



UNIVERSIDAD PRIVADA TELESUP

FACULTAD DE SALUD Y NUTRICIÓN

ESCUELA PROFESIONAL DE PSICOLOGÍA

TESIS

**“ESTUDIO DE LA ANSIEDAD Y PERSONALIDAD EN LOS
DEPORTISTAS DE LA DISCIPLINA DE ATLETISMO,
MEDIO Y FONDO EN LA LIGA DE ATLETISMO PUNO
2019”**

**PARA OPTAR EL TÍTULO PROFESIONAL DE:
LICENCIADO EN PSICOLOGÍA**

AUTOR:

Bach. JUAN MEJIA RAMOS

LIMA – PERÚ

2020

ASESOR DE TESIS

MSc. TANIA SERRUTO CAHUANA
Metodólogo

Psc. KARLA LISETH VARGAS MARQUEZ
Temático

JURADO EXAMINADOR

Dra. MARCELA ROSALINA BARRETO MUNIVE
Presidente

Dra. ROSA ESTHER CHIRINOS SUSANO
Secretario

Dra. NANCY MERCEDES CAPACYACHI OTÁROLA
Vocal

DEDICATORIA

Dedico este trabajo a Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional.

A mi madre, por ser el pilar más importante. A mi padre, a pesar de nuestra distancia física, sé que este momento hubiera sido tan especial para ti como lo es para mí.

Juan

AGRADECIMIENTO

Agradezco a Dios por guiarme en mi camino.

A mis padres quienes son mi motor y mi mayor inspiración, que, a través de su amor, paciencia, buenos valores, ayudaron a trazar mi camino.

A mi esposa EDYTH por ser el apoyo incondicional en mi vida, que, con su amor y respaldo, me ayudó alcanzar mis objetivos.

A mis hijos JOSEPH Y VALENTINA que son la causa de mi felicidad y el motor que impulsaron mi vida hacia adelante.

Y por supuesto a mi querida Universidad y a todas las autoridades, por permitirme concluir con una más de mi vida.

RESUMEN

La presente investigación tiene por objetivo determinar el grado de relación que existe entre la personalidad de los deportistas fondistas y su relación con la ansiedad de la liga de atletismo de Puno, debido a que en la psicología deportiva este es uno de los aspectos que más influye de forma negativa en el rendimiento de los deportistas, ante las competencias y eventos deportivos, debido a que puede afectar su estado de ánimo y por ende, su rendimiento.

Se basa, en tres aspectos psicosociales relevantes, como: la influencia de la familia, los compañeros, entrenadores y personas más significativas para los deportistas y correlacionarlos con un tipo de personalidad y analizar el grado de relación que existen entre estas dos variables, considerando la existencia de distintos tipos de personalidad y ver si estas, están o no relacionadas.

Con el uso del cuestionario, plantillas de pre-arranque, el inventario de ansiedad del estado competitivo y la observación, se obtendrán los datos necesarios para identificar a los atletas que presenten ansiedad. Las pruebas nos brindan los resultados del tipo de ansiedad que sufren, ya sea somática o cognitiva, junto a los niveles que permitan identificar y analizar las causas.

La identificación de las causas de ansiedad, unidas al tipo de personalidad que presentan, ayudarán a brindar la atención psicológica necesaria a los atletas, proporcionando técnicas para enfrentar la ansiedad a lo largo de su carrera deportiva, así lograr alcanzar resultados óptimos en el aspecto deportivo, superación personal y profesional.

Palabras clave: personalidad, ansiedad factores psicológicos, competencia, deportistas.

ABSTRACT

The present research aims to determine the degree of relationship that exists between the personality of long-distance athletes and their relationship with the anxiety of the Puno athletics league, because in sports psychology this is one of the aspects that most influences negatively on the performance of athletes, before sports competitions and events, because it can affect their mood and therefore their performance.

It is based on three relevant psychosocial aspects, such as: the influence of family, colleagues, coaches and the most significant people for athletes and correlate them with a type of personality and analyze the degree of relationship that exists between these two variables, considering the existence of different types of personality and see if they are related or not.

Using the questionnaire, pre-start templates, the competitive state anxiety inventory, and observation, the data necessary to identify athletes with anxiety will be obtained. The tests provide us with the results of the type of anxiety they suffer, whether somatic or cognitive, along with the levels that allow us to identify and analyze the causes.

The identification of the causes of anxiety, together with the type of personality that it presents, will help to provide the necessary psychological attention to athletes, providing techniques to face anxiety throughout their sports career, thus achieving optimal results in the sports aspect , personal and professional improvement..

Keywords: Personality, Anxiety, psychological factors, competition, athletes

ÍNDICE DE CONTENIDOS

CARÁTULA	i
ASESOR DE TESIS.....	ii
JURADO EXAMINADOR.....	iii
DEDICATORIA	iv
AGRADECIMIENTO	v
RESUMEN	vi
ABSTRACT.....	vii
ÍNDICE DE CONTENIDOS	viii
ÍNDICE DE TABLAS.....	x
ÍNDICE DE FIGURAS	xi
INTRODUCCIÓN	xii
I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	14
1.1. Planteamiento de problema.....	14
1.2. Formulación del problema	17
1.2.1. Problema general	17
1.2.2. Problemas específicos	17
1.3. Justificación del estudio.....	17
1.4. Objetivo de la investigación	20
1.4.1. Objetivo general	20
1.4.2. Objetivos específicos	20
II. MARCO TEÓRICO	21
2.1. Antecedentes de la investigación	21
2.1.1. Antecedentes nacionales	21
2.1.2. Antecedentes Internacionales	23
2.2. Bases teóricas de las variables	26
2.2.1. Ansiedad	26
2.2.2. Personalidad	29
2.3. Definición de términos básicos	31
III. MARCO METODOLÓGICO.....	34
3.1. Hipótesis de la investigación	34

3.1.1.	Hipótesis general.....	34
3.1.2.	Hipótesis específicos.....	34
3.2.	Variables de estudio	35
3.2.1.	Definición conceptual	35
3.3.	Tipo y nivel de la investigación	36
3.4.	Diseño de la investigación	37
3.5.	Población de la investigación	38
3.5.1.	Población	38
3.5.2.	Muestra	38
3.6.	Técnicas e instrumentos de recolección de datos	39
3.6.1.	Técnicas de recolección de datos	39
3.6.2.	Instrumentos de recolección de datos.....	39
3.7.	Métodos de análisis de datos	53
3.8.	Aspectos éticos	53
IV.	RESULTADOS	55
4.1.	Validez y confiabilidad.....	55
4.2.	Análisis de ansiedad (Test de Zung)	57
4.3.	Análisis de personalidad.....	60
4.4.	Prueba de hipótesis general.....	64
4.4.1.	Hipótesis general.....	64
4.4.2.	Prueba de hipótesis específicas.....	69
V.	DISCUSIÓN.....	76
5.1.	Análisis de discusión de resultados.....	76
VI.	CONCLUSIONES	79
VII.	RECOMENDACIONES.....	81
	REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	82
	ANEXOS	85
Anexo 1.	Matriz de consistencia	86
Anexo 2.	Matriz de operacionalización de variables	87
Anexo 3.	Instrumentos	88
Anexo 4:	Validación de los instrumentos	92
Anexo 5:	Matriz de datos	100

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1.	Operacionalización de Variables	35
Tabla 2.	Clave de Respuestas Test de Zung	52
Tabla 3.	Alfa de Cronbach.....	55
Tabla 4.	Dirección del ítem de la EAA.....	55
Tabla 5.	Tabla de calificación de la EAA	56
Tabla 6.	Índice EAA - Impresión de Equivalencia Clínica.....	57
Tabla 7.	Numero de deportistas evaluados por Sexo.....	57
Tabla 8.	Índice EAA - Impresión de Equivalencia Clínica.....	58
Tabla 9.	Índice e interpretación Global original de la EAA de Zung	59
Tabla 10.	Índice e Interpretación Global original de la EAA de Zung	59
Tabla 11.	Análisis de personalidad: Dimensión Extraversión	60
Tabla 12.	Análisis de personalidad: Dimensión Neuroticismo	61
Tabla 13.	Tabla sobre el análisis de personalidad: Dimensión Psicoticismo.....	62
Tabla 14.	Tabla sobre el análisis de personalidad: Dimensión Sinceridad.....	63
Tabla 15.	Prueba de Homogeneidad de varianzas – Variable Ansiedad	65
Tabla 16.	Análisis de Varianza (ANOVA) para la Ansiedad (EAA) con los tipos de personalidad.....	65
Tabla 17.	Tabla de distribución de frecuencias para la variable ansiedad	69
Tabla 18.	Estadísticas descriptivas para el Índice de EAA (Ansiedad)	71
Tabla 19.	Prueba estadística T-Student para una muestra	71
Tabla 20.	Prueba de homogeneidad de varianzas	72
Tabla 21.	Análisis de varianza (ANOVA) para la variable personalidad.....	73

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Gráfico de personas estudiadas por Sexo.....	57
Figura 2. Gráfico sobre el EAA según la Equivalencia Clínica	58
Figura 3. Índice e interpretación global original de la EAA de Zung	60
Figura 4. Gráfico de la personalidad de Extraversión.....	61
Figura 5. Gráfico de la personalidad Neoriticistica	62
Figura 6. Grafico del tipo de personalidad Psicoticismo	63
Figura 7. Gráfico de la Interpretación sobre la dimensión Sinceridad	64
Figura 8. Resumen de la prueba de hipótesis no paramétrica paras las variables EAA (Ansiedad) vs Personalidad.....	66
Figura 9. Índice de Ansiedad (EAA) usando la equivalencia clínica	70
Figura 10. Índice de Ansiedad (EAA) usando la Interpretación Global de la EAA	70
Figura 11. Diferencias entre extraversión y la ansiedad.....	73
Figura 12. Diferencias entre neuroticismo y la ansiedad	74
Figura 13. Diferencias entre psicoticismo y la ansiedad.....	74

INTRODUCCIÓN

La ansiedad, así como la depresión, son aspectos psicológicos más registrados y estudiados en la rama de la psicología, por lo general aplicado a los estudiantes trabajadores; en este trabajo nos centraremos principalmente al estudio de la ansiedad en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo.

Esta investigación se centra en identificar los niveles de Ansiedad que influyen en los atletas, a lo largo de su carrera deportiva, conduciéndolos en algunos casos al fracaso, limitándolos alcanzar los logros planificados a lo largo de su vida deportiva.

Esta situación depende de cómo un individuo tolera las circunstancias competitivas particulares que se presenten durante el desarrollo de algún evento, ya que cada deportista o atleta es único, diferente a otro y debería ser tratado de esa manera.

Algunos investigadores en Psicología Deportiva, hace décadas iniciaron investigaciones sobre estos aspectos y áreas específicas identificando la manera de afectación al individuo. Cuba, es uno de los países pioneros en este tema, en donde, llegaron a algunas conclusiones para conocer y contrarrestar la Ansiedad de competencia. Se han encontrado, también, ciertos factores psicológicos que la producen, tales como: las experiencias negativas presentadas en eventos anteriores en el que haya participado cada deportista, los errores en la planificación del entrenamiento, la acumulación de sensaciones de perder una competencia, presión por parte del entrenador, familiares y amigos que dificultan el manejo de la Ansiedad al 100%.

Debido a los altos niveles de ansiedad que se presentan en los atletas durante una competencia, es que se pueden devenir en su derrumbamiento psicológico, al plantear los estudios de los factores psicológicos que la producen, específicamente en la práctica del deporte de la disciplina de Atletismo, con el objetivo de dar a conocer las causas principales, esta investigación es importante ya que cuando los atletas manifiestan la Ansiedad comienzan a sentirse tensos, intranquilos, temerosos e inseguros, a pesar de los años que llevan practicando el

deporte no logran afrontarlos, en algunos casos son de 5 a 6 años de tratamiento ya que en todas las disciplinas, en especial en la que se estudiará, Atletismo, se demuestran desde una corta edad para perfeccionar al individuo.

Esta investigación servirá de referencia para futuros estudios de manera profundizada, como ayuda podrán implementarse el dictado de charlas una semana antes de las competencias a cada equipo, dependiendo de su categoría de rendimiento, los talleres participativos previo los juegos, tanto para los deportistas como para los entrenadores en general y con una atención psicológica personalizada, se logrará la confianza del individuo. La institución está presta a brindar, ampliamente, los instrumentos y herramientas necesarias para esas investigaciones, un espacio físico para la intervención psicológica a los Atletas y las personas de su entorno, además el acceso a las competencias que se efectúan en las sedes o ciudades del país, dependiendo de cada categoría y de acuerdo a lo planificado por la Federación Deportiva Peruana de Atletismo, con esto se beneficiarán los directivos, entrenadores, metodólogos, padres de familia y sobre todo los deportistas Juveniles de Atletismo logrando obtener resultados óptimos, como lo es ganar medallas de oro, plata y bronce, representando a la Provincia de Puno, de las ligas de atletismo, liga de atletismo Puno y Platería la que aspira lograr ser la primera del país. En términos muy generales, estando la ansiedad caracterizada por el nerviosismo, miedos o temores, presentimientos negativos, además de diversos signos físicos tales como sudoración o aumento de la tasa cardiaca, entre otros indicadores de la activación simpática, se trata de una respuesta emocional habitualmente originada por el temor de que ocurra algo no deseado, peligroso o perjudicial para el sujeto.

I. PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN

1.1. Planteamiento de problema

El atletismo es un deporte que contempla diferentes disciplinas, carreras, saltos y lanzamientos, que a su vez se subdividen en carreras de velocidad, medio fondo, fondo; carreras con vallas; saltos horizontales y verticales, y lanzamientos cortos y largos.

Para la obtención de un rendimiento óptimo en cada una de las pruebas que componen el programa atlético, además de los componentes fisiológicos, técnicos y tácticos característicos de las mismas, cada vez más se da una mayor importancia al entrenamiento psicológico y al trabajo de técnicas de control de la ansiedad y reducción del estrés.

Las pruebas de fondo y medio fondo son aquellas pruebas que se realizan en la pista atlética, y estas consisten en pruebas de 800 m, 1500 m y de 3000 m; en este tipo de pruebas requiere que los atletas realicen una serie de esfuerzos tanto en resistencia y velocidad. La carrera de fondo implica una de las pruebas más duras entre las carreras. Se concretan en largos trayectos, más de 3000 metros, y tiene características y necesidades muy similares a la carrera de media distancia, pero extendidas, ya que los atletas deben de sobrellevar la fatiga y el dolor que estas largas y duras distancias ocasionan. Considerando de esta manera, que los atletas requieren una preparación tanto física como mental, y de ellas depende su rendimiento.

La ansiedad es probablemente la emoción universal más común y se presenta a lo largo de toda la vida del individuo (Miguel-Tobal, 1996). Y por personalidad entendemos al conjunto de rasgos y cualidades que configuran la manera de ser de una persona y la diferencian de las demás. La personalidad es un tema bastante amplio y complejo, sin embargo, sus definiciones varían según el enfoque del autor.

La ansiedad dentro del deporte es uno de los temas que más preocupan a los deportistas y entrenadores, ya que la competición deportiva es potencialmente generadora de ansiedad y la referencia a la misma asociada al ámbito de la

competición deportiva siempre se asocia a la influencia negativa que la misma puede tener sobre el rendimiento deportivo. En los últimos años el estudio de la ansiedad se ha adquirido una importancia muy relevante, ya que afecta al conjunto de comportamientos cognitivos, fisiológicos y motores. (Rost y Schermer, 1989).

Existen numerosas investigaciones que centran sus estudios en los diferentes efectos que provoca la ansiedad sobre el rendimiento deportivo. Sin embargo, en la literatura no se encuentran estudios en los que se contemplan como sujetos de estudio, atletas que participan en competiciones de máximo nivel internacional.

Debido a estas pruebas tan rigurosas, a las que se someten estos atletas, el nivel o grado de ansiedad crece o es lo que se percibe, más aún cuando una competencia está muy cerca, y la preparación exige un alto nivel de concentración y de preparación tanto en el cuerpo como en la mente, la ansiedad es uno de los factores que consideramos que es la que afecta más a estos deportistas, y de ahí nace nuestra interrogante.

El tipo de personalidad creemos que también es un factor que afecta, así como su autoestima, para lo que se debe trabajar con especialistas, Coach y terapeutas, que le ayuden a superar estos obstáculos, que muchas ocasiones se originan en la mente de la persona.

Tal como lo explica Guillamón (2019) “La personalidad es el patrón de pensamientos, sentimientos y conductas que presenta una persona y que persiste a lo largo de toda su vida a través de diferentes situaciones” este patrón de pensamientos en la actualidad lo estudia la PNL, que busca una reprogramación cerebral, pero está claro y demostrado que los pensamientos y las percepciones de las personas tiene un poder impresionante en la forma en la que nuestro cuerpo reacciona. Los rasgos son los atributos o características de la personalidad, dentro de los más conocidos tenemos: extroversión o afecto positivo, neuroticismo o afecto negativo, y psicoticismo, perfeccionismo, etc.

Se considera que la personalidad se modera con el paso del tiempo a partir de las experiencias vividas, sin embargo, varias características de la personalidad aparecen o son evidentes en los primeros años de vida de la persona, a la que

podemos llamar innata de la personalidad y se llama temperamento. Tal como lo expresa Guillaón (2019) “Nuestra conducta viene determinada por la interacción entre factores biológicos, factores ambientales y nuestra personalidad” ósea, es la forma en como nos comportamos, además de influir en la aparición de problemas psicológicos. Otros estudios precisan que el neuroticismo está muy relacionado con los trastornos emocionales. Se ha verificado que un buen número de individuos que sufren una depresión, poseen niveles elevados de neuroticismo, y se piensa que tener este rasgo de personalidad podría predisponer a estas personas a presentar este tipo de problemas psicológicos.

La relación entre las características de personalidad y la ansiedad ha sido muy estudiada, en concreto podemos mencionar 2:

- **Rasgos de personalidad y trastornos de ansiedad:** se ha analizado la relación más o menos específica entre determinadas características de personalidad y diferentes trastornos de ansiedad, considerando que estos rasgos podrían predisponer a los individuos que los tienen en niveles elevados a padecer esos trastornos.
- **Trastornos de ansiedad y Trastornos de personalidad:** se ha estudiado la relación más o menos específica entre los trastornos de ansiedad y los trastornos de personalidad, considerando en algunos casos a los primeros como predisponentes de los segundos.

La ansiedad rasgo es una característica de personalidad relativamente estable, y esta se refiere a la propensión del individuo a reaccionar de forma ansiosa, en otras palabras, tiene la disposición el individuo de percibir situaciones como peligrosas o amenazantes y a la tendencia a responder ante estas situaciones con ansiedad. Las personas más ansiosas tienen un evidente rasgo de ansiedad, por lo que tienden a distinguir un gran número de situaciones como peligrosas o amenazantes, y a responder a estas situaciones amenazantes con estados de ansiedad de gran intensidad.

En base a estas premisas, es que nos planteamos la siguiente interrogante.

1.2. Formulación del problema

1.2.1. Problema general

PG ¿La ansiedad en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo, está relacionada con la personalidad de los deportistas en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte?

1.2.2. Problemas específicos

PE 1 ¿Cuál es el grado de ansiedad en los deportistas de atletismo disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte?

PE 2 ¿Qué tipo de personalidad es la que más predomina en los deportistas de atletismo disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte y su relación con la dimensión de ansiedad fisiológica?

PE 3 ¿Qué tipo de personalidad es la que más predomina en los deportistas de atletismo disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte y su relación con la dimensión de ansiedad emocional y como le afecta?

1.3. Justificación del estudio

De los trabajos de investigación disponibles hasta el momento, no se han hallado estudios que abarquen la relación que existe entre los factores de personalidad y la ansiedad en los deportistas de la disciplina de Atletismo de fondo y medio fondo de la federación de la liga de Puno. Asimismo, tampoco se ha realizado dentro de la liga ninguna investigación similar, los datos actuales de los deportistas que padecen o han padecido de ansiedad son brindados por los mismos atletas que acuden a la liga de atletismo de Puno.

