porque al menos una de las variables es constante.

Fuente: SPSS

En la tabla 4 se analiza la correlación que existe entre ansiedad y las variables socio demográficas, se pudo identificar que existe una correlación significativa directamente proporcional entre ansiedad y sexo de ,319**, lo que quiere decir que el sexo determina los niveles de ansiedad dependiendo del sexo estas más predispuesto a desencadenar cuadros de ansiedad.

En cuanto a la edad hay una correlación significativa inversamente proporcional con ansiedad de $-.443^{**}$ esto quiere decir que a menor edad mayor niveles de ansiedad. En cuanto al estado civil existe una correlación significativa inversamente proporcional de $-.232^{**}$, dependiendo del estado civil en donde la persona se encuentre puede desencadenar cuadros de ansiedad. En cuanto a la variable sociodemográfica de tiene hijos y nivel de instrucción no existe una correlación. En la variable del tiempo que practica artes marciales existe una correlación inversamente proporcional de $-.361^{**}$, esto quiere decir que a mayor tiempo que practica artes marciales menor nivel de ansiedad presenta.

4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES.

Luego de analizar los datos encontrados se puede mencionar que del total de evaluados la mayoría fueron de sexo hombres con un 72,7%, 32,0% se sitúan en un rango de edad de 30 años en adelante, en cuanto el estado civil la mayoría son solteros con un 73,3%, de igual forma la mayoría indicó no tener hijos con un 72%, al indagar el nivel de instrucción se pudo conocer que un 61,3% tiene tercer nivel y finalmente en lo concerniente a los años que practican artes marciales la mayoría, con un 37,3% se ubica en un rango de 1 a 5 años.

La ansiedad guarda una correlación en este caso significativa directamente proporcional con agresividad física de $.215^{**}$, e igual tiene una relación significativa directamente proporcional con ira de $.313^{**}$ y de igual manera una correlación significativa directamente proporcional con hostilidad de $.310^{**}$. Trujillo (2020), realizó un estudio titulado “Ansiedad y agresividad en practicantes del deporte de combate que asisten a diez centros deportivos en Lima Sur” donde se obtuvieron resultados similares con este estudio, respecto a las variables de agresividad y de ansiedad en los deportistas. Así mismo, se indican que existe

correlación significativa y positiva entre la agresividad y ansiedad, por lo cual los deportistas que manifestaron mayor agresividad tenían mayor presencia de ansiedad. Se destaca que aquellos deportistas con mayores niveles de agresividad tienden a experimentar una mayor presencia de ansiedad, subrayando la importancia de abordar ambas dimensiones en el contexto deportivo.

Los resultados conseguidos al investigar los niveles de ansiedad en los deportistas revelan patrones y variaciones que permiten comprender mejor la influencia de esta variable, donde se refleja una ansiedad leve, ofreciendo datos valiosos para futuras investigaciones.

Ahora bien, al hablar de los niveles de ansiedad se pudo conocer que el 35,3% de los participantes presentan Ansiedad Mínima, 41,3% Ansiedad Leve, 20,0% Ansiedad Moderada y 3,3% Ansiedad Grave, predominando con Ansiedad Leve. Estos datos son diferentes a los encontrados por Salinas, et al. (2020), quienes en su investigación titulada “Depresión y ansiedad en deportistas juveniles masculinos y femeninos de Ecuador” encontraron que

existe una mayor predominancia en ansiedad severa con un 17%. No obstante, en ansiedad leve el porcentaje es del 83%. Esto indica que el deporte sirve como herramienta para bajar los niveles de ansiedad por varias razones, puesto que al realizar actividad física se libera endorfinas, las cuales van a actuar como un analgésico generando una sensación de bienestar físico y mental.

Los niveles de agresividad han permitido identificar tendencias y comportamientos específicos en los deportistas de artes marciales. En este sentido, haciendo referencia a los niveles de agresividad se encontró que el 4,7% de los participantes presenta agresividad física, el 6% agresividad verbal, 5,3% ira, y el 4,0% hostilidad. Estos datos son diferentes a los encontrados por Bernaola (2021), quien en su investigación titulada “Agresión según sexo en deportistas de artes marciales de Arequipa, 2020” menciona que los resultados mostraron que el nivel de agresión alto fue el más representativo, y la dimensión de agresividad sobresaliente fue la agresividad física con el 51,95% a un nivel alto, y en cuanto a los factores de agresividad verbal y hostigamiento no se encontró diferencia. A pesar de que existe ciertas variaciones en cuanto a los factores de agresividad, física, verbal y hostigamiento, se puede observar una similitud en cuanto al factor de ira, siendo uno de los más altos en este estudio. Estas diferencias sugieren la importancia de considerar factores contextuales y regionales al interpretar los niveles de agresividad en deportistas de artes marciales.

