



UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA:

**Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas
barriales del norte de Quito**

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

Autor(a)

Carrera Páez Anthony Sebastian

Tutor(a)

Ps. Ind. Edwin Valencia Gonzáles MSc

QUITO –

ECUADOR 2026

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

Yo, Carrera Páez Anthony Sebastian, declaro ser autor del Trabajo de Titulación con el nombre “Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en la ciudad de Quito”, como requisito para optar al grado de Psicología y autorizo al Sistema de Bibliotecas de la Universidad 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 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 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 22 días del mes de enero de 2026, firmo conforme:

Autor: Carrera Páez Anthony Sebastian



Firma:

Número de Cédula: 1726056318

Dirección: Pichincha, Quito, Carcelén

Correo Electrónico: acarrera10@indoamerica.edu.ec

Teléfono: 0963670299

APROBACIÓN DEL TUTOR

En mi calidad de Tutor del Trabajo de Titulación “ESTRÉS Y AGRESIVIDAD EN PERSONAS QUE PRACTICAN FÚTBOL EN LA CIUDAD DE QUITO” presentado por Carrera Páez Anthony Sebastian para optar por el Título de Licenciado 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, 22 de enero de 2026

Ps. Ind. Edwin Valencia Gonzáles 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 Licenciado en Psicología, son absolutamente originales, auténticos y personales y de exclusiva responsabilidad legal y académica del autor

Quito, 22 de enero de 2026



.....
Carrera Páez Anthony Sebastian

1726056318

APROBACIÓN TRIBUNAL

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

Quito, 22 de enero de 2026

.....

Ps. Org Paulina Guerra MSc
LECTOR

.....

Ps. Cl. Moreno Proaño Gilda
Marianela, MSc.
LECTORA

DEDICATORIA

Este logro es un testimonio del apoyo incondicional y del amor que he recibido a lo largo de mi vida. A mi padre, Luis Carrera, quien ha sido mi mayor fuente de inspiración, fortaleza y sabiduría. Su sacrificio y su amor incondicional han sido el pilar fundamental de mi formación académica, y lo admiro profundamente. A mi hermano, Joseph Carrera, por su constante apoyo, paciencia y por brindarme momentos de alegría en tiempos difíciles. Y a mi pareja, Dominique Gualtor por su comprensión, paciencia y apoyo constante durante todo este proceso.

Este trabajo es un reflejo de su influencia y de su amor, y con profunda gratitud, les dedico este logro.

AGRADECIMIENTO

A mi tutor de tesis, Edwin Valencia, le expreso mi sincero agradecimiento por su invaluable orientación y apoyo a lo largo de este trabajo académico. A mis compañeros por formar parte de esta etapa de mi vida tan importante, a mi familia, mis tíos, mis primos, mi abuelita y sobre todo a mi Papa y hermano quienes me brindaron todo su apoyo incondicional. Este trabajo no habría sido posible sin la contribución significativa de ellos, quienes han dejado una marca imborrable en este importante capítulo de vida y académico.

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
INTRODUCCIÓN	3
MARCO METODOLÓGICO	10
RESULTADOS.....	14
DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES	17
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	19

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA

TEMA: ESTRÉS Y AGRESIVIDAD EN PERSONAS QUE PRACTICAN
FÚTBOL EN LA CIUDAD DE QUITO

AUTOR: Carrera Páez Anthony Sebastian

TUTOR: Edwin Valencia Gonzales

RESUMEN EJECUTIVO

El estrés y la agresividad son variables psicológicas influyentes en el deporte, y llegan a afectar a las personas cuando lo practican. El estrés constituye una respuesta psicofisiológica del organismo ante cualquier demanda del entorno, por otro lado, la agresividad se define como la ejecución de una acción que va desde gestos amenazantes hasta ataques reales contra otro. El objetivo de esta investigación fue identificar la relación que existe entre el estrés y la agresividad en las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito. El estudio se desarrolló desde un enfoque cuantitativo con un paradigma positivista, con un alcance descriptivo-correlacional, utilizando un diseño no experimental de corte transversal. La muestra fue de 120 personas, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico y de tipo intencional. Para la recolección de estos datos se aplicó la Escala de Estrés Percibido y el Cuestionario de Agresividad Reducido. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y estadísticamente significativa indicando que el estrés se asocia con las diferentes dimensiones de la agresividad. En conclusión, el estrés y la agresividad como sus dimensiones están presentes en las personas que practican fútbol sobre todo en la dimensión de agresividad verbal lo que influye en su vida diaria.

DESCRIPTORES: estrés, agresividad, deporte, relación

UNIVERSIDAD INDOAMÉRICA
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS
CARRERA DE PSICOLOGÍA

THEME: *STRESS AND AGGRESSIVENESS IN PEOPLE WHO PLAY FOOTBALL IN NEIGHBORHOOD LEAGUES IN NORTHERN QUITO*

AUTHOR: Carrera Páez Anthony Sebastian

TUTOR: Ps. Ind. Edwin Valencia Gonzáles MSc

ABSTRACT

Stress and aggression are influential psychological variables in sports, affecting individuals during athletic practice. Stress constitutes a psychophysiological response of the organism to environmental demands, while aggression is defined as the execution of actions ranging from threatening gestures to actual attacks against others. The objective of this research was to identify the relationship between stress and aggression among individuals who play football in the city of Quito. The study adopted a quantitative approach within a positivist paradigm, with a descriptive-correlational scope and a non-experimental, cross-sectional design. The sample consisted of 120 participants selected through non-probabilistic, purposive sampling. Data were collected using the Perceived Stress Scale and the Reduced Aggression Questionnaire. The results revealed a positive and statistically significant correlation, indicating that stress is associated with different dimensions of aggression. In conclusion, both stress and aggression, along with their respective dimensions, are present among individuals who practice football, particularly in the dimension of verbal aggression, which also manifests in their daily lives.

KEYWORDS: aggression, competition, sport, daily life.

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en la ciudad de Quito

Research Title

Autor: Anthony Carrera-Páez
acarrera10@indoamerica.edu.ec

Tutor: Edwin Valencia Gonzales
edwinvalencia@uti.edu.ec

Lector: Paulina Guerra Guerra
paulinaguerra@uti.edu.ec

Lector: Gilda Moreno Proaño
gyldamoreno@uti.edu.ec

Trabajo de Titulación para la obtención del título de Licenciado/a en Psicología de la Universidad Indoamérica.

Modalidad:
Investigación Cuantitativa.

Quito, Ecuador.
Octubre del 2025.

2

ABSTRACT

El estrés y la agresividad son variables psicológicas influyentes en el deporte, y llegan a afectar a las personas cuando lo practican. El estrés constituye una respuesta psicofisiológica del organismo ante cualquier demanda del entorno, por otro lado, la agresividad se define como la ejecución de una acción que va desde gestos amenazantes hasta ataques reales contra otro. El objetivo de esta investigación fue identificar la relación que existe entre el estrés y la agresividad en las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito. El estudio tuvo un desarrollo desde un enfoque cuantitativo con un paradigma positivista, con un alcance descriptivo-correlacional, utilizando un diseño no experimental de corte transversal. La muestra fue de 120 personas, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico y de tipo intencional. Para la recolección de estos datos se aplicó la Escala de Estrés Percibido y el Cuestionario de Agresividad Reducido. Los resultados evidenciaron una correlación positiva y estadísticamente significativa indicando que el estrés se asocia con las diferentes dimensiones de la agresividad. En conclusión, el estrés

Stress and aggression are influential psychological variables in sports, affecting individuals during athletic practice. Stress constitutes a psychophysiological response of the organism to environmental demands, while aggression is defined as the execution of actions ranging from threatening gestures to actual attacks against others. The objective of this research was to identify the relationship between stress and aggression among individuals who play football in the city of Quito. The study adopted a quantitative approach within a positivist paradigm, with a descriptive-correlational scope and a non-experimental, cross-sectional design. The sample consisted of 120 participants selected through non-probabilistic, purposive sampling. Data were collected using the Perceived Stress Scale and the Reduced Aggression Questionnaire. The results revealed a positive and statistically significant correlation, indicating that stress is associated with different dimensions of aggression. In conclusion, both stress and aggression, along with their respective dimensions, are present among individuals who practice football, particularly in the

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

y la agresividad como sus dimensiones estan presentes en las personas que practican fútbol sobre todo en la dimension de agresividad verbal lo que incluye en su vida diaria. dimension of verbal aggression, which also manifests in their daily lives.