Existe también la posibilidad de que se cuente con un mayor número de deportistas con síntomas de ansiedad, ya que no todas las personas con algún tipo de depresión poseen la iniciativa para solicitar ayuda debido al miedo al estigma social, la no disposición a reconocer su condición abatida y desesperanzada ante

los demás, el temor al rechazo y/o a las burlas, entre otros (Gerrig y Zimbardo, 2005).

Para mencionar algunos casos de deportistas destacados como Wilma Arizapana, es la atleta peruana nacida en Puno que anhela hacer historia en el Mundial de Atletismo de Londres y para ello, apela a su experiencia olímpica y en la exhausta preparación que realizó en las alturas con el objetivo de ubicarse entre las mejores de la maratón. Pasaron cuatro meses de la Maratón de Daegu (Corea del Sur) donde Wilma Arizapana marcó el tiempo de 2:30.45 que la acreditó para representar al Perú en el Mundial de Londres 2017. Junto a su esposo y entrenador Miguel Mamani, comenzaron un plan de entrenamiento incesante entre Puno y Arequipa que le dé la mejor preparación para intentar hacer historia en el Mundial de Atletismo. “Estoy emocionada de estar nuevamente a Londres y representar al Perú en el mundial, yo ya he estado en los Juegos Olímpicos, pero creo que este mundial va ser especial”, expresó la deportista nacional.

El trabajo de entrenamiento es muy fuerte y desde muy tempranas horas de la mañana, “Creo que debo salir con todo en la competencia y estar con el grupo de élite y buscar la mejor marca”, expresó la fondista puneña.

Wilma Arizapana no será la única peruana en la prueba de maratón femenino (42 Km 195 m), ya que tendrá como compañera y contrincante a la vez a Inés Melchor, quien parte como una de las favoritas.

Santa Inés Melchor Huiza (Acobambilla), es una fondista peruana. Melchor posee el récord sudamericano en la maratón con un tiempo de 2:26:48. Además del récord, Melchor es multicampeona sudamericana y panamericana de atletismo. Fue elegida como la mejor atleta peruana el año 2003. Actualmente tiene 33 años. (*Inés Melchor - Wikipedia, La Enciclopedia Libre, 2019*). Esta deportista consiguió dos medallas de oro en de oro en el Campeonato Sudamericano de Atletismo desarrollado en Lima. El 12 de abril de 2015 Inés participó en la Maratón de Santiago y se llevó y primer lugar de la competencia batiendo un nuevo récord en la competencia. Medalla de plata en la maratón de Miami 2018 (Estados Unidos), medalla de oro en los juegos sudamericanos 2018 en Cochabamba Bolivia.

Aunque existen muchos éxitos para estos deportistas, sin embargo, el nivel de estrés, ansiedad y presión que sienten estos en muchos casos son muy evidentes, debido a las cantidad de horas de entrenamiento diarios, a las rutinas de trabajo, alimentación, horas de sueño y pensamientos que en muchos casos, el deseo de superarse a sí mismos, de batir sus propios records o tiempos, está claramente influenciado por un pensamiento ganador, y al mismo tiempo el grado de ansiedad al estar tan cerca de las competiciones, está mucho más latente y a flor de piel.

Mediante este trabajo se pretende investigar si la personalidad también influye o no en su nivel emocional o de desempeño, tratando de investigar cual es el perfil más común entre estos deportistas, y si este tiene o no relación con el nivel de ansiedad, especialmente cuando se acerca una fecha para competiciones. Es frecuente encontrar deportistas que se sienten ansiosos. Estos se pueden identificar mediante los siguientes síntomas: baja su nivel de rendimiento, aumenta la preocupación entre otras. Esto se produce a menudo por la interacción entre deportistas, la incertidumbre que esta genera por una competición, así como las características personales como la autoestima. También es posible notar que la frecuencia cardiaca y la respiración aumentan, la tensión muscular y la capacidad de respuesta también aumenta debido a la segregación de adrenalina. Hay pruebas que requieren de táctica y más preparación, y al llegar el momento de la carrera, es posible sentirse inseguro y nervioso, y pueda hacer que el rendimiento no sea el esperado o el deseado.

A futuro, los resultados de esta investigación serán de utilidad para las siguientes promociones de atletas, de modo que el profesional psicólogo administre a los deportistas la misma prueba de personalidad utilizada en este estudio (NEO-FFI) para poder reconocer en los atletas de fondo y medio fondo, la presencia de los factores de personalidad que puedan facilitar la aparición de ansiedad y, por ende, un bajo rendimiento o desempeño en sus pruebas. Teniendo esta información, se podrán realizar las actividades preventivas pertinentes y, en el caso que la ansiedad ya esté presente, abordarla y romper su mantenimiento, pues no intervenir precozmente ante la misma conlleva riesgos.

1.4. Objetivo de la investigación

1.4.1. Objetivo general

OG Determinar el grado de ansiedad y su relación con la personalidad en los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte

1.4.2. Objetivos específicos

OE 1 Determinar el grado de ansiedad que más afecta a los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte

OE 2 Determinar el tipo de personalidad que más predomina en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte y su relación con la dimensión de ansiedad fisiológica

II. MARCO TEÓRICO

2.1. Antecedentes de la investigación

2.1.1. Antecedentes nacionales

Núñez Lozano (2019), en su Tesis "*Personalidad, inteligencia verbal e inteligencia emocional como factores predictores de resiliencia educativa*", en resumen indica que la resiliencia se define como la capacidad para superar y salir fortalecido de las adversidades. Es el resultado de un equilibrio entre factores de riesgo y factores protectores, externos e internos. Los externos se refieren a condiciones del medio y los internos hacen referencia a las cualidades intrínsecas del sujeto. El objetivo principal fue analizar la capacidad explicativa y predictiva de diversas variables psicológicas internas sobre la resiliencia educativa, que pudieran actuar como factores de protección en futuros programas de intervención. La muestra comprendió 164 adolescentes de 2º y 3º de Educación Secundaria de 2 Institutos públicos de zonas suburbanas de Jerez de la Fra. (Cádiz) Se administraron las siguientes pruebas: la Escala de Resiliencia para Escolares (ERE), el test Mayer Salovey Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT), el cuestionario Emotional Skills and Competence Questionnaire (ESCQ), el cuestionario Cognitive Emotion Regulation Questionnaire (CERQ), el cuestionario The High School Personality Questionnaire (HSPQ), la escala Positive and Negative Affect Schedule (PANA-N) y el test Inteligencia General y Factorial (IGF). Los resultados mostraron que la percepción y comprensión emocional, la capacidad cognitiva de regulación de las emociones, el balance positivo de los estados afectivos y la estrategia de afrontamiento cognitivo basada en la aceptación, explican y predicen los niveles de resiliencia; tanto valorada de forma global, como atendiendo a cada una de sus dimensiones. Por otra parte, si bien la Inteligencia Verbal no ejerce un efecto directo sobre la resiliencia, si que lo hace tanto sobre ella como sobre cada una de sus dimensiones de forma indirecta, por la influencia que ejerce sobre la capacidad cognitiva de regulación de las emociones. Finalmente, los análisis de control mostraron la influencia de la variable género en las dimensiones de la resiliencia aprendizaje-generatividad y recursos externos, obteniendo las mujeres niveles más altos en ambas.

Peralta Ayala y Moya Silva (2017) indica que se realizó un estudio de tipo transversal, descriptivo, analítico y cuantitativo, según la edad, género, usando el test de Maslach y Jackson (1981), que se llevaron a cabo mediante el MBI – Human Services Survey, al personal de salud. El instrumento utilizado fue la versión clásica del MBI, la cual consta de 22 ítems distribuidos en 3 escalas para evaluar la Baja realización personal 8 ítems, agotamiento emocional 9 ítems, despersonalización 5 ítems. Los resultados obtenidos fueron tabulados por el paquete estadístico SPSS versión 20, aplicando el test estadístico de Chi-cuadrado de Pearson, donde no se encontraron diferencias significativas con la variable de estudio género; se demostró un alto nivel en la variable edades con intervalo de 20 a 25 años (15,7%), se encontraron niveles altos de cansancio emocional por el estado civil en la unión libre 50%, se tiene una mayor proporción que si tienen cargas familiares (21,9%) y nivel bajo se tiene en la variable que no tienen trabajo (18,8%). En las conclusiones explica que quedan pocos estudios del Burnout aplicado a los estudiantes de la Facultad de Odontología de la Universidad Central del Ecuador y no se define diferencias el síndrome en este tipo de estudiantes con respecto a los grupos estudiados.

Arana y Caritimari (2017), en su tesis *“Personalidad e Inteligencia Emocional en los estudiantes del nivel Primaria de la Institución Educativa Adventista José de San Martín de Tarapoto, 2016”* concluye que de acuerdo a los datos y resultados presentados en esta investigación sobre la personalidad e inteligencia emocional en los estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa adventista José de San Martín, se arriba a las siguientes conclusiones: Respecto a nuestro objetivo general, se encuentra que la personalidad no se asocia con la inteligencia emocional en los estudiantes del nivel primario de la Institución Educativa Adventista José de San Martín; Respecto a nuestro primer objetivo específico, se encontró que la dimensión de Extroversión no se asocia ($p=0.079$) con la inteligencia emocional en los alumnos de la Institución Educativa adventista José de San Martín Respecto a nuestro segundo objetivo específico, se encontró que la dimensión de Neuroticismo no se asocia ($p =0.079$) con la inteligencia emocional en los alumnos de la Institución Educativa adventista José de San Martín.

Torres, Valenzuela et al. (2017), en su artículo de investigación "*Rasgos de personalidad en alumnos de reciente ingreso a la carrera de medicina*" La personalidad se refiere a características dinámicas de la persona que son un patrón de sentimientos, emociones y pensamientos ligados al comportamiento a lo largo del tiempo frente a situaciones diversas, dando independencia y diferencia al individuo, marcando una identidad y por ende distinguirlo de los demás. Conocer los rasgos de personalidad en alumnos de medicina permitirá planear acciones pedagógicas que favorezcan la formación de un mejor médico, este concluye que el perfil resumido de los alumnos de medicina es que son conservadores, ingenuos, tensos, despreocupados y sensibles, mientras que son muy poco escrupulosos, imaginativos, realistas y experimentadores; estos puntos en especial son oportunidades de generar estrategias educativas que favorezcan su desarrollo.

Pereyra Espichan (2015) en su tesis titulada "*Rasgos de personalidad y características socio - demográficas y laborales relacionadas con el síndrome de Burnout en personal médico de la Microred Barranco - Chorrillos - Surco, Enero 2015*" explica que el fin fue investigar la relación que existiría entre los factores rasgos de ansiedad y características socio-demográficas y laborales, y el desarrollo del Síndrome de Burnout. La metodología usada para la investigación fue analítico observacional tipo transversal, no probabilístico por Conveniencia. Se usaron tres cuestionarios: uno de datos sociodemográficos y laborales, el Maslach Burnout Inventory (MBI) y el Test de ansiedad 16PF de Cattell. La muestra fue de 96 médicos. Se encontró que el 66,6% de la población contestó las encuestas. Presentaron puntuaciones elevadas en las tres dimensiones del Síndrome de Burnout: agotamiento emocional el 51,6%, despersonalización el 51,6% y respecto a la falta de realización personal se obtuvo que 40,6% tenía nivel alto. No se encontró asociación estadísticamente significativa entre cada dimensión del síndrome de Burnout con las características socio-demográficas y laborales (p.IX)

2.1.2. Antecedentes Internacionales

Calle (2018), en su tesis "*Rasgos de la personalidad y comportamiento en adultos de los presuntos agresores evaluados en el Instituto de Criminología, Universidad Central del Ecuador, enero – diciembre 2015, en relación al delito*" concluye que en nuestro estudio aceptamos la hipótesis alternativa es decir que "Si

existe relación entre los rasgos de la personalidad y comportamiento de los presuntos agresores evaluados en el Instituto de Criminología, Universidad Central del Ecuador de enero a diciembre de 2015 y el delito que se les imputa”(Chi = 172.2 p = 0,016), corroborado con la prueba exacta de Fisher (p = 0,000), sin embargo, esta asociación es baja (V de Cramer = 0,225). Los rasgos de personalidad predominantes fueron el de dependencia con el 28.4%, seguido del rasgo narcisista 15.3% y en tercer lugar el rasgo límite 11.6%. Los 3 delitos más prevalentes en el Instituto de Criminología son, el delito contra la integridad sexual y reproductiva 39.2%, seguido del delito de violencia contra la mujer o miembros del núcleo familiar 36.6% y en tercer lugar el delito contra la inviolabilidad de la vida 11.9%.

Lopez et al. (2018) en su artículo titulado “*Estilos de afrontamiento al estrés, niveles de ansiedad y depresión en pacientes oncohematológicos , en proceso de trasplante autólogo CO - PS - 05*” explica que se ha realizando un análisis de correlaciones entre las puntuaciones de las escalas de afrontamiento, de personalidad y de ansiedad y depresión. También se ha realizado un análisis de conglomerados la que nos presenta tres patrones empíricos de respuesta. El primero nos muestra un carácter acondicionado a la enfermedad, con la preponderancia de estrategias de afrontamiento positivas, bajos niveles de ansiedad y depresión. El segundo, por el contrario, se determina por el uso de estrategias de afrontamiento negativo, elevados niveles de ansiedad y depresión. El último se encuentra en una posición intermedia donde los componentes de resistencia se basa en las estrategias positivas como negativas, y conservan elevados niveles de ansiedad y depresión.

Cáceres (2017), en su tesis “*Relación entre factores de personalidad y depresión con el rendimiento académico en estudiantes de una facultad en una universidad privada de lima metropolitana*” concluye que Los estudiantes emocionalmente estables presentan un rendimiento académico satisfactorio, mientras que los estudiantes emocionalmente inestables presentan un rendimiento académico bajo. La extraversión (sociabilidad) en los estudiantes se ve acompañada de un rendimiento académico menor al de los estudiantes introvertidos, quienes presentar un rendimiento académico satisfactorio. Los estudiantes que sienten curiosidad hacia el mundo presentan un menor rendimiento

académico en comparación de los estudiantes que son más convencionales. Los estudiantes que poseen rasgos de compasividad y tolerancia (amabilidad) presentan un mayor rendimiento académico en comparación a los estudiantes que se presentan como personas menos compasivas y menos tolerantes. La responsabilidad en los estudiantes, es decir, el ser aplicados, trabajadores y organizados, genera un rendimiento académico satisfactorio, en comparación con los alumnos irresponsables (se muestran como perezosos, desorganizados, sin objetivos y poco perseverantes), quienes presentan un rendimiento académico menor.

Castro & Zurita (2019), en su trabajo denominado *Estudio descriptivo de los niveles de ansiedad en deportistas según modalidad practicada*, esta concluye que con respecto a los niveles de ansiedad de la muestra analizada es necesario indicar que cuando se realizó la recogida de datos los deportistas no se encontraban en situación de competición, por lo que los datos referentes a los niveles de ansiedad-estado no se asocian a momentos competitivos. Por lo tanto, los niveles de ansiedad-estado se relacionan de forma directa a la ansiedad-estado, evidenciándose de forma principal en su dimensión somática. La relación existente entre los niveles de ansiedad-estado y ansiedad-rasgo se explica por la no existencia de situaciones estresantes que el deportista pueda interpretar como amenazantes. Aunque los datos sean contrarios entre las diferentes investigaciones realizadas y por lo tanto no puedan ser concluyentes, debido a la diversidad de instrumentos utilizados en el contexto deportivo para el registro de los niveles de ansiedad. El sexo como factor individual puede servir como predictor de una mayor ansiedad, por la facilidad que tiene este sexo al expresar sentimientos desagradables con una menor presión social, mientras que, en el caso de los hombres, hasta hace poco la exteriorización de los sentimientos ha sido repudiada socialmente (p. 246).

Sánchez, López & Moral (2017), en su trabajo titulado *Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas* concluye que los resultados expuestos anteriormente responden al objetivo de la investigación y ponen de manifiesto la importancia de estos parámetros psicológicos en el futbolista de rendimiento. En una investigación

con 49 futbolistas bolivianos pertenecientes a tres equipos profesionales, tras la aplicación del CPRD, especifican qué variables psicológicas influyen más en el rendimiento deportivo de los jugadores en función de sus demarcaciones particulares. Los autores destacan el control del estrés como segunda variable con mayor incidencia en los porteros y defensas, y como predominante en los delanteros. En nuestro estudio, los porteros y delanteros son los que destacan en puntuaciones más altas en la variable control del estrés. La utilización del CPRD en el ámbito deportivo es internacionalmente aplicada hasta nuestros días y múltiples estudios confirman su eficacia aportando datos significativos a la comunidad científica (p. 5).

2.2. Bases teóricas de las variables

2.2.1. Ansiedad

Según Ceballos Montalvo (2017) explica que en el discurso de la psicoterapia la ansiedad ha ocupado un lugar significativo como objeto de estudio. La teoría de la terapia **Gestalt** coexisten varias aproximaciones al concepto de ansiedad. “Los dos enfoques principales son: (a) el que trata a la ansiedad y su relación con la excitación y (b) el que ve a la ansiedad relacionada con el tiempo (Brito, 2007). Una perspectiva adicional es la desarrollada por L. Perls (1992/1994) en la que vincula a la ansiedad con la pérdida de apoyo.” Tal como lo explica Ceballos (2017) el organismo produce excitación en contextos que demandan de una cantidad extraordinaria de actividad para hacer frente a ésta; sin embargo, cuando la excitación se desvía de su objetivo real, la actividad motora se desintegra y se emplea para activar los músculos que inhiben la acción motora, no obstante, queda suficiente excitación para causar diferentes tipos de movimientos no coordinados como la agitación de los brazos, caminar de un lado a otro, etc. Debido a este exceso de excitación, el equilibrio orgánico no puede restaurarse y al bloquearse la descarga de la excitación el organismo queda inquieto.

El Diccionario de la lengua española RAE (2014) indica define la ansiedad como “Angustia que suele acompañar a muchas enfermedades, en particular a ciertas neurosis, y que no permite sosiego a los enfermos” y según la (Organización Mundial de la Salud, 2017) la ansiedad junto con la depresión son problemas

comunes dentro de la salud mental de las personas y “afectan a la capacidad de trabajo y la productividad”, según la OMS más de 300 millones de personas en el mundo sufren depresión que es “un trastorno que es la principal causa de discapacidad, y más de 260 millones tienen trastornos de ansiedad”

La ansiedad es un estado emocional determinado por sentimientos de temor, tensión y sufrimiento ante un peligro real o imaginario que se supone va a suceder. Puede tratarse de instantes puntuales de los que, de algún modo, hemos logrado salir, o es viable que la ansiedad perdure y llegue a someter de tal forma que nos impida llevar una vida normal.

2.2.1.1. Dimensiones de la variable 1:

A) Cognitivo

La presencia de síntomas cognitivos engloba una serie de alteraciones en la forma de percibir y razonar la realidad. La ansiedad puede manifestarse por diferentes signos, pero el factor cognitivo es siempre un aspecto primordial para su evaluación. Esta forma distorsionada de interpretación es la que provocaría una ansiedad excesiva. Nuestros pensamientos influyen en la forma de sentir las emociones. Si nuestros razonamientos son erróneos y no podemos identificarlos como engañosos, pueden provocar alteraciones en la forma de interpretar la información que percibimos. En la mayoría de los casos, el sujeto no es consciente de que está interpretando de forma perjudicial, y estos razonamientos contribuyen a aumentar la sintomatología ansiosa. Se produce un mecanismo de retroalimentación entre ellos (Castro-Sánchez et al., 2020)

B) Fisiológico

Según Neqabi y Bahadori (2012) la ansiedad es una respuesta fisiológica que aparece cuando el aire necesario para respirar con normalidad ante una situación en concreto, no llega de una manera óptima a los pulmones. Vemos la ansiedad como una respuesta psico-físico-emocional que se produce en la relación, la ansiedad: “es [...] algo que sucede cuando entramos en relación. Ya sea esta relación entre nosotros y el otro (yo y mi pareja, yo y mi trabajo, yo y un examen, etc.) o la relación entre diferentes partes de nosotros mismos (mis ganas de salir

de fiesta y mi dolor de estómago, mi sensación de debilidad y mi orgullo, mi parte pacificadora y mi parte enfadada, etc. “. Y en esta relación podemos hacer aparecer bloqueos o interrupciones, producidas mecánicamente mayoritariamente a través de la respiración, que nos permitan cortar esta relación si sentimos que será más beneficioso para nosotros separarnos que no mantener el contacto.