En este punto, al hablar de las variables sociodemográficas que mantienen una relación con la ansiedad se obtuvo que, el sexo determina los niveles de ansiedad dependiendo del sexo está la persona más predispuesta a desencadenar cuadros de ansiedad. Se muestra que a menor edad mayor niveles de ansiedad se presentan. Dependiendo del estado civil en donde la persona se encuentre puede desencadenar ansiedad. A mayor tiempo que practica artes marciales menor nivel de ansiedad presenta. Se puede evidenciar que existe una diferencia en cuanto al nivel de ansiedad con el sexo contrastados con el estudio de Sánchez et, al. (2018) en su investigación “Niveles de ansiedad en futbolistas de categorías inferiores” encontraron que, en cuanto al nivel de instrucción predomina el bachillerato en el aumento de sus niveles de ansiedad, los niveles de ansiedad aumentan en relación con el tiempo que llevan practicando este deporte de forma federada, debido a que al aumentar de categoría la presión por destacar aumenta. Esto nos indica que el deporte de artes marciales puede servir como mecanismo de afrontación, de intervención, y de acción para reaccionar ante situaciones amenazantes, demostrando una respuesta de adaptación para tratar de mitigar los efectos negativos que la ansiedad puede provocar en la población estudiada. Este hallazgo respalda la idea de que la práctica continua de las artes marciales puede desempeñar un papel significativo en la gestión y reducción de la ansiedad en los individuos involucrados.

Conclusiones:

En base a los resultados obtenidos en la presente investigación, se puede concluir que existe una correlación significativa, directamente proporcional entre la ansiedad y la agresividad física, así como una relación similar con ira y hostilidad. Estas asociaciones recalcan la importancia de comprender y abordar la ansiedad como factor influyente en comportamientos agresivos y hostilidad en el ámbito deportivo.

La mayoría de los participantes presentan niveles de ansiedad en la categoría de ansiedad leve, representando un 41,3%, lo que sugiere una predominancia de ansiedad en esta intensidad. Estos hallazgos proveen un juicio clave de la distribución de la ansiedad en la muestra indagada.

Para sintetizar, la gran mayoría de los participantes en el estudio no muestra niveles significativos de agresividad física, verbal, ira u hostilidad, con porcentajes que oscilan entre el 94% y 96%. Estos resultados proponen que la tendencia general en la muestra es hacia la ausencia de comportamientos agresivos.

Finalmente, con base a lo investigado, se concluye que el sexo, la edad y el estado civil están significativamente asociados con los niveles de ansiedad. La correlación directamente proporcional con el sexo indica que existe una propensión relacionada con el género, mientras que la correlación inversamente proporcional con la edad indica que niveles más altos de ansiedad tienden a manifestarse en personas

más jóvenes. Además, el estado civil también surge como un factor notable, mostrando una correlación inversamente proporcional. Sin embargo, la presencia de hijos, el nivel de instrucción y el tiempo dedicado a las artes marciales no muestran correlación significativa con ansiedad.

Recomendaciones

Se recomienda fomentar el desarrollo de más proyectos investigativos en esta área, con las mismas variables, y sobre todo con esta población, ya que al percatarse de la escasa producción científica que existe en esta línea, se puede ver, el poco interés por parte de los investigadores para realizar estudios en esta población.

Se recomienda ampliar la muestra, para poder generalizar de mejor manera los resultados obtenidos, y sobre todo, sería conveniente el incluir investigaciones mixtas, y así obtener información más completa que permita comprender el estado psicológico de estos deportistas.

Limitaciones

La principal limitación fue la falta de investigación que incluya estas dos variables, y sobre todo en esta población, lo que dificultó la comprensión y análisis de los resultados encontrados.

Dificultad para encontrar la muestra, por la negatividad de los deportistas a participar en la investigación, lo que llevó a retrasar el proceso de recolección de datos por la necesidad de trasladarse a varios dojos de la ciudad de Quito.

Una última limitación que se encontró se relaciona con el hecho de que no había predisposición de los deportistas a contestar las encuestas, lo que llevaba a insistir para que respondieran a las encuestas, frenando significativamente el ritmo de la investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.