Palabras Clave: *Clave1, Clave2, Clave3, Clave4, Clave5* (extraídas desde [Tesauros UNESCO](#), orden alfabético). **Keywords:** *Clave1, Clave2, Clave3, Clave4, Clave5* (extraídas desde [Tesauros UNESCO](#), orden alfabético).

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

1. INTRODUCCIÓN.

El deporte representa una actividad que impulsa el desarrollo físico y psicológico de las personas; sin embargo, la competencia y la presión por el rendimiento pueden generar altos niveles de exigencia emocional. En este contexto, el fútbol se convierte en un escenario donde el estrés influye directamente en las respuestas y conductas de los deportistas. (Jiménez, 2012)

El estrés como factor importante

Según Selye (1956), el estrés constituye una respuesta psicofisiológica del organismo ante cualquier demanda del entorno. Posteriormente, Lazarus y Folkman (1984) ampliaron esta concepción, indicando que el estrés se activa ante situaciones percibidas como desafiantes o amenazantes para el individuo, influyendo en su bienestar físico y emocional.

En el ámbito deportivo, esta respuesta adquiere especial relevancia, ya que la práctica del deporte puede actuar tanto como un factor desencadenante del estrés debido a la presión competitiva o al rendimiento esperado (Gould, 2019).

El estrés es considerado una característica intrínseca de la vida que las personas enfrentan regularmente, que incluye una amplia gama de consecuencias físicas, psicológicas y contextuales. Sus orígenes se remontan a la necesidad fundamental de los organismos de mantener el equilibrio en su entorno interno, un concepto explicado como homeostasis (Bernard, 1865).

Estrés en la vida cotidiana

Smyth (2018) propuso tres componentes distintos del estrés cotidiano tal como se desarrolla en la vida diaria. Este enfoque distingue entre la ocurrencia de estresores y las respuestas a los estresores. Por otra parte, Lazarus y Lanier (1966) lo definieron en sus trabajos como una reacción humana a las peculiaridades de la interacción entre la persona y el mundo que lo rodea.

El factor que causa el estrés es el llamado estresante. Los estresantes pueden ser tanto físicos (calor, frío, ruido, traumas, enfermedades propias) como sociopsicológicos (alegría, peligro, familia o trabajo conflicto situación, pobres condiciones de trabajo) (Khechuashvili, 2013).

Definición de estrés

El concepto de estrés es relativamente antiguo ya que se deriva del latín *stringere*, que significa apretar, atar o causar tensión. Durante el siglo XVIII, la noción de estrés pasó de estar vinculada únicamente a consecuencias emocionales individuales a ser vista como la causa de tales reacciones (Pereira, 2024).

El estrés puede derivar de algo que ocurre a nuestro alrededor o de lo que ocurre en nuestro interior. Puede presentarse de forma temporal, ocasional o prolongada. La principal consecuencia del estrés es la activación del sistema de defensa del organismo, que responde con lucha, huida o miedo. Sin embargo, consideremos que, como suele suceder en la vida actual, el estrés que experimenta un individuo no

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

demanda ningún tipo de respuesta activa. (Bairero, 2018).

Además, Mikhail (1981) Define el estrés como una condición tanto mental como física que ocurre cuando diversas características del entorno desafían a un individuo y generan un desbalance, ya sea real o percibido, entre las demandas y la habilidad para adaptarse a ellas, lo que resulta en una reacción que no es clara. Por otra parte, Selye (1976) afirma que el estrés tiene tres etapas. En circunstancias difíciles, las personas atraviesan primero una fase de alerta, después una de lucha, y al final, cuando han agotado todas sus energías, experimentan cansancio.

Características del estrés

Este se manifiesta en respuesta a diversos estímulos, incluidos el daño físico, los desequilibrios bioquímicos y la exposición a patógenos (Charmandari et al., 2005).

Así mismo se lo considera como un desafío, es decir, un estímulo, de naturaleza psicológica o física, que amenaza el equilibrio interno o la homeostasis de los sistemas fisiológicos (Selye, 1956).

Al estrés lo consideramos como respuesta adaptativa a corto plazo que puede posteriormente provocar consecuencias fisiopatológicas a largo plazo (Sapolsky et al., 1986).

Por otro lado, McEwen (2008) comenta que «estrés» se ha utilizado indistintamente para describir la respuesta fisiológica al estrés en sí, la interacción estímulo-respuesta o incluso todo el espectro de factores que interactúan

Tipos de estrés

Por lo tanto, un factor estresante es cualquier cosa que provoque reactividad fisiológica al estrés. Los factores estresantes pueden ser objetos "reales" percibidos externamente, como un arma, o evaluaciones percibidas internamente de una situación incierta o potencialmente amenazante. (Dewe, 1993).

A su vez Peter (1998) comenta sobre la intensidad de la reacción fisiológica a un factor estresante, por lo tanto, altamente individual y dependiente de la situación.

Independientemente del tipo de factor estresante, una respuesta fisiológica al estrés es iniciada por el cerebro y puede entenderse como una respuesta no selectiva (es decir, una respuesta de lucha o huida) que actúa para reorientar las capacidades cognitivas y fisiológicas del individuo para enfrentar el desafío y regresar al estado original de homeostasis (Chrousos, 1992).

Motivos por los que se da el estrés en las personas

El estrés psicológico es un término común para describir los procesos que contribuyen a la aparición y la continuación de diversas afecciones mentales y físicas. Estos tipos de estrés permiten que las estructuras cerebrales de orden superior proporcionen una interpretación adicional del peligro percibido (Fuchs y Flügge, 2003).

Por lo tanto, es una situación cotidiana y común en la sociedad actual que las personas experimenten diversos tipos de estrés (Alkadhi, 2013). Según Dastgeri et al.,

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

(2020) El estrés psicológico se puede clasificar según el momento y el tipo.

Hodgson et al., (2004) afirma que el estrés puede provocar diversos problemas de comportamiento. Además, Chotiwat y Harris, (2006) comentan que los tipos de estrés más prevalentes en diferentes sociedades son el hacinamiento, la reubicación, el aislamiento y el estrés por restricción (estrés emocional). Estudios previos han demostrado que el hacinamiento, la reubicación, el aislamiento y el estrés por restricción tienen efectos destructivos en los sistemas fisiológicos y los comportamientos.

Qin et al., (2011) añade que el estrés por aislamiento social ha coincidido comúnmente con conductas ansiosas, deterioro cognitivo, reducción de las interacciones sociales y pérdida de peso.

El estrés y su relación con el deporte

Motivo por el cual en esta investigación se centra en una población específica que abarca a los deportistas y su afectación por el estrés es por esto que, además de los estados de estrés mental, se acostumbra a distinguir el estado de fatiga y sus etapas. La fatiga es una condición patológica que se desarrolla debido al estrés físico o psicológico crónico, cuyo cuadro clínico se caracteriza por trastornos funcionales del sistema nervioso central (Boltobaev, 2022).

Los deportistas deben hacer frente a múltiples factores estresantes en su camino hacia el deporte de élite. En primer lugar, están expuestos a altas cargas fisiológicas provocadas por el entrenamiento y las

competiciones. En segundo lugar, normalmente experimentan problemas sociales, tareas escolares exigentes y elevadas, y posibles dificultades en las relaciones con sus grupos de iguales. En tercer lugar, necesitan participar en competiciones y gestionar los factores estresantes competitivos (Moen, 2019).

Un factor estresante es un desencadenante que libera una reacción de estrés, por ejemplo, durante una competición importante para un atleta. Los factores estresantes en el deporte se pueden clasificar en factores estresantes competitivos y factores estresantes organizacionales (Hrozanova, 2019).

Según Tossici, Zurloni y Nitri (2024) muchos atletas tienen dificultades para implementar estrategias funcionales para afrontar las causas y consecuencias de eventos estresantes, lo que puede tener un impacto muy negativo en su rendimiento y salud. Así mismo Buceta (1985) reafirma lo antes mencionado ya que estas dificultades para gestionar los altos niveles de ansiedad y estrés en el deporte pueden derivar en diversas consecuencias, como un rendimiento insatisfactorio, patrones de pensamiento negativos, emociones negativas, síntomas depresivos y lesiones.