C) Comportamentales

Tal como lo explica Benedito & Botella (1992) el componente comportamental hace referencia a la capacidad de la ansiedad para desorganizar la conducta de una persona provocando evitación, escape o disminuyendo el grado de eficacia. De acuerdo con el modelo de Barlow sobre la ansiedad, su tratamiento integra tres tipos de estrategias: exposición, relajación y cognitiva, que permita al paciente afrontar respectivamente el componente comportamental de la ansiedad, el fisiológico y el cognitivo.

D) Emocionales

Por su parte Cano (2012) En general, el desarrollo de consecuencias emocionales negativas como resulta de la comunicación de malas noticias sigue un proceso en el que a lo largo del tiempo se van sucediendo pruebas y resultados. A corto plazo, se incrementa la ansiedad de manera importante en casi un 50% de las pacientes que tienen que repetir una prueba. Si las nuevas pruebas arrojan resultados negativos, se produce una disminución estadísticamente significativa del nivel de ansiedad; mientras que si hay resultados positivos, o continúan las pruebas, se mantienen los niveles altos de ansiedad.

La ansiedad está relacionada con los pensamientos de anticipación de un posible resultado de diagnóstico y se ve aliviada por la reducción del tiempo de incertidumbre, así como por estrategias de afrontamiento cognitivo de evitación.

2.2.1.2. Indicadores:

- **Cognitivo:** pensamientos persistentes, sensación de fallar, Vergüenza.
- **Fisiológico:** palpitaciones, náuseas, contracturas, sudoración.
- **Comportamentales:** Onicofagia, Morderse los labios, Sonarse nudillos, Inquietud motora.

- **Emocionales:** angustia, miedos, aprensión, irritabilidad.

2.2.1.3. Tipos de ansiedad

Se puede decir, por tanto, que existen varios tipos de problemas de ansiedad dentro de los cuales están incluidos, entre otros, los siguientes trastornos:

- **Trastorno de ansiedad generalizada**, cuya particularidad esencial es una ansiedad constante, que no está restringida ni predomina en ningún acontecimiento ambiental. Lo más habitual en el individuo son quejas de sentirse constantemente nervioso, irritable, con sudoración, respiración acelerada, temblor, dificultad para relajarse, intranquilidad, anticipación de desgracias para uno o para los demás, preocupación excesiva por el futuro, descenso en las habilidades sociales, no saber qué decir ante ciertas personas, inseguridad, presentimientos, etc.
- **Trastorno de ansiedad con agorafobia**, se trata, de un miedo exagerado a hallarse en lugares de los que podría ser dificultoso de escapar en una situación de emergencia.
- **Neurosis obsesivo-compulsiva**, que son esas ideas o inclinaciones que entran una y otra vez en la mente del individuo, de forma estereotipada.
- **Trastornos de ansiedad fóbica**, que surgen ante ciertas circunstancias bien definidas o frente a objetos que no son en sí mismos peligrosos, por ejemplo, ante algunos animales, miedo a morir, a volverse loco, a enfermedades, miedo a situaciones sociales, a hablar en público, a exámenes orales, etc.

2.2.2. Personalidad

El Diccionario de la lengua española - RAE (2014b) define la personalidad como “Diferencia individual que constituye a cada persona y la distingue de otra”, también lo define como un “Conjunto de características o cualidades originales que destacan en algunas personas”. Etimológicamente, la palabra “personalidad” deriva del término griego “prósopon” (máscara o cara) y su significado está relacionado a las máscaras que eran usadas por los actores en la antigua Grecia en sus obras de teatro (Magallón-Neri, 2012). Hoy en día se utilizan muchos conceptos relacionados

con la personalidad, por lo que será necesario definir cada uno de ellos. De acuerdo con Magallón-Neri, Canalda y De la Fuente (2014), estos conceptos son: temperamento, carácter y rasgos.

2.2.2.1. Trastornos de personalidad

La personalidad patológica de un individuo se define como un conjunto de rasgos de carácter relativamente estables en el tiempo, que lo conducen a fracasar en la obtención de sus objetivos y provocan sufrimiento en su entorno. La prevalencia de los trastornos de la personalidad está estimada en alrededor del 6 al 10 % de la población general.(Gluck-Vanlaer, 2000).

2.2.2.2. Teorías de la ansiedad de Eysenck

Eysenck (1985) explica la diferencia entre los distintos tipos de personalidad, como los extrovertidos experimentan menos o menos ansiedad debido a una respuesta negativa. Las personas muy extrovertidas tienen una actitud muy optimista ante la vida. El neuroticismo es el estado de ser neurótico. Las personas neuróticas tienden a ser anormalmente sensibles y emocionalmente inestables. El rasgo de la personalidad de la bondad se manifiesta en las características de comportamiento del individuo que se supone que son afectuosas, compasivas, serviciales, sinceras y comprensivas. La escrupulosidad se puede definir como el deseo de hacer bien y de forma organizada el trabajo o el deber de uno. El elemento de apertura de la personalidad diferencia a las personas ingeniosas e ingeniosas de las personas normales. Asimismo, Eysenck nos dice que no solo intentó mostrar la conducta en tipologías básicas, más bien busco poder comprender los factores que causan o que se encuentran posteriores a la conducta. Estas investigaciones se efectuaron mediante una creencia y búsqueda de las dimensiones de la ansiedad; los 2 rasgos de un orden por encima que considera como experiencia externa de la ansiedad que se hallan en Introversión - Extroversión y Emocionalidad - Estabilidad (Neuroticismo). Continuando con la investigación realizada, Eysenck, investigo una 3era dimensión denominándola Psicoticismo (p. 417)

Eysenck nos presenta los 3 elementos fundamentales en donde pueden agruparse, los cuales fueron:

- El Psicoticismo, se relaciona con la dopamina y serotonina.
- El Neuroticismo, se debe al sistema límbico
- La Extraversión/Introversión, se debe a la activación del SARA

2.2.2.3. Enfoque de la ansiedad

(Camuñas et al., 2019) La ansiedad, considerada como una respuesta emocional paradigmática, ha facilitado la investigación básica y aplicada en el campo de las emociones en general. Los avances en el estudio de la ansiedad han permitido el desarrollo de técnicas concretas aplicadas prácticamente a la totalidad de los ámbitos o ramas de la psicología actual (clínica, educativa, industrial, deportiva, etc.). Los trabajos realizados en torno a la relación y diferenciación entre la ansiedad y la tristeza o la depresión se centran en la afectividad o en las cogniciones que caracterizan estas emociones.

2.3. Definición de términos básicos

Ansiedad: Según Reyes Marrero y de Portugal Fernández del Rivero, (2019) la ansiedad es una respuesta adaptativa frecuente, de cara a escenarios que se observan como amenazantes, que tan solo se considera un trastorno cuando sobrepasan los criterios clínicos de intensidad, frecuencia y deterioro de las actividades del paciente. Dentro de los trastornos de ansiedad encontramos el trastorno de pánico, la agorafobia y el trastorno de ansiedad generalizada. Estos mismos riesgos son los que circunscriben el uso de las benzodiazepinas, que si bien se utilizan frecuentemente y son útiles para el control agudo de la ansiedad, no están indicadas para el manejo de la ansiedad a largo plazo.

Por otra parte Herrera (2009) define a la ansiedad como una emoción universal que se presenta cuando nos enfrentamos a situaciones que apreciamos como amenazantes (fuentes externas) o cuando existen conflictos intrapsíquicos no resueltos (fuentes internas). Los trastornos de ansiedad superan ese estado fisiológico y se convierten en expresiones que tienen una intensidad y frecuencia que no corresponden a un estado de alerta fisiológico, por lo que consideramos que esta condición puede afectar a los deportistas más de lo que podamos imaginar, afectándolos en la parte fisiológica y creemos también que los afecta en la parte física y emocional.

Personalidad: Pervin (1998) citado de Cervone y Pervín (2009) como personalidad:

La organización de cogniciones, emociones y conductas que da orientaciones y pautas a la vida de una persona. Como el cuerpo, la personalidad está integrada tanto por estructuras como por procesos y refleja tanto la naturaleza (genes) como la experiencia (aprendizaje). Además, la personalidad engloba los efectos del pasado, incluyendo los recuerdos, así como las construcciones del presente y anticipaciones (expectativas) del futuro (p. 44).

Dentro de la psicología de la personalidad, existen tres requerimientos clave para la observación científica. Primero, se debe de estudiar un amplio y diverso grupo de personas. Las personas pueden ser diferentes de un ambiente social o cultural a otro, los psicólogos deben estar conscientes de estos cambios. Segundo, se deben de asegurar que las observaciones de los individuos sean objetivas. Los psicólogos deben eliminar de sus observaciones científicas cualquier prejuicio o estereotipo acerca de la gente. Deben también describir sus métodos de investigación detalladamente, con el fin de que cualquiera pueda repetir la investigación para verificar la confiabilidad de sus resultados. Tercero, los psicólogos usan herramientas especializadas para arrojar luz sobre procesos específicos de pensamiento, las reacciones emocionales y los sistemas biológicos; los cuales contribuyen al funcionamiento de la personalidad.

Estructura. En la teoría de la personalidad, el concepto se refiere a los aspectos más perdurables y estables de la personalidad.

Jerarquía. Una relación entre entidades en las que una de ellas es un ejemplo para, o cumple la función de la otra. En cualquier teoría de la personalidad dada, las diferentes variables suelen estar relacionadas de manera jerárquica.

Proceso. En la teoría de la personalidad, el concepto se refiere a los aspectos motivacionales de la personalidad.

Rasgo. Una característica psicológica perdurable en un individuo; o un tipo de constructo psicológico (un “constructo de rasgo”) que se refiere a tales características.

Sistema. Un conjunto de partes altamente interconectadas que funcionan juntas; en el estudio de la personalidad, los distintos mecanismos psicológicos pueden funcionar juntos, como un sistema que produce los fenómenos psicológicos de la personalidad.

Temperamento. Tendencias emocionales y conductuales causadas biológicamente, que se hacen evidentes en la infancia temprana.

Tipo. Una amalgama de rasgos de la personalidad que pueden constituir una categoría cualitativamente distinta de personas (p. ej., un tipo de personalidad).

Unidades de análisis. Un concepto que se refiere a las variables básicas de una teoría; las diferentes teorías de la personalidad emplean diferentes tipos de variables, o diferentes unidades básicas de análisis, al conceptualizar la estructura de la personalidad.

III. MARCO METODOLÓGICO

3.1. Hipótesis de la investigación

Ya hemos planteado el problema de investigación, revisando la literatura y contextualizado dicho problema mediante la construcción del marco teórico (el cual puede tener mayor o menor información, según cuanto se haya estudiado el problema o tema específico de investigación). Asimismo, hemos visto que nuestro estudio puede iniciarse como exploratorio, descriptivo, correlacional o explicativo, y que como investigadores decidimos, hasta dónde queremos y podemos llegar (es decir, si finalmente el estudio terminaría como descriptivo, correlacional o explicativo). Ahora, el siguiente paso consiste en establecer guías precisas hacia el problema de investigación o fenómeno que estamos estudiando. Estas guías son las hipótesis. En una investigación podemos tener una, dos o varias hipótesis, y como se explicará más adelante, a veces no se tienen hipótesis.

Las variables adquieren valor para la investigación científica cuando pueden ser relacionadas con otras (formar parte de una hipótesis o una teoría). En este caso se las suele denominar "constructos o construcciones hipotéticas" (Hernández Sampieri, 2010a)

3.1.1. Hipótesis general

HG El grado de ansiedad es alta y está relacionada con algún tipo de personalidad en los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte

3.1.2. Hipótesis específicos

HE 1 El grado de ansiedad es alto en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte

HE 2 Existen diferencias significativas entre la personalidad de los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional

del deporte, instituto peruano del deporte en relación con la dimensión de ansiedad fisiológica

HE 3 Existen diferencias significativas entre la personalidad de los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte en relación con la dimensión de ansiedad emocional

3.2. Variables de estudio

Tabla 1.
Operacionalización de Variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores
Variable1: Ansiedad	Los procesos fisiológicos y psicológicos que se desarrollan cuando existe un exceso de demandas ambientales percibidas por un sujeto y éste fracasa en satisfacerlas	Puntuaciones obtenidas por el Test de Zung	Cognitivo	Pensamientos persistentes Sensación de fallar Vergüenza
			Fisiológico	Palpitaciones Nauseas Contracturas Sudoración
			Comportamentales	Onicofagia Morderse los labios Sonarse nudillos Inquietud motora
			Emocionales	Angustia Miedos Aprensión Irritabilidad
Variable2: Personalidad	Es el conjunto de características físicas, genéticas y sociales que reúne un individuo, y que lo hacen diferente y único respecto del resto de los individuos.	Constará por las puntuaciones, obtenidas de la aplicación del test EPQR- A	Introversión – Extroversión “E” Neuroticismo (Estabilidad - Inestabilidad) “N” Sinceridad (escala de mentiras) “L”.	Grados Temperamentales: Melancólico Colérico Flemático Sanguíneo

3.2.1. Definición conceptual

Variable Ansiedad: La psicología del deporte ha experimentado sobre los procesos de ansiedad en el contexto deportivo, concentrándose sobre todo en el alto rendimiento de los deportistas, por ser el nivel en el que se pueden encontrar niveles de ansiedad más altos. Como los indica (Neqabi & Bahadori, 2012) citando a Weinberg y Gould (1996) el cual definió la ansiedad como un estado psicoemocional negativo caracterizado por sensaciones en las que predomina la

preocupación y el nerviosismo, relacionándose directamente con el arousal, encontrando un componente cognitivo y otro somático. Weinberg también ponen de manifiesto la influencia de los factores psicológicos sobre el rendimiento deportivo, encontrándose estrechamente en los relacionados con la aparición de lesiones, cuando las situaciones estresantes son muy intensas y frecuentes, la posibilidad de lesión es mayor.

Variables Personalidad. La personalidad es el conjunto de rasgos y patrones conductuales más o menos estables que caracterizan y definen al individuo, por tanto, todos los seres humanos tienen personalidad; la manera de explicar cómo se desarrollan los trastornos de la personalidad va a depender de la teoría de la personalidad que adopte el evaluador (Calle, 2018). Calle también explica que, con el paso del tiempo unido a los factores ambientales y las circunstancias, condicionan como se definirán esta persona, dependiendo de los estímulos en la temporalidad y frecuencia en las que aparecen (Calle, 2018, p. 7), la personalidad es la forma en que las personas piensan, sienten, se comportan e interpretan la realidad, mostrando una tendencia de ese comportamiento a través del tiempo.

3.3. Tipo y nivel de la investigación

La presente investigación es **no experimental** con un **diseño descriptivo correlacional**, descriptivo porque tiene como objetivo indagar la incidencia de las modalidades o niveles de una o más variables en una población, porque se caracteriza fundamentalmente, por la manipulación y control de las variables o condiciones, que ejerce el investigador durante el experimento. (Arias Galicia, 2012 p. 34)

Hernández Sampieri (2010) indica que los estudios descriptivos buscan especificar las propiedades, características y los perfiles de personas, grupos, comunidades o cualquier otro fenómeno que sea sometido a análisis. Es decir únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre las variables a las que se refieren. Esto es, su objetivo no es como se relacionan éstas.

Valor: es útil para mostrar con precisión los ángulos o dimensiones de los fenómenos, suceso, comunidad, contexto o situación.

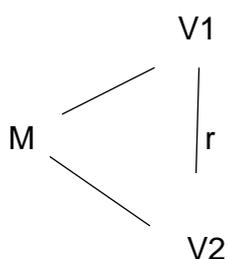
Las acciones realizadas para la investigación del presente trabajo son realizadas a través del enfoque metodológico cuantitativo, si lo presentan los siguientes autores:

Charaja c. francisco (2011) Como la palabra lo indica, la investigación cuantitativa tiene que ver con la “cantidad” y, por tanto, su medio principal es la medición y el cálculo. En general, busca medir variables con referencia a magnitudes.

3.4. Diseño de la investigación

El diseño empleado en el estudio corresponde al no experimental. Según Hernández, et al. (2010) nos dice que son: “Estudios que se realizan sin la manipulación deliberada de variables y en los que sólo se observaran los fenómenos en su ambiente natural para después analizarlos en su forma de investigación”. De la misma manera Hernández, et al., (2006) nos dice que es “Correlacional transversal porque describen relaciones entre dos o más categorías, conceptos o variables en un momento determinado, ya sea en términos correlacionales.

El gráfico que le corresponde a este diseño es el siguiente:



Dónde:

M → Muestra = deportistas de atletismo medio fondo y fondo

V1 → Representa Ansiedad = (variable 1)

V2→ Representa a la Personalidad = (variable 2)

r → representa la relación de las variables de estudio entre la ansiedad y la personalidad en los deportistas de la disciplina de atletismo medio fondo y fondo en la liga de atletismo puno 2019

3.5. Población de la investigación

3.5.1. Población

En estadística, el término “población” se refiere al conjunto de elementos que se quiere investigar, estos elementos pueden ser objetos, acontecimientos, situaciones o grupo de personas.(Hernández Sampieri et al., 2010)

Población es “el conjunto de elementos, seres o eventos, concordantes entre sí en cuanto a una serie de características, de la cuales se puede obtener alguna información”.

La población, está conformada por los 40 deportistas de Fondo y medio de la Liga de atletismo de Puno, los cuales son deportistas de ambos géneros cuyas edades oscilan entre los 16 a los 30 años.

3.5.2. Muestra

Rustom Jabbaz (2012) explica que:

El estudio del muestreo es la introducción a la teoría estadística propiamente tal. La experimentación es parte del Método Científico, mediante el cual un investigador obtiene un conjunto de datos a partir de los cuales desea obtener conclusiones válidas para un conjunto más amplio o población. El paso de lo particular a lo general se denomina inferencia inductiva y la Estadística aporta diversas metodologías para llevar a cabo este proceso, todas ellas basadas en el comportamiento de variables aleatorias en cierto tipo de muestreo (p. 95)

Hernandez Sampieri, Fernandez Collado, y Baptista Lucio (2010) muestra homogénea las unidades que se van a seleccionar poseen un mínimo perfil o característica o bien comparten rasgos similares. Su propósito es centrarse en el tema por investigar o resaltar situaciones, procesos o episodios en un grupo social.

Para este estudio no se ha tomado una muestra, debido a que se está trabajando con el total de la población estudiada de la liga de atletismo del fondo y medio fondo.

El tamaño de muestra en el estudio fue de 60 pacientes con diagnóstico de cáncer de mama y que fue estimado con un nivel de error de 0.08 y con la fórmula de poblaciones finitas puesto que se conoce el tamaño de la población.

$$n = \frac{N * Z_{\alpha}^2 * p * q}{d^2 * (N - 1) + Z_{\alpha}^2 * p * q}$$

Donde:

- N = Total de la población (100)
- Z_{α} = 1.96 al cuadrado (si la seguridad es del 95%)
- p = proporción esperada (en este caso (0.05))
- q = 1 – p (en este caso (0.05))
- d = precisión (0,08)

3.6. Técnicas e instrumentos de recolección de datos

3.6.1. Técnicas de recolección de datos

Encuesta. Utilizada para obtener información de los deportistas a través de preguntas cerradas distribuidas en un cuestionario.