- Aragon, S. (2019). *La ansiedad en el deporte*. efdeportes.com. <https://www.efdeportes.com/efd95/ansiedad.htm>
- Avendaño, O. (2018). La agresividad humana. *Revista Electrónica" Actualidades Investigativas en Educación"*, 4 (2), 2- 12. <https://www.redalyc.org/pdf/447/44740216.pdf>
- Bernaola Del Villar, R. (2021). *Agresión según sexo en deportistas de artes marciales de Arequipa, 2020*. [Tesis de pregrado, Universidad César Vallejo]. Repositorio Institucional UCV. https://repositorio.ucv.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12692/69307/Bernaola_V RA-SD.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Bouque, G., García, M., Díaz, R., y Rivera, S. (2019). Conceptuación y medición de la agresividad: validación de una escala. *Revista Colombiana de Psicología*, 28(1), 115-130. http://www.scielo.org.co/scielo.php?pid=S0121-54692019000100115&script=sci_arttext
- Cárdenas Pérez, R. (2022). *Herramientas efectivas de planificación de tareas y optimización de tiempo para profesionales de la Contaduría*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. Repositorio Institucional UNAB. <https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/18478>
- Castro Sánchez, M., Zurita Ortega, F., Chacón Cuberos, R., Padial Ruz, R., y Martínez Martínez, A. (2018). Niveles de ansiedad en futbolistas de categorías inferiores. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 7(2), 53-60. <https://doi.org/10.6018/sportk.342921>
- Chacón, L., Morales, G., Luna, A., Medina, J., y Cantuña-Vallejo, P. (2022). El Muestreo Intencional No Probabilístico como herramienta de la investigación científica en

- carreras de Ciencias de la Salud. *Universidad y Sociedad*, 14(S5), 681-691.
<https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/3338/>
- Chacón, E., De la Cera, D., Lara, M., y Arias, R. (2021). Generalidades sobre el trastorno de ansiedad. *Revista Cúpula*, 35(1), 23-36.
<https://www.binasss.sa.cr/bibliotecas/bhp/cupula/v35n1/art02.pdf>
- Gallardo, I. L., Romero, E., Luengo, M. A., y Blanco, L. H. (2006). Validación del Cuestionario de Agresividad Reducido (AQ-R) en población universitaria española. *Redalyc.org*, 18(1), 158-163. <https://www.redalyc.org/pdf/291/29117112.pdf>
- González, J., Gallardo, M., y Chávez, M. (2020). Formulación de los objetivos específicos desde el alcance correlacional en trabajos de investigación. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 4(2), 237-247.
<https://ciencialatina.org/index.php/cienciala/article/view/73>
- Guardia, K. (2022). Competitividad y ansiedad competitiva en deportistas de artes marciales y deportes de contacto en Lima Metropolitana. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma del Perú]. Repositorio Institucional UAP.
<https://repositorio.autonoma.edu.pe/handle/20.500.13067/1870>
- Hernández, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37(3).
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S0864-21252021000300002&script=sci_arttext
- Hernández-Ávila, C., y Escobar, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta, Revista científica del Instituto Nacional de Salud*, 2(1), 75-79.
[file:///C:/Users/estef/Downloads/7746%20\(3\).pdf](file:///C:/Users/estef/Downloads/7746%20(3).pdf)
- Huaire, E. (2019). *Método de investigación*. aacademica.org
<https://www.aacademica.org/edson.jorge.huaire.inacio/78.pdf>
- Kuaik, I., y De la Iglesia, G. (2019). Ansiedad: conceptualizaciones actuales. *Summa Psicológica*, 16(1).
<https://summapsicologica.cl/index.php/summa/article/view/393>