Tipos de Respuestas

Cannon propuso que la respuesta al estrés es la adaptación del organismo para afrontar las emergencias y la caracterizó como una reacción inespecífica y generalizada, un estado de alarma que prepara al organismo para una posible huida o ataque: la respuesta de lucha o huida (Cannon, 1915)

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Inicialmente, la respuesta al estrés es adaptativa al activar recursos para enfrentar los desafíos que plantean los estresores, como el trauma o la cirugía, con el fin de aliviar un daño mayor (Misfud y Reul, 2018).

Independientemente de la naturaleza del factor estresante, el cuerpo reacciona de manera inespecífica a cualquier estímulo de este tipo, es decir, con el mismo tipo de cambios: aumento de la frecuencia cardíaca, aumento de la presión arterial, aumento del nivel de hormonas suprarrenales en la sangre (Khechuashvili, 2013).

La respuesta fisiológica a un factor estresante ocurre en gran medida fuera de la conciencia y surge de circuitos neuronales que también son responsables de dar significado y relevancia personal a los estímulos externos (Pine, 2016).

En respuesta a un factor estresante, el cerebro estimula y coordina una cascada compleja de procesos internos, comenzando con la activación del sistema nervioso autónomo (SNA), la termogénesis, los niveles elevados de glucosa en sangre y otras respuestas al servicio del retorno del cuerpo a la homeostasis (Rivolta, 2014)

Agresividad

El comportamiento social que conducen a una agresividad excesiva puede desarrollarse como consecuencia de una regulación emocional alterada. Es por esto que una mejor comprensión del vínculo entre las conductas sociales y la regulación emocional, así como sus fundamentos neurobiológicos, es esencial para mejorar el

tratamiento de numerosas psicopatologías (Davidson y otros, 2000).

Según Vitiello (1997) Se describen dos formas principales de agresión humana excesiva/violenta, a saber, la agresión impulsiva-reactiva-hostil-afectiva y la agresión controlada-proactiva-instrumental-depredadora.

La agresividad es un concepto que ha sido estudiado en profundidad en la psicología, definido como la realización de actos que pueden variar desde gestos intimidantes hasta ataques físicos directos hacia otros (Giammanco et al., 2005). Su aparición en acciones agresivas está influenciada por diversas variables tanto internas como externas al individuo (Haller, 2020).

Históricamente, ciertos estudiosos del comportamiento tanto humano como animal, como Sigmund Freud y Konrad Lorenz, han sostenido que la agresividad es algo natural, mientras que otros han sugerido que se trata de un comportamiento que se adquiere. (Conger, Neppel, Kim y Scaramella, 2003; Huesmann, MoiseTitus, Podolski y Eron, 2003).

Características de Agresividad

Según Underwood (2010) la agresión es la parte del comportamiento humano que se puede caracterizar como una manifestación que resulta en entristecer o herir a otros. Galenard (2010) añade a lo anterior mencionado afirmando que existen varios tipos de agresión y su expresión puede depender de la situación, dado que el comportamiento dañino y la interferencia de este comportamiento dañino, varía según la

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

persona y su estado mental, la forma en que una persona se expresa.

La agresividad y la violencia interpersonal constituyen una importante carga social con consecuencias negativas de gran alcance tanto para las víctimas como para los agresores (Krug,2002). Es por esto que se debe tener medidas preventivas, una mejor evaluación de riesgos y programas de rehabilitación específicos para delincuentes violentos son una prioridad mundial (OMS, 2002).

En particular el trastorno antisocial de la personalidad y la psicopatía, se basan en un historial de comportamiento agresivo y antisocial, esto crea una lógica circular. Los constructos de personalidad no patológicos, por ejemplo, la personalidad del modelo de cinco factores (FFM) y el modelo de temperamento y carácter de Cloninger, también se han asociado con la agresión, pero por lo general han recibido menos atención en la literatura (Miller et al., 2001).

Además, la investigación de Ramírez y Andreu (2005) respalda la idea de que la ira y la hostilidad son predictores significativos de la conducta agresiva, especialmente en situaciones donde las personas se sienten emocionalmente excitadas o amenazadas.

Tipos de Agresividad

Según los estudios de Homant et al., (2003) revelaron que las personas provocadas en un estado emocional negativo son más propensas a percibir hostilidad en los demás, lo que puede generar respuestas agresivas. Para Valkan (2003) comprender cómo la percepción de las intenciones de los demás

puede influir en el comportamiento agresivo.

La manifestación de conducta agresiva más frecuentemente observada es la agresión física, que abarca actos destinados a causar daño corporal a otras personas (como golpear, morder y patear). Esto se diferencia de la agresión verbal, que implica utilizar palabras habladas para herir a alguien (por ejemplo, gritar e insultar). (Warburton y Anderson,2015).

La agresión verbal a menudo se conceptualiza bajo la agresión “psicológica”; una agresión destinada a herir los sentimientos de otros y causar dolor psicológico (Bodenmann et al.,2010; Murphy y Hoover,1999).

Diferentes tipos de agresión, ya sea física, verbal o relacional, estas contribuyen a los diferentes problemas de salud mental (Derrick et al.,2014).

En la sociedad existen diferentes formas de agresión o agresividad; Según Norlander (2005) La agresión física; dañar a otros mediante el uso de la fuerza física. Por otro lado, Bodenmann (2010) comenta que existe la agresión verbal que consta en amenazar a otros usando palabras.

Para Moore (2019) la agresividad impulsiva que surge como respuesta a una provocación o amenaza percibida, caracterizada por ira, pérdida de control y alta activación emocional. Por ejemplo, los adolescentes con mayor agresión reactiva muestran niveles más altos de ira diaria, mayor variabilidad emocional y reactividad aumentada ante eventos negativo.

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

La agresividad proactiva es una forma instrumental y planificada de agresividad, realizada en ausencia de provocación inmediata, con el objetivo de obtener un beneficio o dominar. Se caracteriza por menor activación emocional en el momento, mayor control y motivación estratégica. (Martínez, Costa y Albiol, 2022)

Factores influyentes de la Agresividad

Según La Organización Mundial de la Salud (2002) identifica varios factores que influyen en la agresividad, agrupándolos en niveles individual, familiar, comunitario y social. Los factores individuales incluyen condiciones de salud mental, abuso de sustancias, y características de personalidad.

Además de las consecuencias negativas del comportamiento agresivo a nivel individual, el comportamiento agresivo también socava la armonía y la estabilidad social (Bird,2001).

El comportamiento de los individuos se ve influenciado no solo por el entorno psicológico, sino también por el entorno físico. Investigaciones anteriores se han centrado principalmente en explorar El impacto del entorno psicológico en la conducta agresiva individual y sus mecanismos subyacentes, mientras que se pasa por alto el papel del entorno físico percibido en la configuración de la agresión (Yang, 2025)

Motivos por los que se da la agresividad en las personas

Uno de los factores importantes en el surgimiento de la agresión es el fracaso, un fracaso emocional que se manifiesta en el individuo debido a su incapacidad para

alcanzar su objetivo deseado; Cuando una persona o cosa impide que un individuo alcance sus deseos, surge este sentimiento de fracaso y, en muchos casos, conduce a la agresión. (Abassi, 2022)

Otro de los motivos por los cuales las personas tienen comportamientos agresivos es por la exposición a comportamientos violentos en los medios de comunicación ya que estos pueden provocar un aumento de la violencia y la agresión, y muchas personas se convierten en víctimas de agresión cada año debido a las lecciones que han aprendido de los medios (Bandura,1973)

Según Gurr (1970) entre otros factores influyentes en el surgimiento de la agresión se pueden mencionar los factores económicos y sociales, en la mayoría de las personas a nivel mundial la inflación, la pobreza, la desigualdad económica y la inflación pueden considerarse factores importantes en el surgimiento de la agresión, los delitos, la violencia y el saqueo. Acotando a esto Dollard (1939) señala que los desafíos económicos pueden afectar la mentalidad y el comportamiento de las personas, tener efectos significativos en la cantidad y calidad del comportamiento agresivo, y tener efectos negativos significativos en las tasas de criminalidad de la sociedad.

La agresividad y su relación con el deporte

La definición de agresión en el ámbito deportivo es un punto importante de controversia, agresiva puede reflejarse en diferentes aspectos de la competición deportiva, involucrando diversos

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

constructos o procesos (p. ej., ira, agresividad, conducta antisocial, rumiación de la ira y provocación) (Denson, 2013).

Un punto muy claro en la agresión y el deporte es cuando conceptualizan las conductas antisociales hacia compañeros de equipo y oponentes en el deporte como acciones voluntarias con la intención de dañar o perjudicar a otro individuo, y están fuertemente asociadas con la ira y la agresividad (Kavussanu y Boardley, 2009).