3.6.2. Instrumentos de recolección de datos

A. Ficha técnica de los instrumentos

Cuestionario N° 1: Cuestionario de Personalidad Eysenck (EPQ)

La teoría de Eysenck se basa principalmente en la psicología y la genética. Aunque era un conductista que consideraba que los hábitos aprendidos eran de gran importancia, consideró que las diferencias en la personalidad se desarrollan a partir de la herencia genética. Por lo tanto, estuvo fundamentalmente interesado en lo que se suele llamar temperamento.

El temperamento es ese aspecto de nuestra personalidad que está basado en la genética, innato, desde nuestro nacimiento o incluso antes. Esto no significa que la teoría del temperamento diga que no contemos con otros aspectos de nuestra personalidad que son aprendidos; es sólo que Eysenck se centró en lo "natural" y dejó la "crianza" para que la estudiaran otros teóricos.

a) Nombre del test

Inventario de Personalidad – Eysenck forma B, para adultos (EPI).

b) Autor:

Hans Jürgen Eysenck. (n. Berlín, 4 de marzo de 1916 - Londres, 4 de septiembre de 1997), psicólogo factorialista inglés de origen alemán, especializado en el estudio de la personalidad.

En 1934 se vio forzado a emigrar de la Alemania nazi, refugiándose hasta 1939 en Francia y luego en el Reino Unido. Estudió en la Universidad de Londres, desplegando sus funciones como psicólogo entre los años 1942 y 1945 en el hospital londinense de Mill Hill y, desde 1945, en el hospital Maudsley dependiente de la Universidad de Londres. Entre 1950 y 1955 fue director de la Unidad de Psicología del Instituto de Psiquiatría y luego, entre 1955 y 1984, jefe de cátedra de la carrera de Psicología en la Universidad de Londres, universidad en la que recibió el título de doctor emérito. En 1952 publicó un artículo en el cual refería que la ausencia de tratamiento era igual o aún mejor que la psicoterapia psicoanalítica. Esto propulsó la investigación a nivel científico de los modelos psicoterapéuticos comportamentales y cognitivos. Gracias a su investigación podemos afirmar que las Terapias cognitivo comportamentales actuales tienen base empírica demostrable.

c) Procedencia:

Universidad de Londres. Inglaterra

d) Aparición:

1954

e) Objetivo:

El Inventario Eysenck De Personalidad (EPI) sirve para la medición de dos de las más importantes dimensiones de la personalidad: introversión- extroversión (E) y neurotismo (estabilidad- inestabilidad) (N). la forma E que desarrollaremos consiste en 57 ítems, a los cuales debe responderse SI o NO.

f) Aspectos que evalúa:

“E” Dimensión: Introversión – Extroversión.

“N” Dimensión: Estabilidad – Inestabilidad.

i. Dimensión: Introversión – Extroversión “E”

Está ligada a la mayor o menor facilidad para el condicionamiento de las personas, es un rasgo genotipo. Algunas personas, las introvertidas requieren pocas exposiciones a una situación para establecer un condicionamiento firme, a otras requieren una exposición mayor, son las extrovertidas.

• **El típico extrovertido:**

Le gusta participar en fiestas, tiene muchos amigos, necesita tener gente hablándole, no le gusta leer o estudiar para sí mismo, es despreocupado bromista y optimista, le gusta reír y ser divertido, prefiere más actuar que pensar, tiende a ser agresivo y pierde rápidamente el temple. Anhela situaciones y es mudable, está fijado al ambiente, actúa sobre estímulos del momento y es generalmente un individuo impulsivo. Es aficionado a los trabajos tiene respuestas “listas”.

En conjunto sus sentimientos no son mantenidos bajo ajustado control y no es siempre un previsible, ni confiado.

• **El típico introvertido:**

Es introspectivo, tranquilo, se aísla, prefiere observar a las personas, es reservado y distante, excepto con sus amigos íntimos, tiende a planear por adelantado y desconfía de los impulsos del momento, no gusta de las excitaciones, es serio y gusta de un ordenado modo de vida, tiene un ajustado autocontrol, rara vez es agresivo, y no pierde fácilmente su temple, es confiado y previsible, algo pesimista y otorga gran valor a las normas éticas.

ii. Dimensión neurotismo: “n” (estabilidad - inestabilidad)

Está ligada a la excitabilidad del sistema nervioso autónomo, que moviliza trastornos cardiovasculares, taquicardias, incremento de presión sanguínea, vaso-constricciones, vaso-dilataciones, trastornos respiratorios, jadeos, secreciones gástricas, hiper motilidad intestinal, sudoración, etc. Una alta tasa de neurotismo (inestabilidad), indica una emotividad muy intensa y tono elevado, son persona generalmente tensas, ansiosas, inseguras, tímidas, con fuertes bloqueos de conducta, respuestas inadecuadas e interrupciones emocionales desordenadas, tienden a presentar trastornos psicósomáticos del tipo asina o úlceras pépticas, etc.

iii. Escala de mentiras (veracidad) “L”

Permite conocer el grado de sinceridad del sujeto en la situación de la prueba. Los ítems de la escala de mentiras son:

6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48 y 54

Está distribuido de manera estructural y sistemática, un puntaje mayor de cuatro (4) en la escala, anula los resultados de la prueba, pudiendo inferir la presencia de rasgos tendientes a ocultar u ocultarse la autoimagen real. El sujeto no es objetivo en la autoevaluación de sus rasgos y tampoco le gusta mantenerse tal cual es.

g) Rol que cumplen las dimensiones:

Ofrecen la oportunidad al Psicólogo de asesoramiento en las áreas clínica Y educacional.

h) Metas:

Los resultados permiten diseñar la metodología adecuada para el desarrollo de la tarea educativa, teniendo en cuenta las diferencias individuales, también ayuda a dar sugerencias al educador sobre la flexibilidad en las exigencias según sea el caso.

i) Características del inventario:

- Esta prueba está estructurada de tipo verbal – escrita y con respuestas dicotómicas.
- Emplea la técnica de la elección forzada: (SI - NO)
- Consta de 57 ítems:
 - “L” 9 ítems: Verdad (escala de mentiras)
 - “E” 24 ítems: Introversión – Extroversión.
 - “N” 24 ítems: Estabilidad – Inestabilidad
- Los ítems están intercalados sin ningún orden especial en el cuestionario.

j) Administración:

Básicamente colectiva, pudiéndose tomar también en forma individual.

k) Tiempo.

Este inventario no cuenta con un tiempo determinado aun cuando el tiempo promedio es de 15 minutos.

l) Utilidad.

Orientación del educando, clínica y consejo Psicológico.

m) Datos normativos.

Con fines de experimentación, pero con el propósito de obtener normas funcionales una vez experimentado en nuestro medio, es que en la actualidad se da uso a los datos normativos de Inglaterra.

n) Valoración.

Cada protocolo es evaluado de la siguiente manera:

Usar la clave de veracidad “L” (escala de mentiras) directamente sobre la hoja de respuestas.

Hacer lo mismo con las claves “E” y “N”.

Interceptamos las dos rectas obtenidas en el punto promedio de ambas tendremos el siguiente plano que nos permitirá un diagnóstico tipológico (ver

cuadrantes detrás de la hoja de respuestas) Hemos obtenido cuatro cuadrantes correspondientes a 4 tipos temperamentales:

- **Melancólico (Introvertido - Inestable):**

Son sujetos de sistema nervioso débil, especialmente de los procesos inhibitorios, tienden a ser caprichosos, ansiosos, rígidos, soberbios, pesimistas, reservados, insociables, tranquilos y ensimismados. Una tasa muy elevada, determina la personalidad distímica con tendencia a las fobias y obsesiones, sus condicionamientos emocionales son muy rígidos y estables.

- **Colérico (Extrovertido - Inestable)**

Sus procesos neurodinámicos son muy fuertes, pero hay desequilibrio entre inhibición y excitación: son personas sensibles, intranquilas, agresivas, excitables, inconstantes, impulsivas, optimistas y activas, tienen dificultad para dormir, pero mucha facilidad para despertarse. Una alta tasa de extroversión y neurotismo, define a la persona histeropática (inmadurez sin control emocional) los coléricos son de respuestas enérgicas y rápidas.

- **Sanguíneo. (Extrovertido - Estable)**

Sus procesos neurodinámicos son fuertes, equilibrados y de movilidad rápida, son personas sociales, discordantes, locuaces reactivas, vivaces despreocupadas, tienden a ser líderes de gran productividad, buena capacidad de trabajo, facilidad para adecuarse a situaciones nuevas, una alta tasa de dimensión extrovertida puede determinar el desperdigamiento (diseminación) y desorden de la actividad.

- **Flemático (Introvertido - estable)**

Sus procesos neurodinámicos son fuertes, equilibrados y lentos, son personas pacíficas, cuidadosas y tercas, pasivas, controlas y formales, uniformes, calmadas, se fijan a una rutina y hábitos de vida bien estructurados, de ánimo estabilizado, grandemente productivo, reflexivo capaz de volver a sus objetivos, a pesar de las dificultades que se le presentan, vuelve a reestructurar este aspecto,

una alta tasa de introversión puede determinar cierta pereza y desapego al ambiente.

o) Clave de calificación.

De cada una de las respuestas posibles SI o NO califique solo una, cada ítem califica solo una dimensión. La clave le damos poniendo el número del ítem, la respuesta que da un punto y la dimensión que mide

1. Si E	20.No E	39.Si E
2. Si N	21.Si N	40.Si N
3. Si E	22.Si E	41.No E
4. Si N	23.Si N	42.No L
5. No E	24.Si L	43.Si N
6. Si L	25.Si E	44.Si E
7. Si N	26.Si N	45.Si N
8. Si E	27.Si E	46.Si E
9. Si N	28.Si N	47.Si N
10.Si E	29.No E	48.No L
11.Si N	30.No L	49.Si E
12.No L	31.Si N	50.Si N
13.Si E	32.No E	51.No E
14.Si N	33.Si N	52.Si N
15.No E	34.No E	53.Si E
16.Si N	35.Si N	54.No L
17.Si E	36.Si L	55.Si N
18.No L	37.No E	56.Si E
19.Si N	38.Si N	57.Si N

INVENTARIO DE PERSONALIDAD EYSENCK FORMATO B CUESTIONARIO

INSTRUCCIONES

Aquí tienes algunas preguntas sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. Después de cada pregunta, conteste en la hoja de respuestas con un "SI" o con una "NO" según sea su caso.

Trate de decir "SI" o "NO" representa su modo usual de actuar o sentir, entonces, ponga un aspa o cruz en el círculo debajo de la columna "SI" o "NO" de su hoja de respuestas. Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, en un proceso de pensamiento prolongado.

El cuestionario total no debe de tomar más que unos pocos minutos. Asegúrese de omitir alguna pregunta.

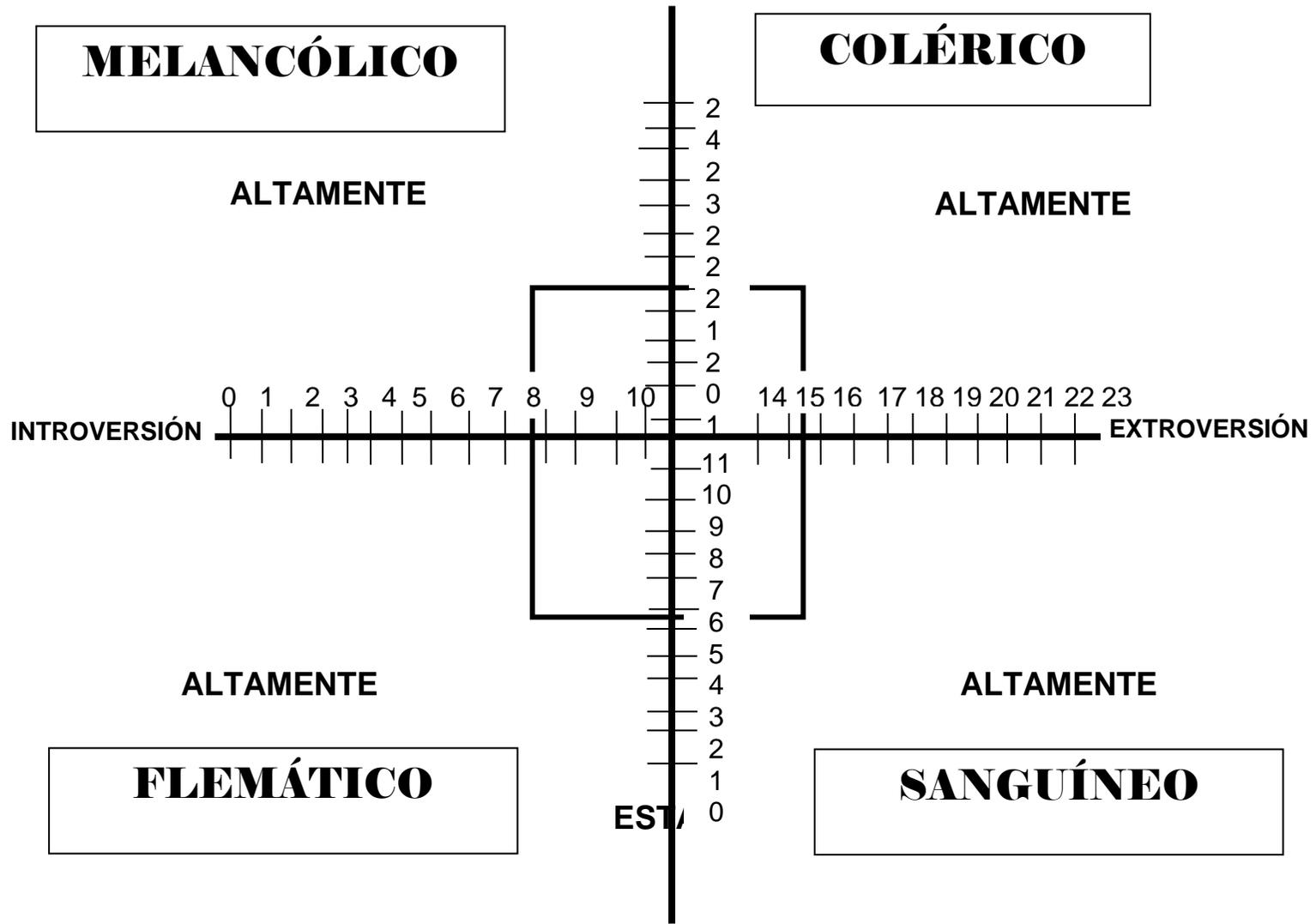
Ahora comience. Trabaje rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas. No hay contestaciones "correctas" ni "incorrectas" y esto no es un test de inteligencia o habilidad, sino simplemente una medida de la forma como usted se comporta.

1. ¿Le gusta abundancia de excitación y bullicio a su alrededor?
2. ¿Tiene a menudo un sentimiento de intranquilidad, como si quisiera algo, pero sin saber qué?
3. ¿Tiene casi siempre una contestación lista a la mano cuando se le habla?
4. ¿Se siente algunas veces feliz, algunas veces triste, sin una razón real?
5. ¿Permanece usualmente retraído (a) en fiestas y reuniones?
6. Cuando era niño(a) ¿hacia siempre inmediatamente lo que le decían, sin refunfuñar?
7. ¿Se enfada o molesta a menudo?
8. Cuando lo(a) meten a una pelea ¿prefiere sacar los trapitos al aire de una vez por todas, en vez de quedar callado(a) esperando que las cosas se calmen solas?
9. ¿Es usted triste, melancólico (a)?
10. ¿Le gusta mezclarse con la gente?
11. ¿Ha perdido a menudo el sueño por sus preocupaciones?
12. ¿Se pone a veces malhumorado (a)?
13. ¿Se catalogaría a si mismo(a) como despreocupado (a) o confiado a su buena suerte?
14. ¿Se decide a menudo demasiado tarde?
15. ¿Le gusta trabajar solo (a)?
16. ¿Se ha sentido a menudo apático (a) y cansado(a) sin razón?
17. ¿Es por lo contrario animado(a) y jovial?
18. ¿Se ríe a menudo de chistes groseros?
19. ¿Se siente a menudo hastiado(a), harto, fastidiado?
20. ¿Se siente incómodo(a) con vestidos que no son del diario?

21. ¿Se distrae (vaga su mente) a menudo cuando trata de prestar atención a algo?
22. ¿Puede expresar en palabras fácilmente lo que piensa?
23. ¿Se abstrae (se pierde en sus pensamientos) a menudo?
24. ¿Está completamente libre de prejuicios de cualquier tipo?
25. ¿Le gusta las bromas?
26. ¿Piensa a menudo en su pasado?
27. ¿Le gusta mucho la buena comida?
28. Cuándo se fastidia ¿necesita algún(a) amigo(a) para hablar sobre ello?
29. ¿Le molesta vender cosas o pedir dinero a la gente para alguna buena causa?
30. ¿Alardea (se jacta) un poco a veces?
31. ¿Es usted muy susceptible (sensible) por algunas cosas?
32. ¿Le gusta más quedarse en casa, que ir a una fiesta aburrida?
33. ¿se pone a menudo tan inquieto(a) que no puede permanecer sentado(a) durante mucho rato en una silla?
34. ¿Le gusta planear las cosas, con mucha anticipación?
35. ¿Tiene a menudo mareos (vértigos)?
36. ¿Contesta siempre una carta personal, tan pronto como puede, después de haberla leído?
37. ¿Hace usted usualmente las cosas mejor resolviéndolas solo(a) que hablando a otra persona sobre ello?
38. ¿Le falta frecuentemente aire, sin haber hecho un trabajo pesado?
39. ¿Es usted generalmente una persona tolerante, que no se molesta si las cosas no están perfectas?
40. ¿Sufre de los nervios?
41. ¿Le gustaría más planear cosas, que hacer cosas?
42. ¿Deja algunas veces para mañana, lo que debería hacer hoy día?
43. ¿Se pone nervioso(a) en lugares tales como ascensores, trenes o túneles?
44. Cuando hace nuevos amigos(as) ¿es usted usualmente quien inicia la relación o invita a que se produzca?
45. ¿Sufre fuertes dolores de cabeza?
46. ¿Siente generalmente que las cosas se arreglarán por si solas y que terminarán bien de algún modo?
47. ¿Le cuesta trabajo coger el sueño al acostarse en las noches?
48. ¿Ha dicho alguna vez mentiras en su vida?
49. ¿Dice algunas veces lo primero que se le viene a la cabeza?
50. ¿Se preocupa durante un tiempo demasiado largo, después de una experiencia embarazosa?
51. ¿Se mantiene usualmente hénrico(a) o encerrado (a) en sí mismo(a), excepto con amigos muy íntimos?
52. ¿Se crea a menudo problemas, por hacer cosas sin pensar?
53. ¿Le gusta contar chistes y referir historias graciosas a sus amigos?

54. ¿Se le hace más fácil ganar que perder un juego?
55. ¿Se siente a menudo demasiado consciente de sí mismo(a) o poco natural cuando esta con sus superiores?
56. Cuando todas las posibilidades están contra usted, ¿piensa aun usualmente que vale la pena intentar?
57. ¿Siente “sensaciones” en el abdomen, antes de un hecho importante?

POR FAVOR ASEGÚRESE QUE HAYA CONTESTADO TODAS LAS PREGUNTAS



INFORME PSICOLÓGICO

I. Datos de filiación:

Nombres y apellidos :
Edad : 17
Sexo : Femenino
Estado Civil : Soltera
Nivel de escolaridad : 5to secundaria
Examinador : Alberto Romero Marisa
Fecha de Evaluación : 12/02/11

II. Motivo de consulta:

Evaluación de la personalidad por motivo de prácticas de la asignatura de pruebas psicométricas.