- Lachina, E. (2021). *Conquistando el mundo: el poder 'marcial' de Japón se globaliza*. Rutledge.4-24.
<https://doi.org/10.4324/9781003142126>.
- Luna, A. (2021). *Origen de la defensa personal*. Letrame Grupo Editorial. 25-56
https://books.google.com.ec/books?hl=es&lr=&id=wcFFEAAAQBAJ&oi=fnd&pg=PT3&dq=artes+marciales+origen&ots=hkxQbIObkm&sig=dgUEmRRC6wbQ-QjAGmqv9CbIYYE&redir_esc=y#v=onepage&q=artes%20marciales%20origen&f=false
- Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., y García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista médica clínica los condes*, 30(1), 36-49.
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0716864019300057>
- Mejía, J. (2022). Los paradigmas en la investigación científica. *Revista Ciencia Agraria*, 1(3), 7-14.
<https://cienciaagraria.com/index.php/rca/article/view/10>
- Mendoza, E., y Marchán, A. (2023). Síntesis de la Investigación Positivista. *Revista AulaVirtual*, 4(10), 156-160.
<https://www.aulavirtual.web.ve/revista/ojs/index.php/aulavirtual/article/view/210>
- Monacis, L., de Palo, V., y Sinatra, M. (2018). Factores motivacionales relacionados con la agresividad en las artes marciales. *Revista de psicología del deporte*, 24(1), 0163-169.
<https://ddd.uab.cat/record/128704>
- Monjarás Ávila, A. J., Bazán Suarez, A. K., Pacheco- Martínez, Z. K., Rivera Gonzaga, J. A., Zamarripa Calderón, J. E., y Cuevas Suárez, C. E. (2019). *Diseños de Investigación*. [Tesis de pregrado, Universidad Autónoma Del Estado De Hidalgo]. Repositorio Institucional UAEH.
<https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ICSA/article/view/4908>
- Narváez Lozano, C. A. (2019). *Ansiedad y su relación con la autoconfianza en atletas de alto rendimiento de artes marciales mixtas de la ciudad de quito en el año 2018* [Tesis de pregrado, Universidad Tecnológica Indoamérica]. Repositorio Institucional UTI.
<https://repositorio.uti.edu.ec/handle/123456789/1279>
- Ochoa, R., Nava, N., y Fusil, D. (2020). Comprensión epistemológica del tesista sobre investigaciones cuantitativas, cualitativas y mixtas. *Revista de Ciencias Humanas*, 15(45),13-22.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7407375>

- Ortega, A. (2018). *Enfoques de investigación*. researchgate.net.
https://www.researchgate.net/publication/326905435_ENFOQUES_DE_INVESTIGACION
- Pagano, A. y Vizioli, N. (2021). Estabilidad temporal y validez discriminante del Inventario de Ansiedad de Beck. *Revista de psicología Liberabit*, 27(1).
http://www.scielo.org.pe/scielo.php?pid=S172948272021000100002&script=sci_arttext&tlng=en
- Perli, M. y Schargorodsky, P. (2020). *Ansiedad y deporte en tiempos de pandemia: un estudio comparativo*. aacademica.org. <https://www.aacademica.org/000-007/85>
- Piedra, J. y Manqueros, J. (2021). *El muestreo y su relación con el diseño metodológico de la investigación. Manual de temas nodales de la investigación cuantitativa. Un abordaje didáctico*. Universidad Pedagógica de Durango
<http://www.upd.edu.mx/PDF/Libros/Nodales.pdf>
- Ramos-Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación. *Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(3), 1-6. <file:///C:/Users/estef/Downloads/Dialnet-LosAlcancesDeUnaInvestigacion-7746475.pdf>
- Ramos-Galarza, C. (2021). Diseños de investigación experimental. *Revista Cienci América*, 10(1), 1-7.
<https://www.cienciamerica.edu.ec/index.php/uti/article/view/356>
- Rivera Lozada de Bonilla, O., Yangali Vicente, J. S., Rodríguez López, J. L., y Ipanaqué Zapata, M. A. (2023). *Manual de procesamiento estadístico para la investigación con SPSS*. [Tesis de pregrado, Universidad Norbert Wiener]. Repositorio Institucional UWIENER.
<https://repositorio.uwiener.edu.pe/handle/20.500.13053/8292>
- Romero, K. (2018). *Albert Bandura y el aprendizaje cognoscitivo social en el desarrollo de conductas agresivas en niños*. [Tesis de pregrado, Universidad Técnica de Machala]. Repositorio Institucional UTMACHALA.
<http://repositorio.utmachala.edu.ec/bitstream/48000/13111/1/ECUACS-2018-PSC-DE00040.pdf>
- Ruperto Piedrabuena, F. (2023). *La influencia de practicar artes marciales/ deportes de combate en el desarrollo y control de la agresividad*. [Tesis de pregrado, Universidad Rey Juan Carlos]. Repositorio Institucional URJC. <https://burjcdigital.urjc.es/handle/10115/23454>