Entre las investigaciones sobre la agresión en el deporte, un número reducido de estudios se ha centrado en investigar los efectos del tipo de deporte y los niveles o categorías competitivas sobre el comportamiento agresivo (Rasclé, 2006).

Sin embargo, Visek y Watson (2005) encontraron que la legitimidad percibida de la agresión y las actitudes de profesionalización aumentaban con la edad, así como con el nivel competitivo.

Además, pocos estudios han explorado la relación entre el rendimiento o el éxito deportivo y el comportamiento agresivo, pero también se han evidenciado resultados contradictorios (Mudimela, 2010).

Justificación

El presente estudio busca comprender como los factores psicológicos influyen en las conductas dentro del contexto deportivo. El fútbol al ser uno de los deportes más practicados y con más impacto social en el Ecuador, representa un escenario en el cual la competitividad es muy importante, así como la presión por el rendimiento y las emociones intensas.

Estos elementos pueden favorecer tanto el desarrollo de la persona y la cohesión grupal como la aparición de respuestas emocionales adaptativas, como la agresividad.

En este sentido, el estudio resulta pertinente al abordar la relación entre el estrés como respuesta psicológica ante las demandas competitivas y la agresividad, una conducta que puede manifestarse como consecuencia de la tensión emocional propia del entorno deportivo.

Comprender esta relación permitirá identificar factores de riesgo y protección en los jugadores, así como generar estrategias psicológicas orientadas a la gestión emocional, la regulación del estrés y la promoción de un comportamiento deportivo más saludable y ético.

Además, esta investigación contribuirá al campo de la psicología del deporte, aportando evidencia científica sobre cómo las variables emocionales influyen en el rendimiento y en la convivencia dentro de los equipos. Esto permitirá, a largo plazo, fortalecer programas de intervención psicológica que favorezcan el bienestar integral de los deportistas ecuatorianos.

Preguntas de Investigación

¿Cuál es la relación que existe entre el estrés y agresividad en personas que practican fútbol en la ciudad de Quito?

¿Cuáles son los niveles de estrés en personas que practican fútbol en la ciudad de Quito?

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

¿Qué tipo de agresividad presentan las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito?

¿Qué variables sociodemográficas se relacionan con el estrés en personas que practican fútbol en la ciudad de Quito?

Objetivo General

Identificar la relación que existe entre el estrés y la agresividad (agresividad verbal, agresividad física, hostilidad e ira) en las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito

Objetivo Específicos

Conocer los niveles de estrés presentes en las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito.

Determinar los tipos de agresividad presentes en las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito.

Relacionar las variables sociodemográficas con el estrés en personas que practican fútbol en la ciudad de Quito

MARCO METODOLOGICO

Alcance y Diseño

Enfoque Cuantitativo

Esta investigación empleó un método cuantitativo, enfocado en la obtención de datos, lo que facilitó la respuesta a todas las interrogantes de investigación formuladas. Este método tiene como objetivo verificar la objetividad de una muestra representativa para ayudarnos a entender los fenómenos examinados con detalle y exactitud (Ochoa et al., 2020).

La investigación cuantitativa se basa en el uso de análisis estadístico para identificar repeticiones, tendencias, medias y similitudes, con el propósito de entender la conexión entre diferentes fuentes y sus efectos, además de realizar generalizaciones y validar teorías e hipótesis. Los resultados pueden presentarse de manera numérica o mediante gráficos. Es una técnica destinada a reunir y examinar datos cuantitativos referentes a diversas variables y a estudiar características y fenómenos cuantitativos. Los enfoques de análisis abarcan el análisis descriptivo, el análisis exploratorio, la inferencia, el razonamiento multivariado, el modelado y la comparación. (Valle et al., 2022).

La investigación de tipo cuantitativo adopta un método organizado y estructurado que sigue etapas definidas en la preparación de un estudio. Este procedimiento consiste en diseñar el trabajo según una secuencia lógica de elecciones, lo que facilita la obtención de respuestas adecuadas a las preguntas de investigación. Así, el estudio se transforma en un proceso ordenado (Ortega, 2018).

Alcance de la investigación

En este estudio se empleará un método descriptivo, cuyo objetivo fundamental es reunir y detallar información precisa sobre un tema particular. Se podrán aplicar métodos tanto cualitativos como cuantitativos, abarcando el análisis de datos para identificar tendencias centrales y variabilidad (Ramos, 2020).

El análisis descriptivo se centra en observar las propiedades que se encuentran en un conjunto determinado de personas. Esta

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

investigación sirve para evaluar datos numéricos con el fin de identificar la tendencia media y la variabilidad. Si bien en este tipo de investigación se puede formular una hipótesis para estudiar y describir el objeto de interés, no es un requisito indispensable (Cárdenas, 2022).

Además, en este estudio se lo realizó a través de una investigación correlacional, al ser un método no experimental, se enfoca en analizar dos variables a través de técnicas estadísticas, buscando explorar los resultados del estudio y comprobar la población que se investiga. Se utiliza la medición de variables concretas y el análisis de decodificación selectiva para descubrir las posibles conexiones entre los participantes (Galarza et al., 2020).

Este tipo de estudio analiza cómo un cambio en una variable puede estar relacionado con alteraciones en otras variables, evaluando tanto la fuerza como el sentido de la conexión a través del coeficiente de correlación, que se basa en el tipo de variables que se están examinando (García, 2017).

Diseño Transversal - No Experimental

En esta presente investigación se optó por un diseño no experimental de tipo transversal, debido a que permite recopilar información de los participantes en un único momento, ofreciendo una visión puntual del comportamiento de las variables analizadas. De acuerdo con Cvetkovic-Vega et al. (2021), los estudios transversales resultan adecuados cuando se busca describir condiciones actuales dentro de una población de manera ágil y organizada.

Este tipo de estudio no permite establecer relaciones causales, ya que no se puede determinar la temporalidad entre exposición y resultado, estos tipos de estudios son susceptibles a sesgos de prevalencia y selección, lo que obliga a interpretar los hallazgos con cautela. Sin embargo, su valor descriptivo y su utilidad para generar hipótesis lo convierten en un diseño ampliamente utilizado en ciencias sociales, salud y psicología (Rodríguez & Mendivelso, 2018; Cataldo et al., 2019).

Por otro lado, la indagación no experimental se lleva a cabo sin alterar intencionalmente las variables. En otras palabras, se trata de un estudio en el que no modificamos deliberadamente las variables independientes (R. Collado y L. Lucio, 2010).

Lo que se hace en este tipo de La investigación no experimental implica observar fenómenos en su entorno natural y luego proceder a su análisis. En este caso, las variables independientes ya han tenido lugar y no son susceptibles de ser alteradas; el investigador no puede ejercer un control directo sobre estas variables, ya que ya han ocurrido, al igual que sus consecuencias (Sampieri, 2010)

Paradigma de investigación

Dentro de este contexto, el enfoque actual se basa en el positivismo, el cual se centra en la realidad que se puede observar y medir. Se trata de una investigación que implica la cuantificación de información a través de estadísticas, lo que facilita un análisis más detallado de las variables (Mejía, 2022).

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

El positivismo se distingue por su enfoque en la objetividad en la investigación destinada a validar hipótesis intermedias y utilizar instrumentos cuantitativos como datos estadísticos. Este enfoque se origina en las ciencias físicas y luego se extiende al ámbito de las ciencias sociales, viendo a la sociedad como un objeto de estudio científico. Dentro de este marco, el positivismo social actúa como una guía para examinar patrones de comportamiento concretos en las personas. Hay una teoría relacionada con las manifestaciones creativas, que hace necesario implementar este enfoque (Mendoza y Archán, 2023).

Muestra y Muestreo

No probabilístico intencional

Para esta investigación se ocupará un muestreo no probabilístico intencional ya que esta metodología de investigación consiste en seleccionar intencionadamente aquellos casos que se consideran más significativos. En este tipo de estudio, la selección de los casos se realiza siguiendo criterios determinados y de forma subjetiva, es decir, depende del criterio del investigador. Asimismo, es relevante señalar que este método es adaptable en lo que respecta a la modificación de la muestra, aunque presenta restricciones en cuanto a su representatividad (Huairé, 2019).