III. Técnicas psicológicas utilizadas: observación de conducta

La examinada se mostró al inicio tranquila colaboradora, durante la prueba se mostró un poco intranquilo, conversaba con sus compañeras. Se encuentra orientada en tiempo y espacio adecuado.

IV. Análisis e interpretación de resultados

Examinada que presenta temperamento melancólico, es una persona débil, tiende a ser caprichosa, ansiosa, rígida, soberbia, pesimista, reservada, insociable, tranquila y ensimismada. Presenta tendencia a las fobias y obsesiones, sus procesos emocionales son muy rígidos y estables.

V. DIAGNÓSTICO

Temperamento melancólico.

VI. RECOMENDACIONES

Se recomienda que la examinada reciba terapia relajación, control de impulsos, necesita apoyo emocional, orientación y consejería psicológica.

Cuestionario N° 2: Test de Zung

FICHA TÉCNICA DE PRUEBAS PSICOLÓGICAS

I. Datos generales

- 1.1. TÍTULO ORIGINAL DEL PRUEBA : SELF-RATING ANXIETY SCALE
1.2. TÍTULO EN ESPAÑOL : ESCALA DE AUTOVALORACIÓN DE ANSIEDAD
1.3. AUTOR (ES) : W. ZUNG
1.4. AÑO DE PUBLICACIÓN : 1971
1.5. PROCEDENCIA : BERLÍN

II. Administración

- 2.1. EDADES DE APLICACIÓN : Adultos
2.2. TIEMPO DE APLICACIÓN : No determinado
2.3. ASPECTOS QUE EVALUA : Intensidad de Ansiedad

III. Validez y confiabilidad del instrumento

Validez:

Disponemos de pocos estudios de validación de sus valores psicométricos. La correlación entre la puntuación de cada ítem y el total oscila entre 0.34 y 0.65.

Fiabilidad:

Los coeficientes de correlación fueron estudiados por Zung. Entre ASI y SAS es de 0,66 y entre ASI y Taylor Manifest Anxiety Scale de 0,33.

IV. Descripción de la prueba

La Escala de autovaloración de la Ansiedad comprende un cuestionario de 20 informes o relatos, cada uno referido a manifestaciones características de ansiedad, como síntoma o signo. El conjunto abarca una amplia variedad de síntomas de ansiedad, como expresión de trastornos emocionales.

Los ítems deben ser valorados por el examinador en una entrevista con el paciente y utilizando tanto las observaciones clínicas como la información aportada por el paciente. Las preguntas deben hacer referencia a un periodo anterior de una semana. Las palabras utilizadas en el cuestionario de la escala han sido escogidas para hacerles accesibles a la gran mayoría de los pacientes, empleando su propio

lenguaje.

V. Normas

Las respuestas son cuantificadas mediante una escala de cuatro puntos (1 a 4) en función de la intensidad, duración y frecuencia de los síntomas. Un ítem es anotado como positivo y presente cuando el comportamiento es observado, cuando es descrito por el paciente como que le ha ocurrido o cuando él mismo admite que el síntoma es todavía un problema. Por el contrario, es presentado como negativo o ausente cuando no ha ocurrido o no es un problema, el paciente no da información sobre el mismo o cuando la respuesta es ambigua tras una investigación adecuada.

La escala está estructurada en tal forma que un índice bajo indica la inexistencia de ansiedad, y un índice elevado, ansiedad clínicamente significativa. El índice de la EAA orienta sobre “cuál es el grado de ansiedad del paciente” en términos de una definición operacional, expresada en porcentaje.

VI. Calificación

$$IAA = \frac{\text{Puntaje total}}{\text{Puntaje max. 80}} \times 100$$

Índice “EAA” impresión global de equivalencia clínica

- Debajo de 45 : Dentro de los límites normales. No hay ansiedad presente.
45 – 59 : Presencia de ansiedad mínima moderada
60 – 74 : Presencia de ansiedad marcada a severa.
75 o más : Presencia de ansiedad en grado máximo.

VII. Clave de respuesta

Tabla 2.

Clave de Respuestas Test de Zung

Ítem	Rpta	Ítem	Rpta	Ítem	Rpta	Ítem	Rpta
1	1 2 3 4	6	1 2 3 4	11	1 2 3 4	16	1 2 3 4
2	1 2 3 4	7	1 2 3 4	12	1 2 3 4	17	4 3 2 1
3	1 2 3 4	8	1 2 3 4	13	4 3 2 1	18	1 2 3 4
4	1 2 3 4	9	4 3 2 1	14	1 2 3 4	19	4 3 2 1
5	4 3 2 1	10	1 2 3 4	15	1 2 3 4	20	1 2 3 4

Fuente: Test de Zung

3.7. Métodos de análisis de datos

Se solicitó el permiso correspondiente al Instituto Peruano del Deporte de la Liga de Atletismo de Puno, en el cual se requirió la autorización por parte del presidente Consejo Regional del Deporte, del IPD Puno, luego se coordinó los horarios para aplicación de los instrumentos y se le explicó a los deportistas acerca de la investigación como del consentimiento informado, posteriormente se aplicaron los instrumentos los cuales fueron calificados y vaciados a la base de datos para ser procesados y así obtener los resultados de la presente investigación.

Se utilizó el método cuantitativo, el cual es un proceso secuencial, debido a que se utiliza la recolección de datos para probar hipótesis, con base en la medición numérica y el análisis estadístico descriptivo e inferencial, para establecer patrones de comportamiento y probar teorías (Hernández; et al. 2014).

Análisis Estadístico e Interpretación de Datos

Con respecto al análisis estadístico se utilizó la estadística descriptiva determinando la media y la desviación estándar de los datos de cada variable, para la prueba de hipótesis se utilizó la estadística inferencial utilizando Rh de Spearman Brown, el mismo que permitió determinar la relación entre las variables.

Se procedió a realizar el análisis de normalidad de los datos con la finalidad de poder elegir el estadístico pertinente para determinar la correlación entre las variables.

Finalmente, el procesamiento de datos antes mencionado se realizó con el software estadístico SPSS versión 24 y como complemento el programa Microsoft office Excel.

3.8. Aspectos éticos

La ética es una rama de la filosofía que estudia la naturaleza del juicio moral y desarrolla criterios sobre lo que es correcto o incorrecto (lo bueno y lo malo) en nuestra sociedad y en nuestra conducta diaria.

Practicando el propósito de los aspectos éticos se avaló el anonimato de los encuestados, por lo cual se elaboró 40 instrumentos de medición, con la aprobación

informada en donde se detalla en qué consistió la contribución de los deportistas, por tanto fue llenado antes de responder a los dos cuestionarios, los cuales estuvieron codificados usando un número de identificación, de la misma manera es necesario mencionar que la contribución en la investigación fue rigurosamente y estrictamente voluntaria, así como la posibilidad de retirarse en cualquier momento.

En la investigación, la ética nos lleva a la búsqueda de la verdad, basado en una conducta honesta y entendiendo el carácter relativo de la verdad, con lo cual se garantiza que los resultados obtenidos corresponden a los que se investigaron y que no son objetos de manipulación alguna.

IV. RESULTADOS

4.1. Validez y confiabilidad

Este trabajo de investigación, efectuado en los deportistas de la disciplina de atletismo medio fondo y fondo en la liga de atletismo Puno, de ambos sexos, sin considerar la edad, se realizó la validez de la escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung, con una muestra de 20 deportistas de manera inicial, y otros 20 deportistas en una segunda etapa, llegando a tomar datos e información de casi todos los atletas, trabajando prácticamente con la población de ambos sexos.

A continuación, presentamos nuestros hallazgos referidos a la escala de Autoevaluación de la Ansiedad de Zung.

Al realizar el análisis de fiabilidad con el Alfa de Cronbach, obtuvimos los siguientes resultados.

Tabla 3.
Alfa de Cronbach

Estadísticas de fiabilidad	
Alfa de Cronbach	N de elementos
0,910	40

Interpretación:

El valor del alfa de Cronbach se encuentra en 0 y 1, mientras más cercano este a la unidad será mejor, y en la tabla 3, el valor que se obtuvo del análisis de los datos es de un $\alpha = 0.91$, la cual es muy alta e indica que los resultados son fiables.

Tal como se ha descrito los aspectos teóricos, criterios de construcción y la descripción general del test de autoevaluación de la Ansiedad de Zung, se presenta en un test de 20 preguntas de las cuales, se presenta un resumen de los ítems y la dirección que asumen:

Tabla 4.
Dirección del ítem de la EAA

Dirección positiva	Dirección Negativa
1,2,3,4,6,7,8,10,11,12,14,15,16,18 y 20	5,9,13,17, y 19
15 ítems	05 ítems

Para obtener la medida de la EAA se hace en base a la calificación que seguidamente presentamos

Tabla 5.
Tabla de calificación de la EAA

Ítems	Nunca o raras Veces	Algunas veces	Buen número de veces	La mayoría de las veces
1	1	2	3	4
2	1	2	3	4
3	1	2	3	4
4	1	2	3	4
5	4	3	2	1
6	1	2	3	4
7	1	2	3	4
8	1	2	3	4
9	4	3	2	1
10	1	2	3	4
11	1	2	3	4
12	1	2	3	4
13	4	3	2	1
14	1	2	3	4
15	1	2	3	4
16	1	2	3	4
17	4	3	2	1
18	1	2	3	4
19	4	3	2	1
20	1	2	3	4

Fuente: William Zung

Posteriormente se anota el valor individual de cada información en el margen derecho de la tabla, sumándose dichos valores para obtener un total, el cual es convertido en un “Índice de ansiedad” en base a la siguiente ecuación:

$$\frac{\text{Total}}{\text{Promedio maximo de 80}} \times 100 = \text{índice de ansiedad}$$

La escala es estructurada en tal forma que un índice bajo indica la inexistencia de ansiedad y un índice elevado ansiedad clínicamente significativa. El índice de la escala [se] orienta sobre cuál es el grado de ansiedad de la persona, en términos de una definición operacional, expresada en porcentajes.

Mediante la combinación de los resultados obtenidos en numerosos estudios, el índice de la EAA ha sido interpretado tal y como se puede apreciar en la siguiente tabla

Tabla 6.
Índice EAA - Impresión de Equivalencia Clínica

Índice EAA	Equivalencia Clínica
Menos de 45	Dentro de límites normales. No hay ansiedad presente
45 – 59	Presencia de ansiedad mínima moderada
60 – 74	Presencia de ansiedad marcada a severa
75 a más	Presencia de ansiedad en grado máximo

Fuente: William Zung

Con esta información, se pudieron obtener los siguientes resultados, los cuales presentamos a continuación

4.2. Análisis de ansiedad (Test de Zung)

Con una muestra de 40 deportistas, se ha tomado la autoevaluación de la ansiedad de Zung a 22 varones y 18 mujeres que practican la disciplina de fondo y medio fondo, tal como se aprecia en la siguiente tabla.

Tabla 7.
Numero de deportistas evaluados por Sexo

		Frecuencia	Porcentaje
Válido	Mujeres	18	45,0%
	Varones	22	55,0%
	Total	40	100,0%

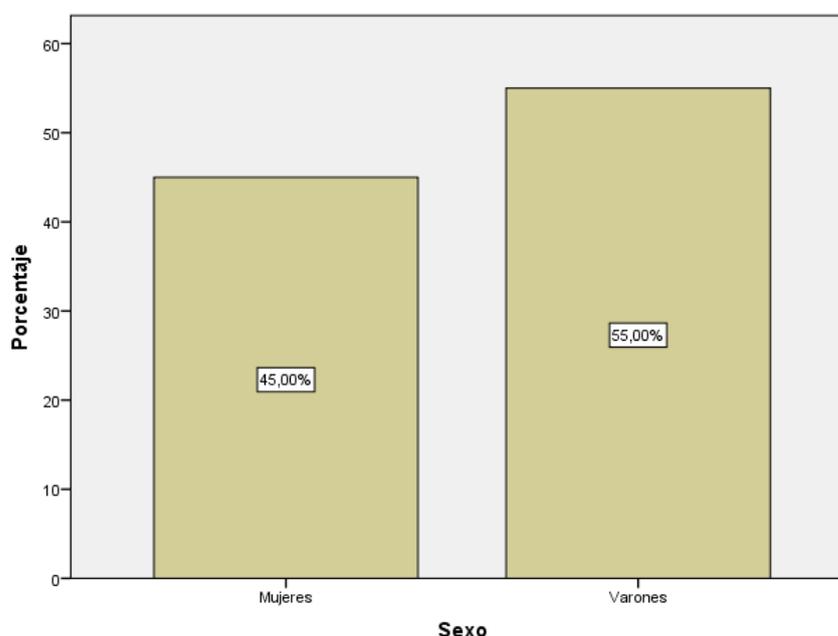


Figura 1. Gráfico de personas estudiadas por Sexo
Fuente: Elaboración Propia

Se ha evaluado en Índice de EAA con los siguientes resultados

Tabla 8.
Índice EAA - Impresión de Equivalencia Clínica

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Dentro de los límites normales. No hay ansiedad	23	57,5	57,5
	Presencia de Ansiedad mínima	16	40,0	40,0
	Presencia de Ansiedad Marcada	1	2,5	2,5
	Total	40	100,0	100,0

Fuente: SPSS

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 8, el 57.5% de los deportistas encuestados no presentan ansiedad y se encuentran dentro de los límites normales, el 40% de deportistas muestra la presencia de ansiedad mínima entre varones y mujeres, y un 2.5% (un deportista) presenta un nivel de ansiedad marcado.

En este momento de entrenamiento y competencia, no pueden apreciarse una ansiedad marcada o severa, ni tampoco una ansiedad de grado máximo, la que se debe evaluar cuando están a puertas de una competición oficial, donde suponemos que el nivel de ansiedad aumenta.

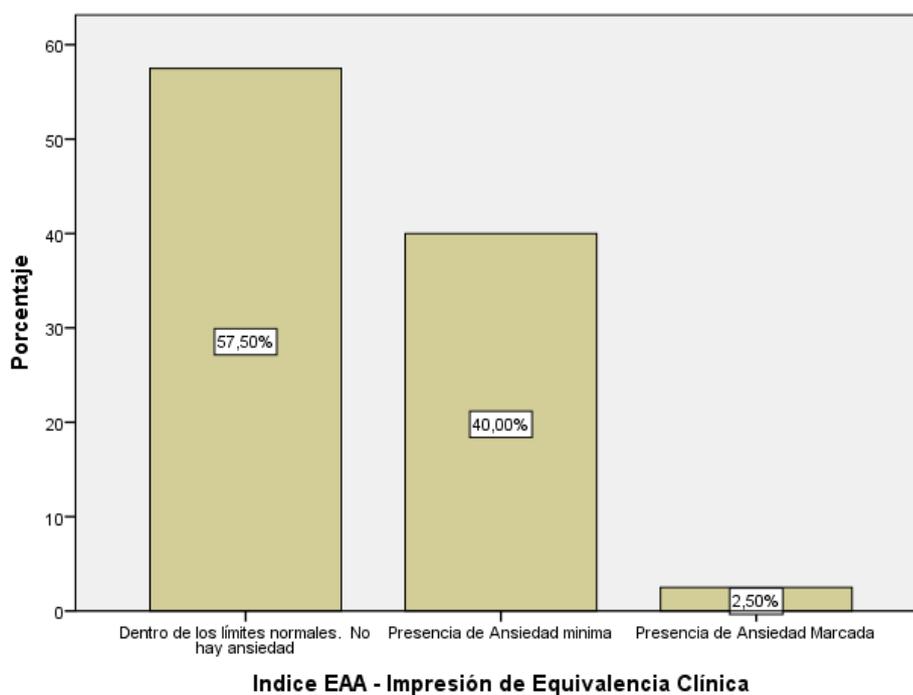


Figura 2. Gráfico sobre el EAA según la Equivalencia Clínica
Fuente: *Elaboración propia.*

Las autoevaluaciones en distintos países eran comprobables, encontrándose que existen diferencias entre un grupo de pacientes con ansiedad aparente y pacientes ansiosos. En el trabajo de Zung, este delimita sus niveles de cuantificación de la ansiedad como se presenta en a la siguiente tabla

Tabla 9.
Índice e interpretación Global original de la EAA de Zung

Índice EAA	Interpretación Global
Menos de 50	Dentro de los límites normales
50 – 59	Leve o moderada
60 – 69	Moderada a intensa
70 a más	Intensa

Fuente: William Zung

Con esta nueva escala se ha analizado el comportamiento de los deportistas y su nivel de ansiedad en base a esta tabla 8 presentada, obteniéndose los siguientes resultados:

Tabla 10.
Índice e Interpretación Global original de la EAA de Zung

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido
Válido	Dentro de los límites normales	36	90,0	90,0
	Leve o Moderada	4	10,0	10,0
	Total	40	100,0	100,0

Fuente: SPSS

Como se ve en la tabla 10, el 90% de los evaluados (36 deportistas) se encuentran dentro de los límites normales, se muestra que el 10% de estos (4 deportistas), se encuentra en la escala de Leve o Moderada, siendo necesario realizar otras evaluaciones, cercanas a campeonatos o clasificatorias, donde suponemos que, en estas fechas, el nivel de Ansiedad aumenta.

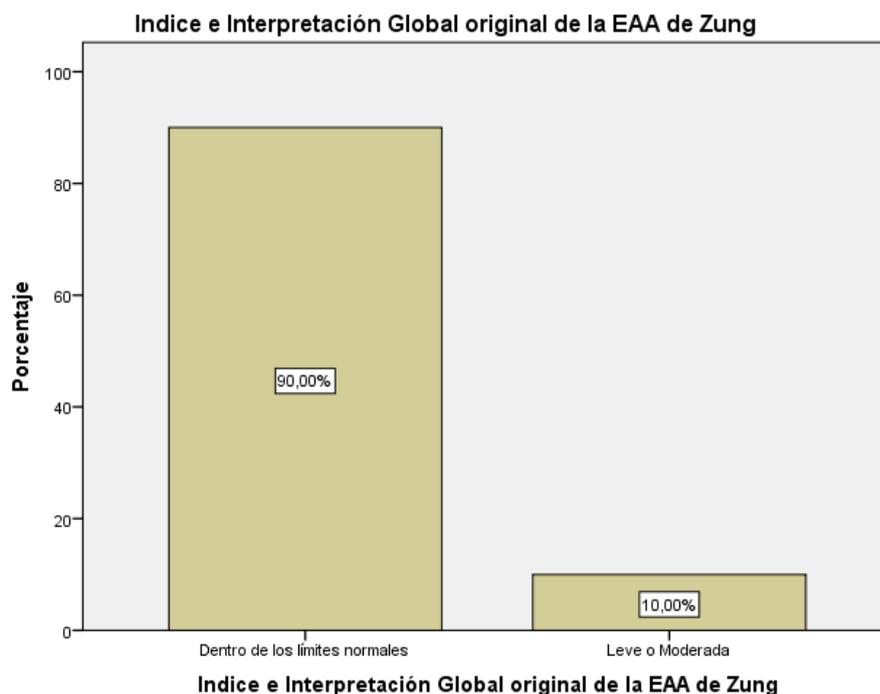


Figura 3. Índice e interpretación global original de la EAA de Zung
Fuente: *Elaboración propia*

4.3. Análisis de personalidad

Tabla 11.
Análisis de personalidad: Dimensión Extraversión

Personalidad	Frecuencia	Porcentaje
Altamente Introverso	13	32,5
Introverso	17	42,5
Tend. Introverso	9	22,5
Altamente Extroverso	1	2,5
Total	40	100,0

Fuente: *Elaboración propia*

Interpretación:

Se puede apreciar que en la tabla 12, sobre el análisis de extraversión que el 32.5% de los deportistas estudiados son Altamente Introversos, un 42.5% de estos son introversos, el 22.5% tienen una tendencia a Introversos y un 2.5% es altamente Introverso.