- Salinas, M., Azanza, A., Borrero, A., y Tarqui-Silva, L. (2022). Depresión y ansiedad en deportistas juveniles masculinos y femeninos de Ecuador. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 27(293).
<https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/3397/1694>
- Tulendiyeva, A., Saliev, T., Andassova, Z., Issabayev, A. y Fakhradiyev, I. (2021). Panorama histórico de la prevención de lesiones en las artes marciales tradicionales. *Ciencias del Deporte para la Salud*, 17 (4), 837-848. <https://link.springer.com/article/10.1007/s11332-021-00785-0>
- Valero, M. J. (2022). Paradigmas en Investigación: Clasificaciones plasmadas en diferentes obras de la investigación científica. *Revista Mundo Financiero*, 3(7), 1-7
<https://mundofinanciero.indecasar.org/revista/index.php/munfin/article/view/54>
- Valle, A., Manrique, L., & Revilla, D. (2022). *La investigación descriptiva con enfoque cualitativo educación*. [Tesis de pregrado, Universidad Pontificia Universidad Católica del Perú]. Repositorio Institucional PUCP. <https://repositorio.pucp.edu.pe/index/handle/123456789/184559>

AGRADECIMIENTOS.

Agradezco a nuestro tutor de tesis, el profesor Jonathan Jirón, por su esfuerzo y dedicación, quien con su paciencia y conocimiento supo guiarnos en el proceso de investigación y apoyarnos incondicionalmente en todo lo que se nos dificultó. A nuestro profesor de titulación Luis Iriarte, por habernos acompañado, motivado y aconsejado en el proceso de investigación, y finalmente a los deportistas de artes marciales que nos colaboraron y nos dieron apertura para realizar este estudio.

DEDICATORIA.

Agradezco infinitamente a mi amada madre Gladys, por su amor y apoyo incondicional en mi vida, por su sacrificio inquebrantable, por siempre ser mi guía y mi luz en los días más oscuros, te amo mamita linda. A mis adorados tíos Janie y Kenny, cuya presencia ha sido un pilar constante en mi crecimiento personal y académico, su amor ha trascendido las distancias geográficas. A cada miembro de mi familia por su amor y aliento. A mis abuelitos Mariana y

Alfonso en el cielo, quienes con su legado de sabiduría y valores viven en mí, gracias por ser mi inspiración eterna. A Lío, mi amigo y compañero fiel de cuatro patas y dos orejas largas, quien con su lealtad incondicional ha llenado de alegría los días mas retadores. Este logro es una culminación de esfuerzo, dedicación y disciplina, y cada uno de ustedes ha dejado una huella imborrable en mi corazón. Gracias por ser parte de este emocionante camino.

Dedico esta tesis a la memoria de mi amado padre, aunque no esté físicamente conmigo su amor y enseñanza que me brindo durante mi periodo académico para poder lograr y ser una profesional y ser esa gran persona que tú querías papito, le doy las gracias a mi angelito por nunca dejarme y cuidarme en cada paso que doy, siempre serás esa persona que respeto y admiro demasiado, sabes siempre dije quiero ser como tu papá, esa persona trabajadora honesta y siempre humilde que a pesar de todo tu nunca tenías rencor, te amo con todo mi corazón. Papá lo logramos juntos mis logros son tuyos también sé que me estás viendo desde el cielo, tú anhelabas verme graduada, ¡lo logré papá! me siento muy feliz al ver que estoy cumpliendo una nueva etapa, pero también triste porque no pudiste estar físicamente a mi lado, te mando muchos abrazos y besos hasta el cielo papá. Y para ti valiente madre gracias por estar incondicionalmente, siempre ha sido mi fuente de inspiración. A mi querida madre, mi eterna guía, gracias por tu sacrificio y aliento constante, sabes mamita eres mi motor, que durante un año y medio no solo fue mi guía académico, sino que también desempeñó el papel de padre y madre. Su apoyo incondicional y sabiduría han sido fundamentales en mi camino. Agradezco profundamente tu presencia en mi vida. Gracias a ambos, he logrado convertirme en psicóloga, llevando su legado, gracias a mi hermano por estar ahí siempre presente y estar pendiente de mí, los amo mucho.

ANEXOS.



BAI

Instrucciones:
Lea cada uno de los siguientes ítems atentamente, e indique cuanto le ha afectado en la última semana incluyendo hoy:

1. Hormigueo o entumecimiento *

Nada en absoluto

Levemente (no me molestó)

Moderadamente (fue muy desagradable pero podía soportarlo)

Gravemente (casi no podía soportarlo)

2. Sensación de calor *

Cuestionario AQ-r

Por favor lea cuidadosamente cada afirmación. Marque su respuesta, trate de ser lo más sincero(a) posible.

1. Me doy cuenta que estoy en desacuerdo con los demás. *

Nunca

Casi nunca

A veces

Casi siempre

Siempre

2. Siento que la vida me ha tratado mal. *