Es una técnica de muestreo que no utiliza probabilidades, en la que el investigador escoge los elementos de la muestra basándose en ciertos criterios que él o ella ha determinado. Este método tiene como objetivo recolectar información a través de

un juicio adecuado y la definición de pautas concretas a seguir (Hernández, 2021).

Población y Muestra

La elección de la población y la muestra para este análisis se fundamenta en un método no aleatorio deliberado, aplicando varios criterios. El propósito es conseguir una muestra que represente la variedad de la población de personas que practican fútbol en la ciudad de Quito, la muestra estará compuesta por 120 personas que practican fútbol, pertenecientes a diferentes equipos.

Personas que acepten participar voluntariamente en este estudio

Criterios de Inclusión

- Edad comprendida de 18 a 50 años
- Personas que pertenezcan al sexo masculino
- Personas que acepten libre y voluntariamente participar en la investigación
- Personas pertenecientes a ligas barriales del norte de Quito

Criterios de exclusión

- Menores de 15 años y mayores de 50 años edad
- Personas que pertenezcan al sexo femenino
- Personas que no quieran participar voluntariamente
- Jugadores de Fútbol Profesionales

Criterios éticos

Los principios éticos representan un conjunto de orientaciones fundamentales que regulan la conducta del investigador

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

durante el desarrollo de un estudio con seres humanos. Su propósito principal es resguardar los derechos, la integridad y el bienestar de quienes participan en la investigación. Tal como menciona Kottow (2007), estos principios funcionan como guías morales que delimitan el accionar del investigador, permitiendo que el proceso científico se lleve a cabo con responsabilidad, transparencia y respeto hacia los participantes.

Uno de los antecedentes más relevantes es el Código de Núremberg (1947), redactado después de los juicios realizados a médicos responsables de experimentos inhumanos durante la Segunda Guerra Mundial. Dicho código estableció pilares esenciales como la obligatoriedad del **consentimiento voluntario**, la evaluación cuidadosa de riesgos, la protección de los participantes ante cualquier posible daño y el derecho a retirarse libremente del estudio. Según Annas (1992), este documento marcó el inicio de la ética moderna en la investigación biomédica y psicológica.

La regulación ética ha continuado fortaleciéndose gracias a documentos posteriores. La Declaración de Helsinki, elaborada por la Asociación Médica Mundial (1964), amplió la perspectiva ética incorporando la protección de personas vulnerables, la prioridad del bienestar del sujeto sobre los intereses del estudio y la obligación de someter cada investigación a una evaluación ética independiente. A ello se suman las Pautas CIOMS (2016), que en este proyecto, los instrumentos aplicados no causaron daño ni representaron riesgos significativos para los

refuerzan temas como la confidencialidad, la transparencia en el manejo de los datos y el consentimiento adecuadamente informado.

En el ámbito de la bioética contemporánea, Beauchamp y Childress (2013) propusieron cuatro principios esenciales autonomía, beneficencia, no maleficencia y justicia que se han convertido en la base para regular investigaciones con seres humanos. Asimismo, la American Psychological Association (APA, 2017) recoge estos principios en su código ético, estableciendo estándares para asegurar la protección de los participantes dentro de la investigación psicológica.

Principio de Autonomía.

La autonomía se relaciona con la libertad de cada persona para decidir si desea participar en un estudio. De acuerdo con Beauchamp y Childress (2013), este principio implica ofrecer información suficiente, comprensible y veraz para que los participantes tomen decisiones informadas. En esta investigación, la participación fue totalmente voluntaria y cada individuo tiene la posibilidad de retirarse en cualquier momento sin repercusiones.

Principio de Beneficencia.

La beneficencia exige que el investigador actúe procurando generar beneficios y evitando cualquier tipo de perjuicio. El CIOMS (2016) destaca que toda investigación debe analizar riesgos y asegurarse de que estos sean mínimos.

participantes, y la información obtenida fue usada exclusivamente con fines académicos.

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Principio de Justicia.

La justicia busca garantizar igualdad y equidad en el trato hacia los participantes. La APA (2017) enfatiza que la selección de la muestra debe realizarse con criterios objetivos, sin discriminación y distribuyendo de forma justa las cargas y beneficios del estudio. En este caso, se incluyó únicamente a personas que cumplieran con los criterios definidos, asegurando igualdad de condiciones para todos los que participaron.

Instrumentos de Investigación

Se utilizó la Escala de Estrés Percibido, la cual permite medir el nivel de estrés que una persona ha experimentado durante el último mes. Este instrumento evalúa el estrés en los ámbitos personal, emocional y psicológico. Está compuesto por 14 ítems y presenta una alta consistencia interna, con un alfa de Cronbach de 0,83. Las respuestas se evalúan utilizando una escala de Likert que tiene cinco opciones (0 = nunca, 1 = casi nunca, 2 = de vez en cuando, 3 = a menudo, 4 = muy a menudo). Para calcular el puntaje total, se cambia el valor de los ítems 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10 y 13, transformando 0 en 4, 1 en 3, 2 en 2, 3 en 1 y 4 en 0; después, se suman todos los ítems.

También se utilizó el Cuestionario de Agresividad Reducida (AQ-R) desarrollado por Buss y Perry en 1992, que mide cuatro aspectos de la agresividad: la agresividad física (FA), la agresividad verbal (AV), la ira y la hostilidad (HO). Este instrumento está compuesto por 12 preguntas que se responden en una escala de Likert de cinco opciones (1 = nunca, 2 = casi nunca, 3 = a

veces, 4 = casi siempre, 5 = siempre). Cada aspecto incluye tres preguntas: los ítems 3, 8 y 11 están relacionados con la agresividad física; los ítems 1, 6 y 9 se refieren a la agresividad verbal; los ítems 5, 7 y 12 hacen referencia a la ira; y los ítems 2, 4 y 10 están vinculados a la hostilidad. Este cuestionario muestra una buena fiabilidad interna, con un índice de 0,78 (Gallardo et al., 2006).

Recolección y Análisis de Datos

Esta recolección de datos se llevó a cabo de la siguiente manera, primero se realizó una investigación bibliográfica en la cual nos ayudó a comprender de manera clara y precisa las dos variables de estudio, es decir: estrés y agresividad. Posterior a esta investigación se procedió a buscar, analizar e investigar acerca de los instrumentos adecuados para medir en la muestra ya establecida cada una de las variables.

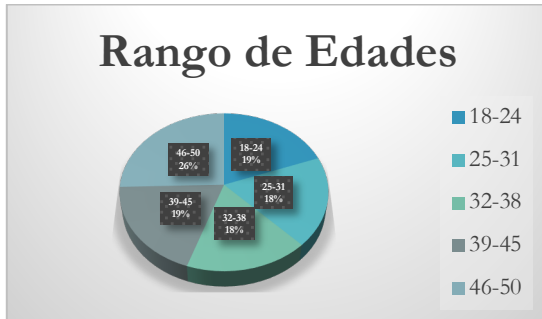
Los instrumentos empleados son: La Escala de Estrés Percibido y el Cuestionario de Agresividad Reducido (AQ-R) de Buss y Perry, estos instrumentos fueron integrados en un Google Forms, este formulario fue enviado de manera virtual mediante mensajes a los participantes que cumplen con los criterios de inclusión establecidos y aceptaron de manera voluntaria formar parte del estudio.

Una vez que se reunieron los datos, se llevaron a cabo análisis y procesos a través del software estadístico Jamovi, con la finalidad de obtener información confiable que apoyara los resultados, los cuales fueron más tarde presentados de forma clara y exacta para facilitar la lectura

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Resultados

Figura 1



Fuente: Elaboración propia

La figura 1, nos permite evidenciar que el 26% de los participantes tienen entre 46 a 50 años, un 19% de 39 a 45 años, otro 19% tiene 18 a 24 años, un 18% de 32 a 38 y un 18% de 25 a 31 años.

Tabla 1. Estrés Percibido

NIVEL_ESTRES	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
Estrés bajo	38	31.7%	31.7%
Estrés moderado	30	25.0%	56.7%
Estrés alto	52	43.3%	100.0%
Total.	120	100%	

Fuente: Elaboración Propia

En la tabla 1 nos muestra el nivel de estrés percibido por las personas que practican fútbol es de 31.7% estrés bajo, seguido de un 25% con estrés moderado y por último un 43.3% con estrés alto.