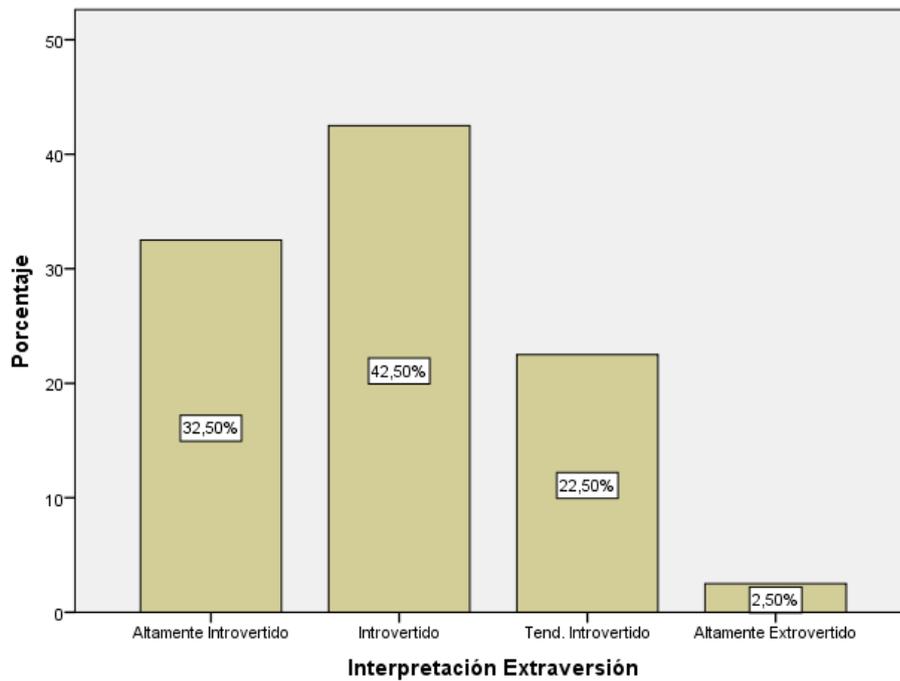


Figura 4. Gráfico de la personalidad de Extraversión
Fuente: Elaboración propia

Tabla 12.
Análisis de personalidad: Dimensión Neuroticismo

Personalidad	Frecuencia	Porcentaje
Altamente Inestable	15	37,5
Inestable	21	52,5
Tend. Inestable	4	10,0
Total	40	100,0

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla 13, el 37.5% de los deportistas encuestados, son altamente Inestables, el 52.5% de estos presentan inestabilidad y un 10% presenta una Tendencia Inestable.

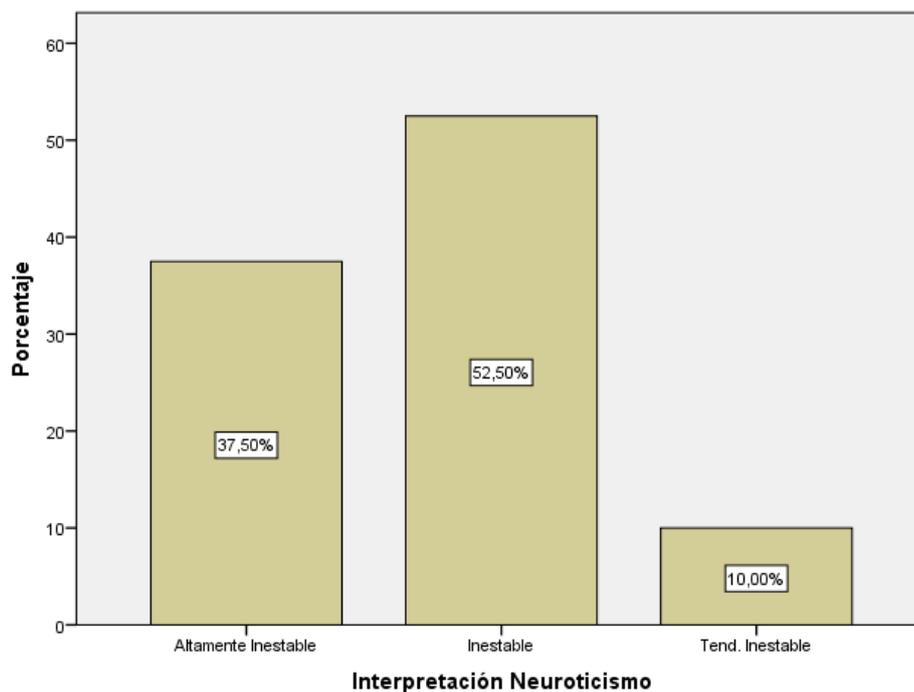


Figura 5. Gráfico de la personalidad Neoriticismica
Fuente: Elaboración propia

Tabla 13.

Tabla sobre el análisis de personalidad: Dimensión Psicoticismo

Psicoticismo	Frecuencia	Porcentaje
Minimo	8	20,0
Leve	22	55,0
Tendencia	10	25,0
Total	40	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

De la tabla podemos observar que el 20% presentan un Psicoticismo mínimo, un 55.0% presenta un Psicoticismo Leve y un 25% presenta una Tendencia a Psicoticismo.

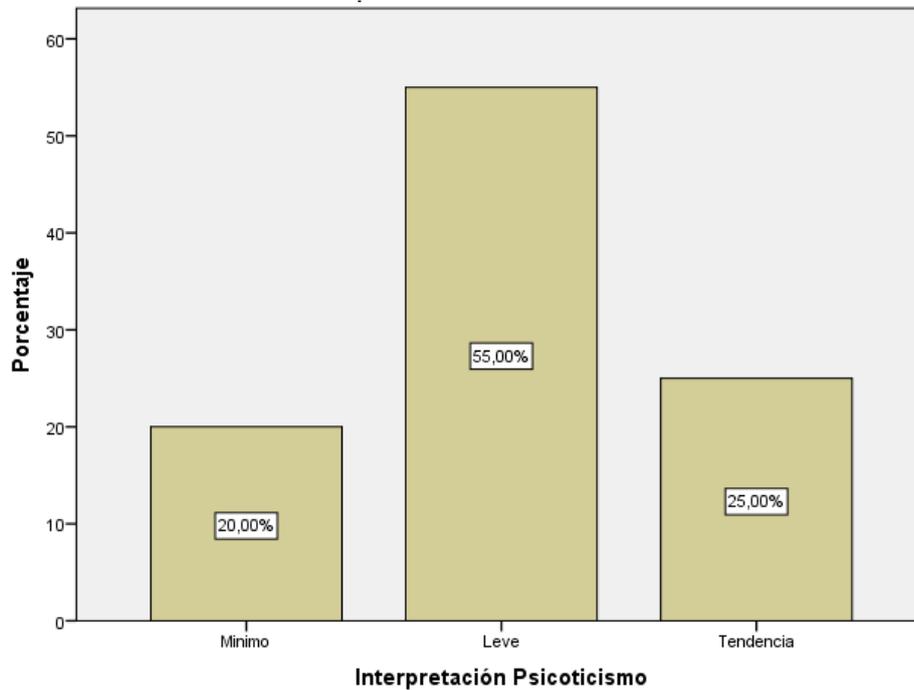


Figura 6. Grafico del tipo de personalidad Psicoticismo
Fuente: Elaboración propia

Tabla 14.

Tabla sobre el análisis de personalidad: Dimensión Sinceridad

	Frecuencia	Porcentaje
Altamente válido	19	47,5
Válido	17	42,5
Tend. Deseabilidad	4	10,0
Total	40	100,0

Fuente: Elaboración propia

Interpretación:

De la tabla 15 podemos observar que de la aplicación de la prueba el 47.5% son Altamente válidos, un 42.5% son válidos y un 10% tiene una tendencia a la deseabilidad.

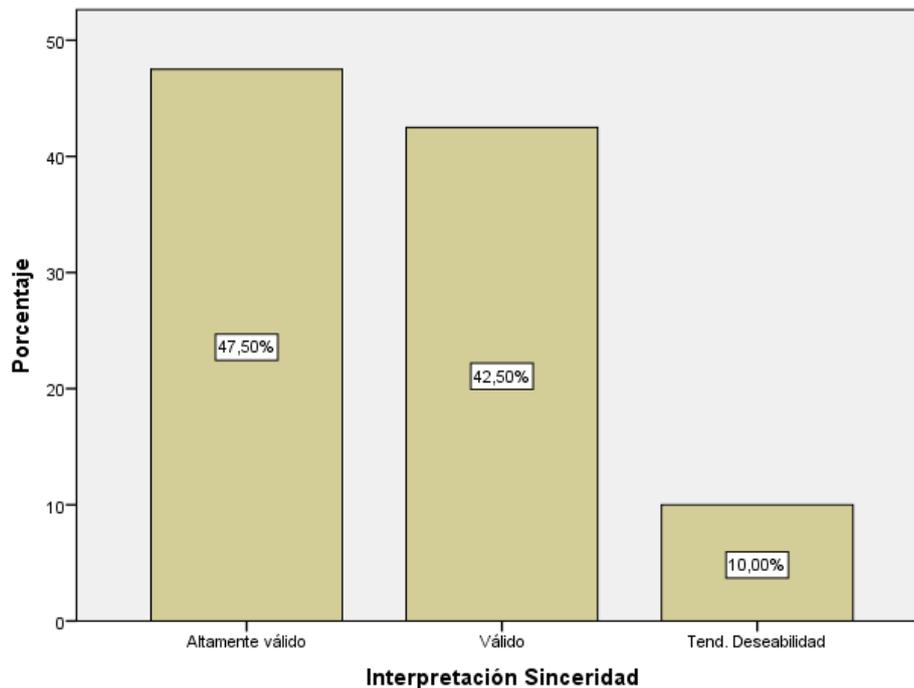


Figura 7. Gráfico de la Interpretación sobre la dimensión Sinceridad
Fuente: Elaboración propia

4.4. Prueba de hipótesis general

4.4.1. Hipótesis general

Ho: El grado de ansiedad es alta y no está relacionada con algún tipo de personalidad en los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte

Ha: El grado de ansiedad es alta y está relacionada con algún tipo de personalidad en los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte

1) Nivel de significación: 5%

2) Prueba de Hipótesis

Ho: Ansiedad no relacionada con Personalidad

Ha: Ansiedad Si está relacionada con Personalidad

Prueba de homogeneidad de varianzas

Esta es una prueba necesaria para identificar si las varianzas son homogéneas o no, requisitos necesarios para este análisis, para ellos hacemos uso

del estadístico de Levene. La hipótesis nula es que las varianzas son homogéneas y la hipótesis alterna es que no son homogéneas, con los siguientes resultados.

Tabla 15.

Prueba de Homogeneidad de varianzas – Variable Ansiedad

	Estadístico de Levene	gl1	gl2	Sig.
Frecuencia Extraversión	,133 ^a	1	37	,718
Frecuencia Neuroticismo	,303 ^b	1	37	,586
Frecuencia Psicoticismo	1,270 ^c	1	37	,267

Interpretación:

De la tabla podemos observar mirando la columna de la significancia, que todos pasan al valor 0.05, por lo tanto, es un indicativo que todas las varianzas son iguales, no existe ningún tipo de variabilidad entre ellas.

Tabla 16.

Análisis de Varianza (ANOVA) para la Ansiedad (EAA) con los tipos de personalidad

		ANOVA				
		Suma de cuadrados	gl	Media cuadrática	F	Sig.
Frecuencia	Entre grupos	141,697	2	70,848	,133	,876
Extraversión	Dentro de grupos	19746,681	37	533,694		
	Total	19888,378	39			
Frecuencia	Entre grupos	4417,879	2	2208,940	4,400	,019
Neuroticismo	Dentro de grupos	18573,324	37	501,982		
	Total	22991,203	39			
Frecuencia	Entre grupos	69,258	2	34,629	,140	,869
Psicoticismo	Dentro de grupos	9124,131	37	246,598		
	Total	9193,389	39			

Interpretación:

Como se aprecia en la tabla ANOVA, la frecuencia que muestra una diferencia entre los grupos es el tipo de personalidad NEUROTICISMO, con un nivel de significación de ($sig = .019$) menor al 0.05, indicando que los deportistas examinados, predominan en este tipo de personalidad.

Sin embargo, realizaremos la prueba no paramétrica de Kruskal-Wallis para la prueba de hipótesis no paramétrica, obteniendo los siguientes resultados.

Resumen de prueba de hipótesis

	Hipótesis nula	Prueba	Sig.	Decisión
1	La distribución de Frecuencia Extraversión es la misma entre las categorías de Índice EAA - Nivel de Ansiedad.	Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes	726,000	Retener la hipótesis nula.
2	La distribución de Frecuencia Neuroticismo es la misma entre las categorías de Índice EAA - Nivel de Ansiedad.	Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes	99,000	Retener la hipótesis nula.
3	La distribución de Frecuencia Psicoticismo es la misma entre las categorías de Índice EAA - Nivel de Ansiedad.	Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes	674,000	Retener la hipótesis nula.

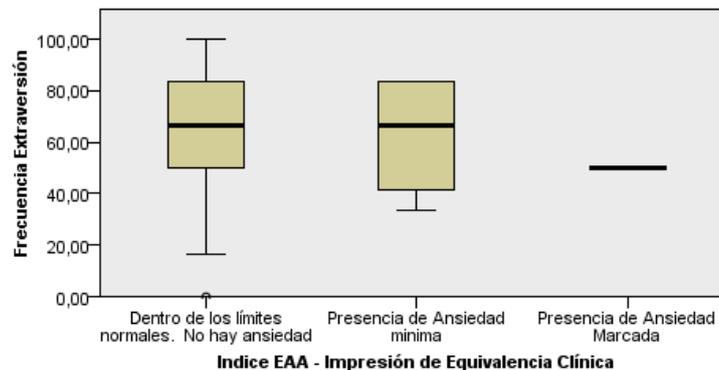
Se muestran significaciones asintóticas. El nivel de significación es de ,0

Figura 8. Resumen de la prueba de hipótesis no paramétrica para las variables EAA (Ansiedad) vs Personalidad

Fuente: Elaboración propia

Como vemos en los resultados la significación, todos son mayores al 0.05 del estudio, por lo que podemos concluir con esta prueba, es que no existe relación significativa entre la ansiedad y que esté relacionada con algún tipo de personalidad.

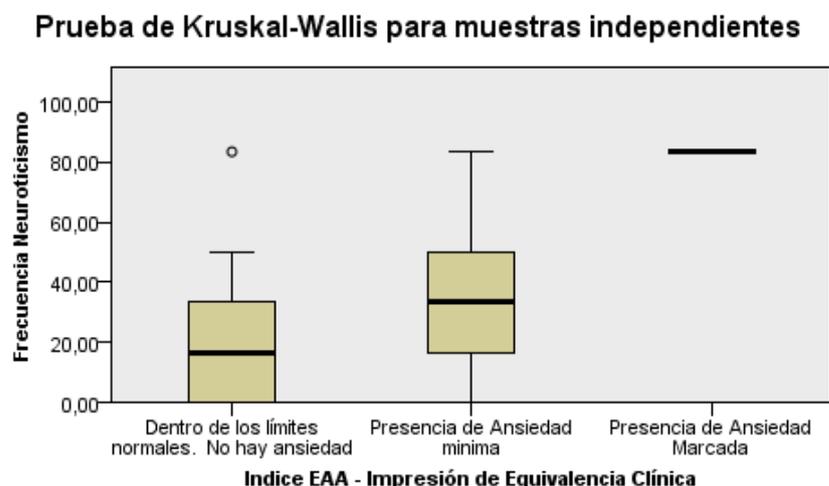
Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes



N total	40
Estadístico de contraste	,359
Grados de libertad	2
Sig. asintótica (prueba bilateral)	,836

1. Los estadísticos de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

De estos resultados vemos un total de 40 deportistas, con un valor de Chi cuadrado $\chi^2 = .359$ y significación = .836 mayor al 0.05, por lo que se confirma que no existe relación entre la ansiedad y el tipo de personalidad de extraversión.

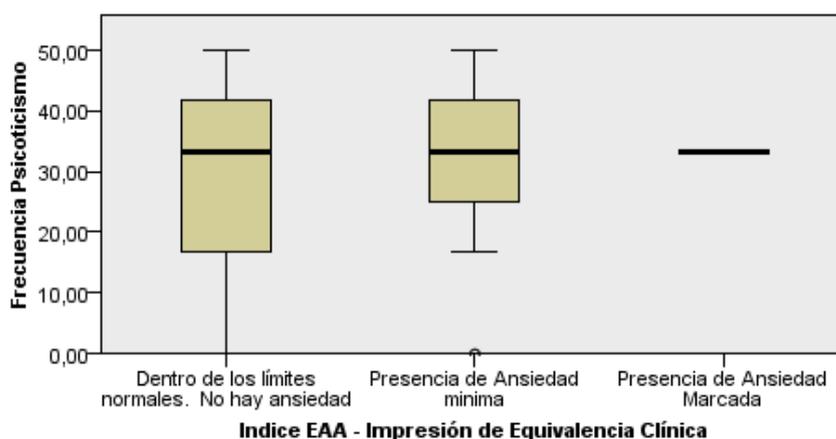


N total	40
Estadístico de contraste	4,944
Grados de libertad	2
Sig. asintótica (prueba bilateral)	,084

1. Los estadísticos de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

Estos resultados muestran a 40 deportistas, con un valor de Chi cuadrado $\chi^2 = 4.944$ y significación = .084 mayor al 0.05, sin embargo, esta variables es la que más se acerca a una posible relación entre la ansiedad y el tipo de personalidad neuroticismo, pero, concluimos que no existe relación entre la ansiedad y el tipo de personalidad de neuroticismo.

Prueba de Kruskal-Wallis para muestras independientes



N total	40
Estadístico de contraste	,190
Grados de libertad	2
Sig. asintótica (prueba bilateral)	,909

1. Los estadísticos de prueba se ajustan para empates.
2. No se realizan múltiples comparaciones porque la prueba global no muestra diferencias significativas en las muestras.

De estos resultados vemos un total de 40 deportistas, con un valor de Chi cuadrado $\chi^2 = .190$ y significación = .909 mayor al 0.05, por lo que se confirma que no existe relación entre la ansiedad y el tipo de personalidad Psicoticismo.

Entonces decimos: dados los resultados obtenidos, pudimos encontrar que no existe una relación significativa entre la ansiedad (EAA) que sufren los deportistas y un tipo de personalidad. También encontramos que la mayoría de los deportistas poseen un tipo de personalidad mas de Neuroticismo con una significación (*sig.* = 0.019) tal como se muestra en la tabla 16 (Test de ANOVA)

4.4.2. Prueba de hipótesis específicas

4.4.2.1. Hipótesis específica 1

Ho: El grado de ansiedad es normal o menor en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte

Ha: El grado de ansiedad es alto en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte

Ho: $\mu = 60$ o menos

Ha: $\mu > 60$

a) Nivel de significación: 5%

b) Estadístico de Prueba: Prueba t-student para una muestra

Tabla 17.

Tabla de distribución de frecuencias para la variable ansiedad

Índice EAA - Impresión de Equivalencia Clínica				
	Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Dentro de los límites normales.	23	57,5	57,5	57,5
No hay ansiedad				
Presencia de Ansiedad mínima	16	40,0	40,0	97,5
Presencia de Ansiedad Marcada	1	2,5	2,5	100,0
Total	40	100,0	100,0	

Fuente: Elaboración propia

Como se aprecia en la tabla y gráfico, el 57.5% de los deportistas encuestados presentan un nivel de **Ansiedad dentro de los límites normales** y el otro 40.0% presenta un nivel de ansiedad mínimo, y sola una persona (2.5%) presenta una ansiedad marcada, según el examen aplicado a 40 deportistas.