Tabla 2. Agresividad Verbal

AV_exist	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
1	71	59.2%	59.2%
0	49	40.8%	100.0%

En la tabla 2 se muestra que la agresividad verbal en personas que practican fútbol si se presenta con un 59.2% y un 40.8% no presenta agresividad verbal

Tabla 3. Agresividad Física

AF_exist (2)	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
1	33	27.5%	27.5%
0	87	72.5%	100.0%

Fuente: Elaboración propia

En la tabla 3 El cuadro refleja que el 27,5% de los participantes presenta agresividad física, mientras que el 72,5% no la manifiesta. Esto evidencia que este tipo de agresividad es menos frecuente en comparación con otras formas. La baja prevalencia sugiere un menor uso de conductas agresivas directas. No obstante, su presencia sigue siendo relevante dentro del análisis general.

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Tabla 4. Hostilidad

Frecuencias de HO_exist			
HO_exist	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
1	60	50.0 %	50.0%
0	60	50.0 %	100.0%

Fuente: Elaboracion Propia

Los resultados muestran una distribución equitativa de la hostilidad en la muestra, con un 50% de participantes que la presenta y un 50% que no. Esta proporción indica que la hostilidad se encuentra moderadamente presente en el grupo evaluado. Dicha característica puede reflejar actitudes cognitivas y emocionales negativas hacia el entorno

Tabla 5. Ira

Frecuencias de IRA_exist			
IRA_exist	Frecuencias	% del Total	% Acumulado
1	69	57.5 %	57.5%
0	51	42.5 %	100.0%

Fuente: Elaboración Propia

Los datos indican que el 57,5% de los evaluados presenta ira, frente a un 42,5% que no. Esto demuestra que la ira está presente en más de la mitad de la muestra. Esta dimensión emocional puede influir en la expresión de otras conductas agresivas.

Por ello, su análisis resulta fundamental para interpretar los resultados del estudio.

Tabla 6. Matriz de Correlación entre estrés y la variable sociodemografica

Matriz de Correlaciones			
		Estres Total	Edad
Estres Total	R de Pearson	—	—
	gl	—	—
	valor p	—	—
Edad	R de Pearson	-0.207	—
	gl	118	—
	valor p	0.023	—

Los resultados evidencian una correlación negativa y estadísticamente significativa entre el estrés total y la edad de los participantes. Esto indica que, a medida que aumenta la edad, los niveles de estrés tienden a disminuir. La magnitud de la correlación es baja, pero relevante desde el punto de vista estadístico, lo que sugiere que la edad podría actuar como un factor protector frente al estrés. Este hallazgo aporta información importante para la comprensión de las diferencias individuales en la experiencia del estrés dentro de la muestra analizada.

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Tabla 7. Matriz de Correlación entre el estrés percibido y la agresividad

Matriz de Correlaciones

		Estrés Total	Agresividad Verbal	Agresividad Física	Hostilidad	Ira
Estrés Total	R de Pearson	—				
	gl	—				
	valor p	—				
Agresividad Verbal	R de Pearson	0.357	—			
	gl	118	—			
	valor p	<.001	—			
Agresividad Física	R de Pearson	0.252	0.430	—		
	gl	118	118	—		
	valor p	0.005	<.001	—		
Hostilidad	R de Pearson	0.631	0.569	0.500	—	
	gl	118	118	118	—	
	valor p	<.001	<.001	<.001	—	
Ira	R de Pearson	0.401	0.687	0.473	0.585	—
	gl	118	118	118	118	—
	valor p	<.001	<.001	<.001	<.001	<.001

Fuente: Elaboración Propia

La matriz de correlaciones muestra la existencia de relaciones positivas y estadísticamente significativas entre el estrés total y las diferentes dimensiones de la agresividad evaluadas. Se observan asociaciones de magnitud moderada a alta, destacándose las correlaciones con hostilidad e ira, lo que indica que a mayores niveles de estrés se incrementa la presencia de estas manifestaciones emocionales y conductuales. Asimismo, la agresividad verbal y física también presentan correlaciones significativas con el estrés, aunque de menor intensidad. Estos resultados sugieren que el

estrés constituye un factor relevante en la expresión de conductas agresivas dentro de la muestra estudiada, reforzando la relación entre variables emocionales y comportamentales.

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Discusion y Conclusiones

Como se pudo evidenciar, en la presente investigación existió una totalidad de participantes de sexo masculino, lo cual se relaciona con los criterios de inclusión establecidos para el estudio. En cuanto a la edad, el rango etario con mayor presencia correspondió a participantes entre 46 y 50 años. Estas características permiten contextualizar los resultados obtenidos dentro de una población adulta que practica fútbol de manera regular.

En relación con el objetivo general del estudio, el cual estuvo orientado a determinar la relación entre el estrés y la agresividad en personas que practican fútbol en la ciudad de Quito, los resultados obtenidos permiten afirmar que existe una asociación positiva y estadísticamente significativa entre el estrés total y las diferentes expresiones de agresividad evaluadas. De manera específica, se identificaron correlaciones significativas con la agresividad verbal ($r = 0.357$), la agresividad física ($r = 0.252$) y, en mayor medida, con la hostilidad ($r = 0.631$), siendo esta última la dimensión que presentó el mayor grado de relación con el estrés.

Los hallazgos del presente estudio guardan coherencia con lo reportado en investigaciones previas. En este sentido, Ortiz (2024), en un estudio realizado con población universitaria de la ciudad de Quito, evidenció también una correlación significativa desde el punto de vista estadístico que es directamente proporcional, entre el estrés y las dimensiones de la agresividad verbal con ,257, ira con ,338 y hostilidad con ,411, lo que indica que, a mayor percepción de estrés, se incrementa la agresividad verbal, la ira y la hostilidad. Aunque el grupo poblacional difiere del presente trabajo, los resultados sugieren que la relación entre estas variables se mantiene en distintos contextos, lo que refuerza la idea de que el estrés constituye un factor relevante en la aparición de conductas agresivas, independientemente del ámbito en el que se desenvuelvan los individuos.

En relación con el primer objetivo específico, orientado a conocer los niveles de estrés presentes en las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito, los resultados obtenidos evidencian que el 31,7% de los participantes presenta niveles de estrés bajo, el 25,0% niveles de estrés moderado y un 43,3% niveles de estrés elevado. Estos hallazgos indican que, si bien una parte de la muestra mantiene niveles de estrés controlados, existe un porcentaje considerable de futbolistas que experimenta altos niveles de estrés, lo cual podría afectar tanto su bienestar psicológico como su desempeño deportivo.

Estos resultados, al compararse con el estudio realizado por Novillo Muñoz y Orozco Remache (2011), titulado “Los niveles de estrés y su incidencia en el rendimiento deportivo en los deportistas de fútbol de la categoría sub 19 de Liga Deportiva Universitaria de Loja”, evidenciaron que el 56,52 % de los jugadores presentó un nivel de estrés medio, el 26,09 % manifestó niveles de estrés alto y el 17,39 % presentó niveles de estrés bajo, en una muestra total de 23 futbolistas pertenecientes a la categoría sub 19 de Liga Deportiva Universitaria de Loja. Estos datos reflejan que, al igual que en el presente estudio, una proporción significativa de los deportistas presenta niveles de estrés medio y alto, lo que confirma que el estrés es una variable relevante dentro del contexto deportivo y que puede incidir directamente en el rendimiento de los futbolistas.

Con respecto al segundo objetivo específico, orientado a determinar los tipos de agresividad presentes en las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito, los resultados evidencian que el 59,2 % presenta agresividad verbal, el 57,5 % ira, el 50 % hostilidad y el 27,5 % agresividad física. Al comparar estos hallazgos con la investigación realizada por Mazzanti, Masini, Sanmarchi, Dallolio y Mascherini (2025) titulada “Aggression and sport: A cross-sectional study on behavioral tendencies of athletes”, se observa que en dicha población, conformada por 390 deportistas, la agresividad se manifestó

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

principalmente a través de distintas dimensiones, registrándose una media de 14,13 % puntos en agresividad verbal, 15,41 % puntos en ira, 19,78% puntos en hostilidad y 17,80 % puntos en agresividad física. Estos resultados permiten identificar que, tanto en el presente estudio como en la investigación comparada, la agresividad verbal y la ira se presentan como manifestaciones predominantes; sin embargo, se evidencian diferencias en la intensidad de la agresividad física, la cual fue más elevada en deportistas que practicaban deportes de contacto, lo que sugiere que el tipo de deporte y el contexto competitivo influyen en la forma en que se expresan los distintos tipos de agresividad.