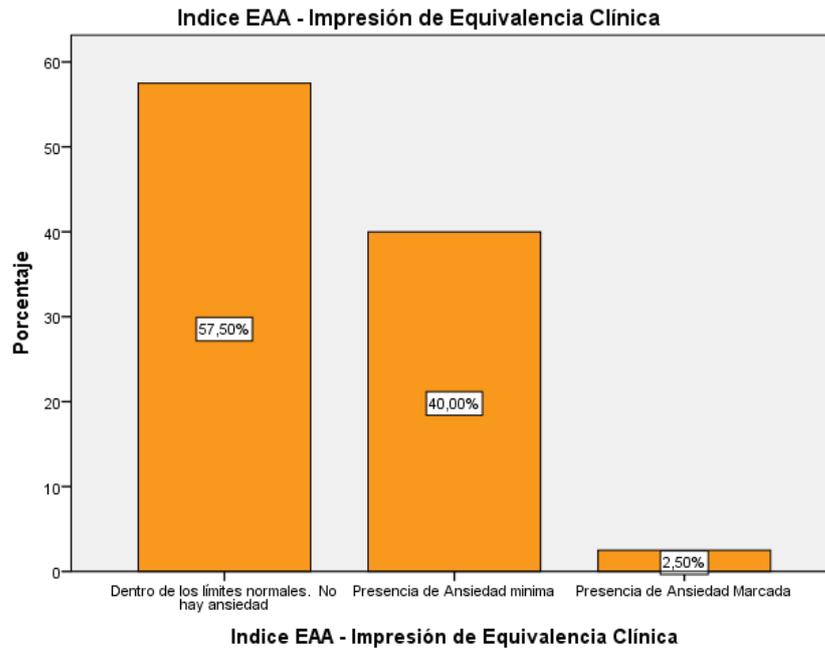


Figura 9. Índice de Ansiedad (EAA) usando la equivalencia clínica
Fuente: Elaboración propia

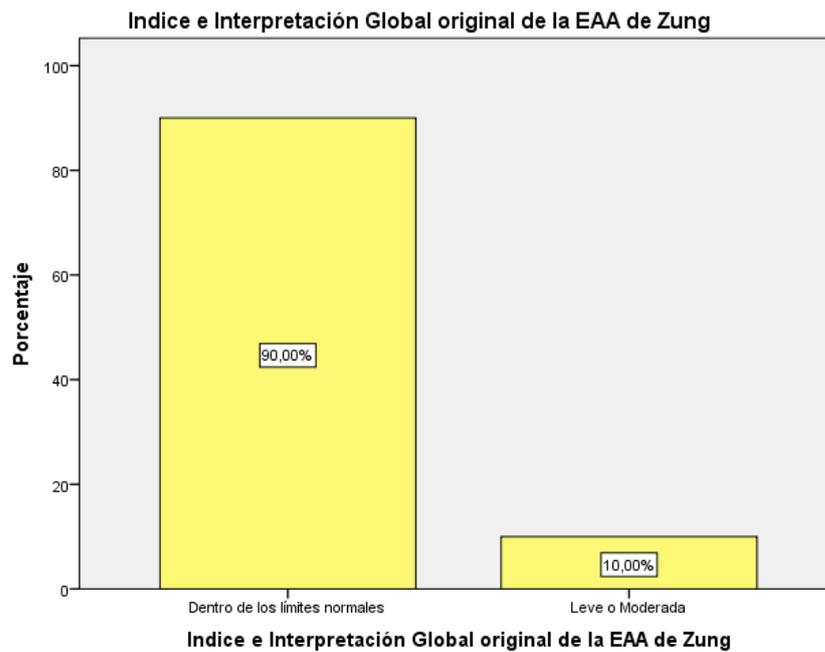


Figura 10. Índice de Ansiedad (EAA) usando la Interpretación Global de la EAA
Fuente: Elaboración propia

En este último gráfico, el 90% de los deportistas examinados, se encuentran dentro de los límites normales, el 10% de ellos presenta un nivel de ansiedad leve o moderado.

Tabla 18.*Estadísticas descriptivas para el Índice de EAA (Ansiedad)*

Estadísticas de muestra única				
	N	Media	Desviación estándar	Media de error estándar
Índice de EAA	40	43,65	6,355	1,005

Fuente: Elaboración propia.

Como vemos en la tabla, de los 40 deportistas, la media en puntaje es de ($\bar{x} = 43.65$, $Desv. Stan. = 6.355$) la cual nos hace presumir que el nivel de ansiedad en los deportistas es menor a 60 (grado de ansiedad alta).

Para la comprobación de esta información, procederemos a realizar la prueba T-Student para una muestra, con el valor de media 60 como grado de ansiedad alta, obteniendo los siguientes resultados.

Tabla 19.*Prueba estadística T-Student para una muestra*

Prueba de muestra única						
Valor de prueba = 60						
	T	gl	Sig. (bilateral)	Diferencia de medias	95% de intervalo de confianza de la diferencia	
					Inferior	Superior
Índice de EAA	-16,271	39	1-,000=0.999	-16,350	-18,38	-14,32

Fuente: Elaboración propia.

Como se puede apreciar en la tabla de resultados de la t-student, obtenemos un valor de t ($t = -16.271$, $gl = 39$), como este valor sale negativo, siendo la hipótesis mayor a 60, es que la significación debe corregirse restando 1 al valor de la significación, porque el valor de la significación es de ($sig. = 0.999$) mayor al 0.05, por lo que se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna, en otras palabras, que el grado de ansiedad es 60 o menor en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte, y esto puede verificarse con la tabla 18, donde la media es de 43.65, menor a 60.

Entonces: podemos afirmar que el *grado de ansiedad en los deportistas de fondo y medio fondo es bajo*, en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte, sino que se encuentra en los límites normales o son leves. Por lo tanto, se acepta la hipótesis nula y se rechaza la hipótesis alterna.

4.4.2.2. Hipótesis específica 2

Ha: Existen diferencias significativas entre la personalidad de los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte en relación con la dimensión de ansiedad fisiológica

Ho: Existen diferencias significativas entre la personalidad de los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte en relación con la dimensión de ansiedad fisiológica

- a) Nivel de significancia: 5%
- b) Prueba estadística: ANOVA a un factor

Para determinar si existen diferencias entre la personalidad de los deportistas estudiados, se ha procedido a realizar una prueba de homogeneidad de varianzas haciendo uso de la prueba de Levene, con los siguientes resultados.

Tabla 20.
Prueba de homogeneidad de varianzas

Prueba de homogeneidad de varianzas				
	Estadístico de Levene	gl1	gl2	Sig.
Frecuencia Extraversión	,133 ^a	1	37	,718
Frecuencia Neuroticismo	,303 ^b	1	37	,586
Frecuencia Psicoticismo	1,270 ^c	1	37	,267

Fuente: Elaboración propia

Como se aprecia en los resultados de la prueba de Levene para la homogeneidad de varianzas, nos presenta que todas las varianzas son homegeneas, debido a que el valor de la significación (*sig.extraversion* = .718, *sig.neuroticismo* = .586, *sig.psicoticismo* = .267), todas son mayores a 0.05, por lo que concluimos que las varianzas son homegeneas.

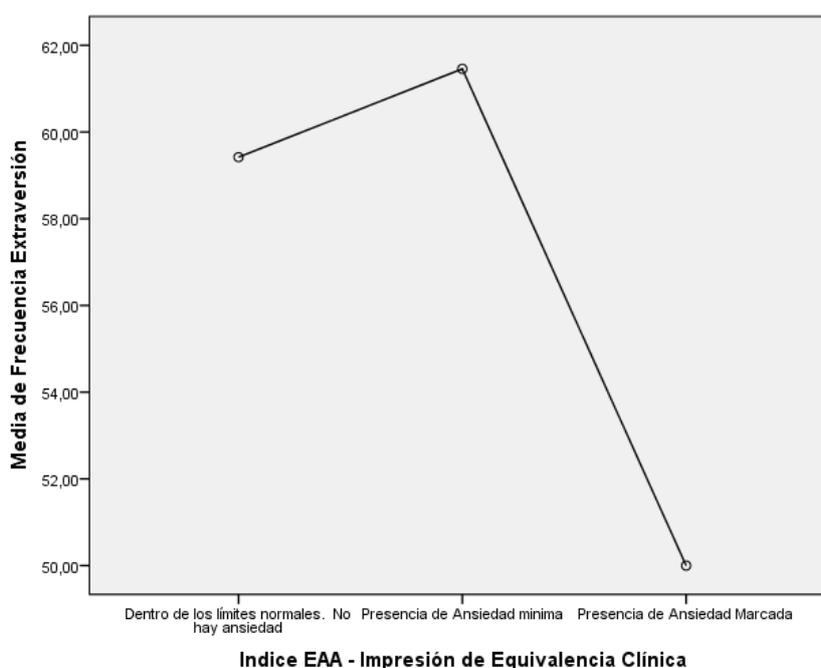
Ahora realizaremos una prueba de cuál de estas varianzas presenta alguna diferencia o todas son iguales, tal como lo plantea esta hipótesis.

Tabla 21.*Análisis de varianza (ANOVA) para la variable personalidad*

		ANOVA				
		Suma de cuadrados	Gl	Media cuadrática	F	Sig.
Frecuencia	Entre grupos	141,697	2	70,848	,133	,876
Extraversión	Dentro de grupos	19746,681	37	533,694		
	Total	19888,378	39			
Frecuencia	Entre grupos	4417,879	2	2208,940	4,400	,019
Neuroticismo	Dentro de grupos	18573,324	37	501,982		
	Total	22991,203	39			
Frecuencia	Entre grupos	69,258	2	34,629	,140	,869
Psicoticismo	Dentro de grupos	9124,131	37	246,598		
	Total	9193,389	39			

Fuente: Elaboración propia

De la tabla podemos observar que, si Existen diferencias significativas entre la personalidad de los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte en relación con la dimensión de ansiedad fisiológica, especialmente en la variable Neuroticismo, mas no en extraversión y en psicoticismo.

**Figura 11.** Diferencias entre extraversión y la ansiedad*Fuente: Elaboración propia*

Como se aprecia en el gráfico, la ansiedad mínima y normal, son muy parecidas, solo se presenta una presencia de ansiedad marcada, sin embargo, no existe relación entre la personalidad con la ansiedad de los deportistas.

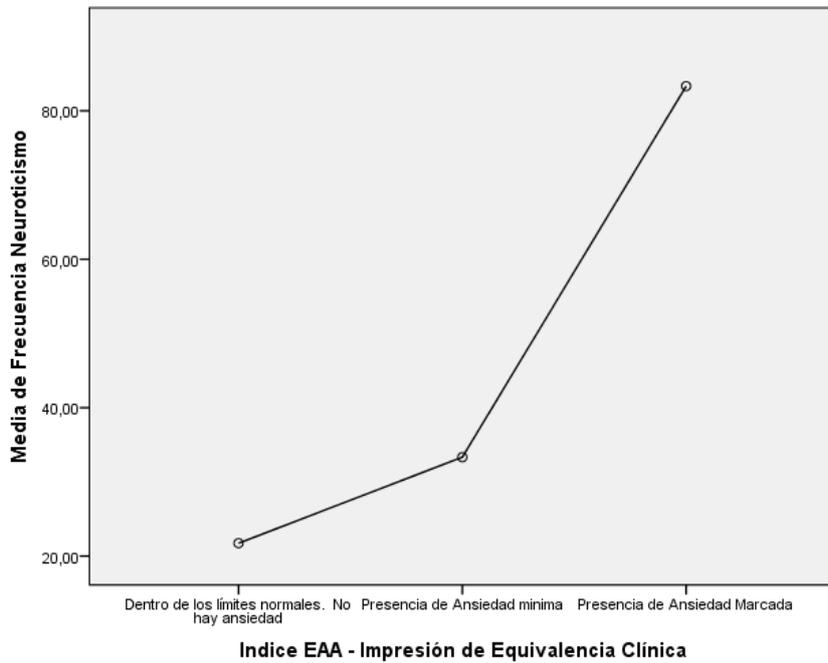


Figura 12. Diferencias entre neuroticismo y la ansiedad
Fuente: Elaboración propia

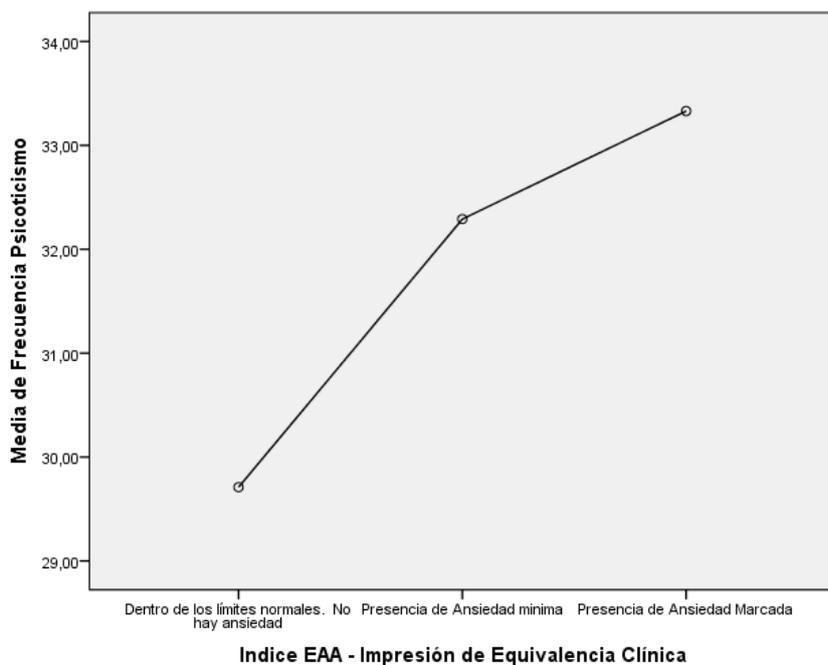


Figura 13. Diferencias entre psicoticismo y la ansiedad
Fuente: Elaboración propia

Como podemos observar, de los datos mostrados es que, **si existen** diferencias significativas entre la personalidad de los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte en relación con la dimensión de ansiedad fisiológica, que, para nuestro caso, este es el Neuroticismo, término creado por Hans Jürgen Eysenck en su análisis dimensional de la personalidad. Lo define de la siguiente manera: se considera al individuo alto en Neuroticismo como una persona con un tipo de sistema nervioso lábil y sobreactivo, una persona que reaccionan demasiado intensamente y demasiado persistentemente ante estímulos externos demasiado fuertes (1960). Las personas normales tendrían un bajo nivel de Neuroticismo. Un Neuroticismo acompañado de introversión daría lugar a trastornos de ansiedad, obsesiones y depresión y un neuroticismo acompañado de extraversión daría lugar a la neurosis histérica y a las personalidades psicopáticas.

V. DISCUSIÓN

5.1. Análisis de discusión de resultados

El estrés, la desesperación, nervios la ansiedad y otros factores, son los que afectan a los deportistas y merman su rendimiento, aunque en este estudio nos centramos en la disciplina de fondo y medio, esta afecta a deportistas de diferentes disciplinas y de allí la importancia de contar con estudios en esta materia.

Consideramos que la psicología juega un rol importante dentro de la práctica del deporte, tanto en la liga de atletismo, futbol, vóley y en otras; consideramos importante inclusive desde la educación primaria, secundaria y superior, y los profesionales en esta materia son cada vez más requeridos en las instituciones u organizaciones deportivas. De hecho, un profesional de este ámbito, puede hacer la diferencia entre el éxito o el fracaso de los logros y objetivos de un atleta.

Al comenzar esta investigación, podemos indicar –y no nos causa sorpresa– que el tipo de personalidad más predominante es el **Neuroticismo** o inestabilidad emocional. Según (Vallejo-Sánchez & Pérez-García, 2018) explica que el neuroticismo es “es el rasgo de personalidad más consistentemente asociado a psicopatología”, aunque con otra connotación se puede definir el neuroticismo como un “tipo de inestabilidad emocional, acordando que aquellas personas que padecen niveles altos de ansiedad, inestabilidad, sentimientos de culpa, episodios constantes de tensión e incluso enfermedades o sintomatologías de carácter psicósomáticos”(Marín-Morales et al., 2014) (que sólo son productos de la mente pero que impactan al cuerpo), son proclives a padecer neuroticismo.

Según los resultados obtenidos de las encuestas realizadas, encontramos que, a partir del análisis de los datos, estos mostraron una fiabilidad del 0.910 en el alfa de Cronbach, lo que nos permite indicar que la información recolectada para este análisis es altamente confiable.

Se han analizado tanto la ansiedad, así como la personalidad de los deportistas, los cuales se han trabajado con muestras emparejadas, y en un primer análisis, se encontró que el 57.5% de los encuestados se encuentran dentro de los límites normales de ansiedad, un 40% presentaba niveles de ansiedad mínima y el

restante (2.5%) presenta una ansiedad marcada, por lo que no encontramos evidencia estadística, que asevere que los deportistas sufren de un nivel de ansiedad altos, tal como lo habíamos considera inicialmente.

Vimos este comportamiento y lo podemos justificar, debido a que el presente estudio fue realizado sin que exista una competencia deportiva cercana, debido a que todos están en proceso de preparación. Suponemos, sin embargo, que cuando una competencia este muy próximo, ya sea local, nacional o internacional, suponemos que los niveles de ansiedad serán más notorios y podríamos contrastar la información en esa situación, pero por lo pronto, no es el caso, y se realizará otro estudio en estas condiciones y verificar nuestra hipótesis.

Se encontró una escala Global original de la EAA de Zung, la cual presenta otros parámetros de análisis, y los sometimos a nuestros datos, obteniendo que, según esta escala, el 90% de los deportistas se encuentran dentro de los límites normales y que el 10% de estos se encuentran en leve o moderada, la cual no contraviene a los resultados que nosotros obtuvimos.

El Inventario de Personalidad de Eysenck (EPI) sirve para la medición de dos de las más importantes dimensiones de la personalidad: Introversión-extroversión (E) y neurotismo (estabilidad- inestabilidad) (N). Según el análisis de los datos realizado a las encuestas, en un primer análisis de los tipos de personalidad, se pudo apreciar que le 32.5% de estos son altamente introvertidos, un 42.5% con introvertidos y el 22.5% con tendencia introvertida, y solo 1 (2.5%) altamente extrovertido, se presenta una clara tendencia a la introversión.

Según la (*Diccionario de La Lengua Española, RAE - ASALE, n.d.*) introversión significa “Condición de la persona que se distingue por su inclinación hacia el mundo interior, por la dificultad para las relaciones sociales y por su carácter reservado.”, aunque si vemos a todos los deportistas, estas sumidos en su propio entrenamiento, por lo general solos o son las personas que los ayudan a prepararse, por lo que este resultado no son sorprende del todo, de hecho fue que consideramos desde un inicio de la investigación, y el análisis de datos lo ha confirmado.

Lo que si nos llamó la atención fue que un 52.5% de los deportistas encuestados, presenta un cuadro de inestabilidad emocional, claramente ligado al tipo de personalidad neurótica, ósea, se conoce que son personas son más propensas que otras a tener problemas psicológicos tales como la Ansiedad o Depresión ante situaciones difíciles. Un 37.5% de los deportistas examinados son altamente inestables y un 10% presentan una tendencia inestable. Se tenían sospechas de estos comportamientos, pero cuando vimos los resultados, nos sorprendidos, y claramente están muy propensos a tener cuadros de ansiedad o depresión, especialmente frente a competencias o a poder clasificar a instancias de competición nacional o internacional, por lo que es necesario tener en claro estos elementos para poder ayudar a fortalecer esas debilidades que se han encontrado.

Como parte de nuestro objetivo e hipótesis general fue probar que *el grado de ansiedad es alta y está relacionada con algún tipo de personalidad en los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte*, con respecto al primer punto, encontramos que el grado de ansiedad está dentro de los parámetros normales, y después de analizar estos haciendo uso de las pruebas estadísticas, se encontró que no existe una relación significativa entre la ansiedad y que este asociado a un tipo de personalidad en concreto, salvo del tipo neuroticismo, sin embargo, las pruebas de ANOVA arrojaron una diferencia significativa del tipo de personalidad Neuroticismo con una significación (*sig.* = 0.019) tal como se muestra en la tabla 16 (Test de ANOVA), lo que nos indica que el tipo de personalidad que más se ajusta a los deportista es ese, y no tanto los otros 2.