Con respecto al tercer objetivo específico, orientado a relacionar las variables sociodemográficas con el estrés en personas que practican fútbol en la ciudad de Quito, los resultados evidenciaron una correlación negativa, baja y estadísticamente significativa entre la edad y el estrés total ($r = -0.207$; $p = 0.023$), lo que indica que a medida que aumenta la edad, los niveles de estrés tienden a disminuir. No obstante, estos hallazgos difieren de los reportados por Zhang et al. (2019), quienes, en una muestra de 6.679 adultos chinos de 18 a 65 años, encontraron una asociación positiva entre la edad y el estrés percibido mediante un modelo de regresión por percentiles. En dicho estudio, la edad se asoció significativamente con mayores niveles de estrés en distintos percentiles de la distribución (P5: $\beta = 1.31$; IC95%: 0.38–2.24; P25: $\beta = 0.91$; IC95%: 0.28–1.53), lo que sugiere que, en ese contexto, el estrés aumenta con la edad. Estas diferencias podrían atribuirse a factores culturales, metodológicos y contextuales, así como al tipo de análisis estadístico empleado.

Conclusión

Se determinó que existe relación positiva y estadísticamente significativas entre el estrés total y las diferentes dimensiones de la

agresividad evaluadas (agresividad verbal, agresividad física, hostilidad e ira).

A su vez en esta investigación se llegó a determinar que existe niveles de estrés alto, medio y bajo donde el que más predominó fue el alto, lo que nos da a conocer que las personas que practican fútbol en la ciudad de Quito tienen un estrés elevado.

En conclusión se encontró que existen altos niveles de incidencia en la dimensión de agresividad verbal que fue la más alta en comparación a las demás dimensiones.

Para finalizar, se determinó que existe correlación negativa y estadísticamente significativa entre el estrés total y la variable sociodemográfica edad en los participantes

Recomendaciones

Se recomienda seguir con la investigación cuantitativa, plantear investigaciones mixtas que permitan la obtención de datos de manera más amplia y generalizada con la percepción de ambos sexos.

Se recomienda ampliar esta investigación con más variables de estudio puesto que las personas que practican fútbol pueden llegar a presentar más problemas y no únicamente estrés y agresividad.

Otra recomendación sería plantear esta investigación con una muestra más específica puesto que esta está planteada de manera general en todos aquellos que practican fútbol.

Limitaciones

Una de las limitaciones que se encontró fue la poca investigación científica acerca de estos temas, concretamente en la población específica que se escogió en esta investigación, lo que complicó el análisis y comprensión de los resultados

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Otra de las limitaciones fue la falta de participación puesto que a pesar de que la entrega de los cuestionarios fue ampliada los participantes mostraban una falta de motivación para realizar la misma

Otra limitación fue que se llegó a dar es el tiempo, puesto que se llegó a retrasar, por la poca disponibilidad de tiempo de la muestra lo que freno el tiempo de esta investigación.

REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

American Psychological Association. (2017). Ethical Principles of Psychologists and Code of Conduct. APA. <https://www.apa.org/ethics/code/>

Annas, G. J. (1992). The Nazi doctors and the Nuremberg Code: Human rights in human experimentation. Oxford University Press. <https://oxford.universitypressscholarship.com/view/10.1093/med/9780195101066.001.0001/med-9780195101066>

Anwar, S., Khan, S., & Zaheer, S. (2019). The impact of psychological distress and self-criticism on aggression with moderating role of loneliness in university students. *Foundation University Journal of Psychology*, 3(2). <https://doi.org/10.33897/fujp.v3i2.23>

Arntz V., J., Trunce M., S., Villarroel Q., G., Werner C., K., & Muñoz M., S. (2022). Relación de variables sociodemográficas con niveles de depresión, ansiedad y estrés en estudiantes universitarios. *Revista Chilena de Neuro-Psiquiatría*, 60(2), 156–166. <https://doi.org/10.4067/s0717-92272022000200156>

Asociación Médica Mundial. (1964/2013). Declaración de Helsinki: Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. AMM.

<https://www.wma.net/what-we-do/medical-ethics/declaration-of-helsinki/>

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Beauchamp, T. L., & Childress, J. F. (2013). Principles of biomedical ethics (7th ed.).

Oxford University Press.

<https://global.oup.com/academic/product/principles-of-biomedical-ethics-9780199924586>

Cascante, L. G. M. (2003). El paradigma positivista y la concepción dialéctica del conocimiento. *Revista Digital Matemática Educación e Internet*, 4(2).

<https://doi.org/10.18845/rdmei.v4i2.2296>

CIOMS. (2016). International ethical guidelines for health-related research involving humans. Council for International Organizations of Medical

Sciences. <https://cioms.ch/publications/product/international-ethical-guidelines-for-health-related-research-involving-humans/>

Código de Núremberg. (1947). The Nuremberg Code. Trials of War Criminals before the Nuremberg Military Tribunals.

<https://www.nejm.org/doi/full/10.1056/nejm199711133372006>

Dam, V. H., Hjordt, L. V., da Cunha-Bang, S., Sestoft, D., Knudsen, G. M., & Stenbaek, D.

S. (2021). Trait aggression is associated with five-factor personality traits in males. *Brain and Behavior*, 11(7), e02175. <https://doi.org/10.1002/brb3.2175>

Département, G. A. P. (2022). Aggression and its Predictor Variables: An

Overview. *NeuroQuantology: An Interdisciplinary Journal of Neuroscience and Quantum Physics*. <https://doi.org/10.48047/NQ.2022.20.12.NQ77776>

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

- Dewi, I. D. A. D. P., & Kyranides, M. N. (2022). Physical, verbal, and relational aggression: The role of anger management strategies. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 31*(1), 65–82. <https://doi.org/10.1080/10926771.2021.1994495>
- Hernández, C. E., & Carpio, N. (2019). Introducción a los tipos de muestreo. *Alerta (San Salvador, El Salvador), 2*(1), 75–79. <https://doi.org/10.5377/alerta.v2i1.7535>
- Herrera Castrillo, C. J. (2024). Paradigma Positivista. *Boletín científico de las ciencias económico-administrativas del ICEA, 12*(24), 29–32. <https://doi.org/10.29057/icea.v12i24.12660>
- Jirón Jiménez, J., Freire Muñoz, I., & Iriarte Pérez, L. (2024). Depresión, ansiedad y estrés: Análisis de la labor docente en universidades de Quito. *Revista Wímb Lu, 19*(1), 1–20. <https://doi.org/10.15517/wl.v19i1.59344>
- Kosiewicz, J. (2015). New paradigm: Science on aggression with sport in the background. *Physical Culture and Sport Studies and Research, 67*(1), 65–75. <https://doi.org/10.1515/pcssr-2015-0022>
- Kottow, M. (2007). Ética de la investigación biomédica. Editorial Universitaria. <https://www.universitaria.cl/libro/etica-de-la-investigacion-biomedica/>
- Krug, E. G., Mercy, J. A., Dahlberg, L. L., & Zwi, A. B. (2002). World report on violence and health. *Biomedica: revista del Instituto Nacional de Salud, 22 Suppl 2*, 327–336. <https://iris.who.int/server/api/core/bitstreams/a25476ed-8585-47f3-986e-9doe7f5e9f1b/content>

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

- Liu, J. (2004). Concept analysis: aggression. *Issues in Mental Health Nursing*, 25(7), 693–714. <https://doi.org/10.1080/01612840490486755>
- Manterola, C., Quiroz, G., Salazar, P., & García, N. (2019). Metodología de los tipos y diseños de estudio más frecuentemente utilizados en investigación clínica. *Revista médica Clínica Las Condes*, 30(1), 36–49. <https://doi.org/10.1016/j.rmcl.2018.11.005>
- Moore, C. C., Hubbard, J. A., Bookhout, M. K., & Mlawer, F. (2019). Relations between reactive and proactive aggression and daily emotions in adolescents. *Journal of Abnormal Child Psychology*, 47(9), 1495–1507. <https://doi.org/10.1007/s10802-019-00533-6>
- Neumann, I. D., Veenema, A. H., & Beiderbeck, D. I. (2010). Aggression and anxiety: social context and neurobiological links. *Frontiers in Behavioral Neuroscience*, 4, 12. <https://doi.org/10.3389/fnbeh.2010.00012>
- Noreña, A., Alcaraz, N., Rojas, J. G., & Rebolledo-Malpica, D. (2012). Aplicabilidad de los criterios de rigor y éticos en la investigación cualitativa. *Aquichan*, 12(3), 263–274. <http://www.scielo.org.co/pdf/aqui/v12n3/v12n3a06.pdf>
- Ramos-Galarza, C. A. (2020). Alcances de una investigación. *CienciAmérica*, 9(3), 1–6. <https://doi.org/10.33210/ca.v9i3.336>
- Reyes, O., & Yesenia, K. (2024). *Estrés y agresividad en estudiantes universitarios de la ciudad de Quito*. Quito: Universidad Tecnológica Indoamérica. <https://repositorio.uti.edu.ec/items/5a82cb01-7439-429b-ade6-138059641c65>

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

- Rodríguez, M., & Mendivelso, F. (2018). Diseño de investigación de Corte Transversal. *Revista médica Sanitas*, 21(3), 141–146.
<https://doi.org/10.26852/01234250.20>
- Romero-Martínez, Á., Sarrate-Costa, C., & Moya-Albiol, L. (2022). Reactive vs proactive aggression: A differential psychobiological profile? Conclusions derived from a systematic review. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 136(104626), 104626. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2022.104626>
- Sampieri, H., Collado, R., Lucio, L., Metodología De La Investigación, P., & Hill, M. (2023). *Cátedra “Metodología para la investigación en Ciencia Política”. Unidad IV*. Edu.mx.
http://online.aliat.edu.mx/adistancia/InvCuantitativa/LecturasS4/Hernandez_Sampieri_Cap._7_disenos_no_experimentales.pdf
- Sánchez Jimenez, A., & León Ariza, H. H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 9(18). <https://doi.org/10.15332/s1794-3841.2012.0018.11>
- Sanz, M. P. G., & Clares, P. M. (2012). *Guía práctica para la realización de trabajos fin de grado y trabajos fin de máster*. EDITUM.
- Sisalima, R., Josué, M., Cl, P., & Herrera Medrano, S. (2025). *AGRESIVIDAD Y CONSUMO DE ALCOHOL EN HINCHAS DE EQUIPOS DE FÚTBOL DE ECUADOR*. Edu.ec.
<https://repositorio.uti.edu.ec/server/api/core/bitstreams/7fd44aod-4f33-47de-bc67-c34bc424e366/content>

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

Sofia, R., & Cruz, J. (2017). *Unveiling anger and aggression in sports: the effects of type of sport, competitive category and success level*. 26, 21–28.

<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235152048003.pdf>

Suárez Tunanñaña, Ángela. (2013). Adaptación de la Escala de estrés Laboral de la OIT-OMS en trabajadores de 25 a 35 años de un Contact Center de Lima. *PsiqueMag*, 2(1), 33-50. <https://revistas.ucv.edu.pe/index.php/psiquemag/article/view/101>

Talluri, S. (2023). Social adjustment and academic achievement of secondary school students. *NeuroQuantology*, 20(1).

<https://doi.org/10.48047/nq.2022.20.12.nq77730>

Ubago-Jiménez, J. L., Zurita-Ortega, F., Melguizo-Ibáñez, E., & Alonso-Vargas, J. M. (2023). Análisis del autoconcepto, inteligencia emocional y violencia según la modalidad deportiva practicada en educación superior. *Apunts Educació Física i Esports*, 154, 61–70. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/4\).154.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/4).154.06)

Xie, Y., Dai, W., & Yang, Z. (2025). The influence of perceived crowdedness on aggressive behavior: A moderated mediation model. *Behavioral Sciences*, 15(3), 259.

<https://doi.org/10.3390/bs15030259>

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

AGRADECIMIENTOS

A mi tutor de tesis, Edwin Valencia, le expreso mi sincero agradecimiento por su invaluable orientación y apoyo a lo largo de este trabajo académico. A mis compañeros por formar parte de esta etapa de mi vida tan importante, a mi familia, mis tíos, mis primos, mi abuelita y sobre todo a mi Papa y hermano quienes me brindaron todo su apoyo incondicional. Este trabajo no habría sido posible sin la contribución significativa de ellos, quienes han dejado una marca imborrable en este importante capítulo de vida y académico.

DEDICATORIA

Este logro es un testimonio del apoyo incondicional y del amor que he recibido a lo largo de mi vida. A mi padre, Luis Carrera, quien ha sido mi mayor fuente de inspiración, fortaleza y sabiduría. Su sacrificio y su amor incondicional han sido el pilar fundamental de mi formación académica, y lo admiro profundamente A mi hermano, Joseph Carrera, por su constante apoyo, paciencia y por brindarme momentos de alegría en tiempos difíciles. Y a mi pareja, Dominique Gualtor por su comprensión, paciencia y apoyo constante durante todo este proceso.

Este trabajo es un reflejo de su influencia y de su amor, y con profunda gratitud, les dedico este logro.

Estrés y Agresividad en personas que practican fútbol en ligas barriales al norte de Quito

ANEXOS

Escala de estrés percibido

UNAM CUAED LAFPA

Estrés: cómo reconocerlo y aminorarlo

Escala de Estrés Percibido (¿Qué tan estresado estás?)

Las preguntas en esta escala hacen referencia a tus sentimientos y pensamientos durante el **último mes**. En cada caso, por favor indica con una "X" cómo te has sentido o cómo has enfrentado cada situación.

	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
1. En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido afectado por algo que ocurrió inesperadamente?	0	1	2	3	4
2. En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido incapaz de controlar las cosas importantes en tu vida?	0	1	2	3	4
3. En el último mes, ¿con qué frecuencia te has sentido nervioso o estresado?	0	1	2	3	4
4. En el último mes, ¿con qué frecuencia has manejado con éxito los pequeños problemas imprevistos de la vida?	4	3	2	1	0
5. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que has afrontado efectivamente los cambios importantes que han estado ocurriendo en tu vida?	4	3	2	1	0
6. En el último mes, ¿con qué frecuencia has estado seguro sobre tu capacidad para manejar tus problemas personales?	4	3	2	1	0
7. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que las cosas van bien?	4	3	2	1	0

1

UNAM CUAED LAFPA

Estrés: cómo reconocerlo y aminorarlo

	Nunca	Casi nunca	De vez en cuando	A menudo	Muy a menudo
8. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que no puedes afrontar todas las cosas que tienes que hacer?	0	1	2	3	4
9. En el último mes, ¿con qué frecuencia has podido controlar las dificultades de tu vida?	4	3	2	1	0
10. En el último mes, ¿con qué frecuencia has sentido que tienes todo bajo control?	4	3	2	1	0
11. En el último mes, ¿con qué frecuencia has estado enfadado porque las cosas que te han ocurrido estaban fuera de tu control?	0	1	2	3	4
12. En el último mes, ¿con qué frecuencia has pensado sobre las cosas que te fallan por hacer?	0	1	2	3	4

Cuestionario de agresividad reducido

CUESTIONARIO DE AGRESIVIDAD REDUCIDO (AQ-r)

El Cuestionario de agresividad reducido (Cuestionario AQ-r) consta de 12 ítems. Que se responde en una escala tipo likert, con opciones de respuesta de nunca, casi nunca, a veces, casi siempre, siempre. Este Cuestionario consta de cuatro factores que miden distintos tipos de agresividad: agresividad física (FA), agresividad verbal (AV), ira y hostilidad (HO).

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).

Escala AQ-r

Las siguientes afirmaciones se refieren a la agresión. Por favor, lea cuidadosamente cada afirmación. Recuerde que no es una prueba, por lo tanto, no existen respuestas correctas ni incorrectas. Marque con una X su respuesta. Trate de ser lo más sincero(a) posible y elija solo una opción por cada ítem.

	Nunca	Casi nunca	A veces	Casi siempre	Siempre
A mí me pasa que ...					
1 ... me doy cuenta que estoy en desacuerdo con los demás.					
2 ... siento que la vida me ha tratado mal.					
3 ... he amenazado a personas que conozco.					
4 ... me pregunto porque me siento tan amargado/a.					
5 ... tengo problemas para controlar mi mal genio.					
6 ... mis amigos/as dicen que soy discutidor/a.					
7 ... me enfado rápidamente aunque se me pasa deprisa.					
8 ... si me provocan mucho puedo llegar a pegar a cualquiera.					
9 ... no puedo evitar discutir con los que no están de acuerdo conmigo.					
10 ... creo que siempre son los otros los que consiguen las mejores oportunidades.					
11 ... hay personas que me hacen enfadar tanto que llegaríamos a las manos.					
12 ... me enfado mucho sin ninguna razón aparente.					