Un dato importante que encontramos en este estudio es que los varones tienden a ser más introvertidos que las mujeres, y también encontramos que los varones presentan una mayor inestabilidad emocional (55.0%) más que las mujeres (45%), siendo los varones más inestables que las mujeres.

VI. CONCLUSIONES

Una vez terminado de analizar los datos sobre nuestra hipótesis que proponíamos es que el grado de ansiedad es alta y está relacionada con algún tipo de personalidad en los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte, pudimos concluir en lo siguiente:

Primero: Haciendo un análisis de cada variable con sus componentes, pudimos observar que el nivel de ansiedad en los deportistas de fondo y medio fondo son bajos, sin embargo, encontramos varios aspectos interesantes acerca de los deportistas, como: el 45.5% de ellos son introvertidos, el 32.5% son altamente introvertidos, el 22.5% poseen una tendencia a la introversión y el 2.5%% indica ser altamente extrovertido. El 97.5% de los deportistas encuestados presentan cuadros de inestabilidad emocional, es decir, que están propensos a sufrir de cuadros de ansiedad o depresión, consideramos nosotros cuando una competición o clasificación está muy cerca y creemos que es en esos momentos donde estos niveles de ansiedad puedan ser más evidentes.

Segundo: Nuestra hipótesis general indicaba que el grado de ansiedad era alto y que estaba relacionada con algún tipo de personalidad, por lo concluimos que, el nivel de ansiedad en los deportistas es bajo con una media ($\bar{x} = 43.65$, Desv. standar = 6.355) vea la tabla 18, por debajo de la media de 60, que es alta y muy alta, según el INDICE “EAA” IMPRESIÓN GLOBAL DE EQUIVALENCIA CLINICA, aunque no muestra una relación significativa con algún tipo de personalidad, si presenta una clara inclinación al tipo de personalidad NEUROTICISMO.

Tercero: Como parte de nuestra hipótesis específica fue si existen diferencias significativas entre la personalidad de los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte en relación con la dimensión de

ansiedad, de lo cual encontramos que la personalidad que más predomina es el **neuroticismo**, que es un tipo de inestabilidad emocional, sentimientos de culpa, episodios constantes de tensión. Esto si lo sufren mucho, pero no existe evidencia estadística que esté relacionado con la ansiedad. Ambos factores puede que se potencien si están expuestos a otros aspectos o factores que provoquen un cambio en su actitud y que se vean expuestas un nivel de tensión y presión muchas veces impuesta por ellos mismos, ya que también se ha encontrado que los niveles de **Psicoticismo**, son bajos y como se explicó, es una característica que indica que son muy responsables, en extremo pueden desarrollar fuertes tendencias religiosas, también se caracterizan por ser seguidores de normas, y el 59.1% de los deportistas estudiados poseen esta característica, y que lo varones tienen una tendencia mayor en obedecer las normas y las reglas que las mujeres, aunque el porcentaje es mínimo, para hacer alguna diferencia.

VII. RECOMENDACIONES

- Primera:** Crear un programa interdisciplinario para los atletas de alto rendimiento en esta región altiplánica, basándose en un acompañamiento de un profesional en psicología, haciendo uso de técnicas y herramientas a fin de fortalecer el equilibrio mental de nuestros atletas, formando un programa de atletas, entrenadores, compañeros y familiares, para que se logre un trabajo integral con los deportistas y esos a su vez, puedan afrontar las exigencias de las competiciones de una manera más óptima.
- Segunda:** Realizar un trabajo psicología deportivo de manera más constante, debido a que es de gran importancia en la práctica de este deporte, junto con un acompañamiento en cada fase y etapa de su desarrollo en estas competencias, pre y post competencia de alto nivel, brindándole al deportista el control y manejo de sus emociones, así como mejorar la ansiedad que muchos de los atletas sufren y que en la actualidad no se refleja la importancia del psicólogo dentro deporte.
- Tercera:** Realizar un trabajo especializado con los entrenadores, junto con la ayuda de Coach, para potenciar su desarrollo físico y mental, debido a que estos profesionales, son la base del nivel y rendimiento de sus dirigidos, concientizarlos y capacitarlos en el uso de instrumentos de medición de la ansiedad, así como conocer cada aspecto de la personalidad de ellos, con la ayuda de un psicólogo, para que él sepa cómo afrontar su entrenamiento físico-mental y controlar las situaciones adversas que se le presente al deportista.
- Cuarto:** Buscar el apoyo de las instituciones del Estado en cuanto a ligas del deporte, empresas privadas, ONG para buscar financiamiento y los recursos necesarios para la formación de programas psicológicos, a fin de fortalecer la salud mental de los deportistas, que contribuyan a un mejor desempeño a los atletas de alto rendimiento, como también lograr obtener los recursos para que más psicólogos deportivos, puedan desempeñarse en esta área del deporte.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arana, G. L., & Caritimari, T. (2017). *Personalidad e Inteligencia Emocional en los estudiantes del nivel Primaria de la Institución Educativa Adventista José de San Martín de Tarapoto, 2016.*
- Benedito, C., & Botella, C. (1992). *El tratamiento de la ansiedad generalizada por medio de procedimientos cognitivo-comportamentales.* <https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/7132/6996>
- Cáceres Landaburu, S. (2017). *Relación entre factores de personalidad y depresión con el rendimiento académico en estudiantes de una facultad en una universidad privada de lima metropolitana.*
- Calle, D. (2018). *Rasgos de la personalidad y comportamiento en adultos de los presuntos agresores evaluados en el Instituto de Criminología, Universidad Central del Ecuador, enero – diciembre 2015, en relación al delito.*
- Camuñas, N., Mavrou, I., & Miguel-Tobal, J. J. (2019). Ansiedad y tristeza-depresión: Una aproximación desde la teoría de la indefensión-desesperanza. *Revista de Psicopatología y Psicología Clínica*, 24(1), 19–28. <https://doi.org/10.5944/rppc.23003>
- Cano, A. (2012). *Control emocional, estilo represivo de afrontamiento y cáncer: ansiedad y cáncer. in psicooncología* (Issue 20, pp. 131–148). <https://doi.org/10.5821/ace.v7i20.2576>
- Castro-Sánchez, M., -Sánchez, C., Zurita-Ortega, ;, Ramírez-Granizo, ;, & Ubago-Jiménez, ; (2020). *Relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en deportistas relationship between emotional intelligence and anxiety levels in athleteS. Journal of Sport and Health Research*, 1, 42–53.
- Castro-Sanchez, M., & Zurita-Ortega, F. (2019). Estudio descriptivo de los niveles de ansiedad en deportistas según modalidad practicada. *Journal of Sport and Health Research*, 11(3), 241–250.
- Ceballos Montalvo, D. (2017). Teorías de la ansiedad en la terapia Gestalt. *Poiésis*, 1(33), 46. <https://doi.org/10.21501/16920945.2495>
- Diccionario de la lengua española - RAE. (2014a). *Definición de ansiedad.* Edición 23. <https://dle.rae.es/ansiedad>

- Diccionario de la lengua española - RAE. (2014b). *Definición de personalidad*.
<https://dle.rae.es/personalidad?m=form>
- Eysenck, H. J. (1985). Stress, appraisal, and coping. *Behaviour Research and Therapy*, 23(6), 714–715. [https://doi.org/10.1016/0005-7967\(85\)90087-7](https://doi.org/10.1016/0005-7967(85)90087-7)
- Gluck-Vanlaer, N. (2000). Trastornos de la personalidad. *EMC - Tratado de Medicina*, 4(1), 1–8. [https://doi.org/10.1016/S1636-5410\(00\)70059-6](https://doi.org/10.1016/S1636-5410(00)70059-6)
- Guillamón, N. (2019). *Ansiedad y personalidad | Clínica de la Ansiedad*.
<https://clinicadeansiedad.com/problemas/introduccion/ansiedad-y-personalidad/>
- Hernández Sampieri, R. (2010a). Metodología de la investigación. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Hernández Sampieri, R. (2010b). Metodología de la investigación. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
<https://doi.org/10.1017/CBO9781107415324.004>
- Hernandez Sampieri, R., Fernandez Collado, C., & Baptista Lucio, M. del P. (2010). Metodología de la investigación. In J. M. Chacón (Ed.), *Metodología de la investigación* (Quinta edi). <https://doi.org/-> ISBN 978-92-75-32913-9
- Herrera, J. A. (2009). ANSIEDAD Y ESTRÉS. In *Psiconeuroinmunología para la práctica clínica* (pp. 15–24). Programa Editorial Universidad del Valle.
<https://doi.org/10.2307/j.ctv1228hvx.4>
- Inés Melchor* - *Wikipedia, la enciclopedia libre*. (2019).
https://es.wikipedia.org/wiki/Inés_Melchor
- introversión | Definición | Diccionario de la lengua española | RAE - ASALE*. (n.d.). Retrieved June 17, 2020, from <https://dle.rae.es/introversión>
- Lopez, A., Nieto, J., & Moraleda, J. . (2018). Estilos de afrontamiento al estrés , niveles de ansiedad y depresión en pacientes oncohematológicos , en proceso de trasplante autólogo CO - PS - 05. *I Jornadas Doctorales de La Universidad de Murcia, January 2015*.
- Marín-Morales, D., Carmona Monge, F. J., & Peñacoba-Puente, C. (2014). Personality, depressive symptoms during pregnancy and their influence on postnatal depression in Spanish pregnant Spanish women. *Anales de Psicología*. <https://doi.org/10.6018/analesps.30.3.153101>

- Neqabi, S., & Bahadori, M. (2012). Relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en deportistas. *Journal of Military Medicine*, 14(2), 123–128.
- Núñez Lozano, J. M. (2019). *Personalidad, inteligencia verbal e inteligencia emocional como factores predictores de resiliencia educativa*. 1.
- Organizacion Mundial de la Salud, O. (2017). OMS | Salud mental. WHO. http://www.who.int/mental_health/es/
- Peralta Ayala, C., & Moya Silva, T. (2017). Síndrome de Burnout en estudiantes de Odontología. *Dominio de Las Ciencias*, 3(1). <https://doi.org/10.23857/dom.cien.pocaip.2017.3.1.432-442>
- Pereyra Espichan, K. L. (2015). *Rasgos de personalidad y características socio - demograficas y laborales relacionadas con el sindrome de burnout en persona medico de la Microred Barranco - Chorrillos - Surco, Enero 2015*. 112. https://pdfs.semanticscholar.org/481d/45251bb4237e9aeab701106496be2c06208d.pdf?_ga=2.222498642.818522142.1586297743-615831679.1586297743
- Reyes Marrero, R., & de Portugal Fernández del Rivero, E. (2019). Trastornos de ansiedad. *Medicine (Spain)*. <https://doi.org/10.1016/j.med.2019.07.001>
- Rustom Jabbaz, A. (2012). *Estadística Descriptiva, Probabilidad e Inferencia. Una visión conceptual y aplicada*. <http://www.captura.uchile.cl/handle/2250/50772%0Ahttp://www.repositorio.uchile.cl/handle/2250/120284>
- Sánchez, Z., Luisa, M., López, C., & Moral, V. (2017). Relacion entre autoconcepto físico, ansiedad y personalidad manifestada en usuarios de gimnasios. *RETOS. Nuevas Tendencias En Educación Física, Deporte y Recreación*, 32, 53–57.
- Torres Valenzuela, A., Velázquez Hernández, G. Y., Martínez Luna, A. A., García García, J., Gómez Rodríguez, M., Jasso Jiménez, L. A., & Ortiz Valdivia, D. (2017). Rasgos de personalidad en alumnos de reciente ingreso a la carrera de medicina. *Investigación En Educación Médica*. <https://doi.org/10.1016/j.riem.2017.02.002>
- Vallejo-Sánchez, B., & Pérez-García, A. M. (2018). Contribución del Neuroticismo, Rasgos Patológicos de Personalidad y Afrontamiento en la Predicción de la Evolución Clínica: Estudio de Seguimiento a los 5 Años de una Muestra de Pacientes con Trastorno Adaptativo. *Clínica y Salud*, 29(2), 58–62. <https://doi.org/10.5093/clysa2018a9>

ANEXOS

Anexo 1. Matriz de consistencia

“ESTUDIO DE LA ANSIEDAD EN LOS DEPORTISTAS DE LA DISCIPLINA DE ATLETISMO MEDIÓ FONDO Y FONDO Y SU RELACIÓN CON LA PERSONALIDAD EN LA LIGA DE ATLETISMO CONSEJO REGIONAL DEL DEPORTE, INSTITUTO PERUANO DEL DEPORTE 2019”

PROBLEMA GENERAL	OBJETIVO GENERAL	HIPÓTESIS PRINCIPAL	VARIABLES	DISEÑO METODOLÓGICO
¿La ansiedad en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo, está relacionada con la personalidad de los deportistas en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte?	Determinar el grado de ansiedad y su relación con la personalidad en los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte	El grado de ansiedad es alta y está relacionada con algún tipo de personalidad en los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte	Ansiedad Test Zung	Tipo de estudio: Tipo de Estudio Correlacional - Descriptivo Diseño de la investigación: Experimental Área de estudio: Liga de Atletismo Consejo Regional del Deporte, Instituto Peruano del Deporte Población y muestra Población: 40 atletas Muestra: 40 atletas Instrumentos: - Test para Ansiedad - Test para Personalidad - Entrevista - Hojas de Control Valoración estadística Paquete estadístico SSPS 24
PROBLEMAS ESPECÍFICOS	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	HIPÓTESIS ESPECÍFICOS	Personalidad Test Personalidad	
¿Cuál es el grado de ansiedad en los deportistas de atletismo disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte?	Determinar el grado de ansiedad que más afecta a los deportistas de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte	El grado de ansiedad es alto en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte		
¿Qué tipo de personalidad es la que más predomina en los deportistas de atletismo disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte y su relación con la dimensión de ansiedad fisiológica?	Determinar el tipo de personalidad que más predomina en los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte y su relación con la dimensión de ansiedad fisiológica	Existen diferencias significativas entre la personalidad de los deportistas de la disciplina de fondo y medio fondo en la liga de atletismo consejo regional del deporte, instituto peruano del deporte en relación con la dimensión de ansiedad fisiológica		

Anexo 2. Matriz de operacionalización de variables

Variable	Definición Conceptual	Definición Operacional	Dimensiones	Indicadores
Variable1: Ansiedad	Los procesos fisiológicos y psicológicos que se desarrollan cuando existe un exceso de demandas ambientales percibidas por un sujeto y éste fracasa en satisfacerlas		Cognitivo	Pensamientos persistentes Sensación de fallar Vergüenza
		Puntuaciones obtenidas por el Test de Zung	Fisiológico	Palpitaciones Nauseas Contracturas Sudoración
			Comportamentales	Onicofagia Morderse los labios Sonarse nudillos Inquietud motora
			Emocionales	Angustia Miedos Aprensión Irritabilidad
Variable2: Personalidad	Es el conjunto de características físicas, genéticas y sociales que reúne un individuo, y que lo hacen diferente y único respecto del resto de los individuos.	Constará por las puntuaciones, obtenidas de la aplicación del test EPQR- A	Introversión – Extroversión “E” Neuroticismo (Estabilidad - Inestabilidad) “N” Sinceridad (escala de mentiras) “L”.	Grados Temperamentales: Melancólico Colérico Flemático Sanguíneo

Anexo 3. Instrumentos

INVENTARIO DE PERSONALIDAD EYSENCK FORMATO B CUESTIONARIO

INSTRUCCIONES

Aquí tienes algunas preguntas sobre el modo como usted se comporta, siente y actúa. Después de cada pregunta, conteste en la hoja de respuestas con un "SI" o con una "NO" según sea su caso.

Trate de decir "SI" o "NO" representa su modo usual de actuar o sentir, entonces, ponga un aspa o cruz en el círculo debajo de la columna "SI" o "NO" de su hoja de respuestas. Trabaje rápidamente y no emplee mucho tiempo en cada pregunta; queremos su primera reacción, en un proceso de pensamiento prolongado.

El cuestionario total no debe de tomar más que unos pocos minutos. Asegúrese de omitir alguna pregunta.

Ahora comience. Trabaje rápidamente y recuerde de contestar todas las preguntas. No hay contestaciones "correctas" ni "incorrectas" y esto no es un test de inteligencia o habilidad, sino simplemente una medida de la forma como usted se comporta.

1. ¿Le gusta abundancia de excitación y bullicio a su alrededor?
2. ¿Tiene a menudo un sentimiento de intranquilidad, como si quisiera algo, pero sin saber qué?
3. ¿Tiene casi siempre una contestación lista a la mano cuando se le habla?
4. ¿Se siente algunas veces feliz, algunas veces triste, sin una razón real?
5. ¿Permanece usualmente retraído (a) en fiestas y reuniones?
6. Cuando era niño(a) ¿hacia siempre inmediatamente lo que le decían, sin refunfuñar?
7. ¿Se enfada o molesta a menudo?
8. Cuando lo(a) meten a una pelea ¿prefiere sacar los trapitos al aire de una vez por todas, en vez de quedar callado(a) esperando que las cosas se calmen solas?
9. ¿Es usted triste, melancólico (a)?
10. ¿Le gusta mezclarse con la gente?
11. ¿Ha perdido a menudo el sueño por sus preocupaciones?
12. ¿Se pone a veces malhumorado (a)?
13. ¿Se catalogaría a si mismo(a) como despreocupado (a) o confiado a su buena suerte?
14. ¿Se decide a menudo demasiado tarde?
15. ¿Le gusta trabajar solo (a)?
16. ¿Se ha sentido a menudo apático (a) y cansado(a) sin razón?
17. ¿Es por lo contrario animado(a) y jovial?
18. ¿Se ríe a menudo de chistes groseros?

19. ¿Se siente a menudo hastiado(a), harto, fastidiado?
20. ¿Se siente incómodo(a) con vestidos que no son del diario?
21. ¿Se distrae (vaga su mente) a menudo cuando trata de prestar atención a algo?
22. ¿Puede expresar en palabras fácilmente lo que piensa?
23. ¿Se abstrae (se pierde en sus pensamientos) a menudo?
24. ¿Está completamente libre de prejuicios de cualquier tipo?
25. ¿Le gusta las bromas?
26. ¿Piensa a menudo en su pasado?
27. ¿Le gusta mucho la buena comida?
28. Cuando se fastidia ¿necesita algún(a) amigo(a) para hablar sobre ello?
29. ¿Le molesta vender cosas o pedir dinero a la gente para alguna buena causa?
30. ¿Alardea (se jacta) un poco a veces?
31. ¿Es usted muy susceptible (sensible) por algunas cosas?
32. ¿Le gusta más quedarse en casa, que ir a una fiesta aburrida?
33. ¿se pone a menudo tan inquieto(a) que no puede permanecer sentado(a) durante mucho rato en una silla?
34. ¿Le gusta planear las cosas, con mucha anticipación?
35. ¿Tiene a menudo mareos (vértigos)?
36. ¿Contesta siempre una carta personal, tan pronto como puede, después de haberla leído?
37. ¿Hace usted usualmente las cosas mejor resolviéndolas solo(a) que hablando a otra persona sobre ello?
38. ¿Le falta frecuentemente aire, sin haber hecho un trabajo pesado?
39. ¿Es usted generalmente una persona tolerante, que no se molesta si las cosas no están perfectas?
40. ¿Sufre de los nervios?
41. ¿Le gustaría más planear cosas, que hacer cosas?
42. ¿Deja algunas veces para mañana, lo que debería hacer hoy día?
43. ¿Se pone nervioso(a) en lugares tales como ascensores, trenes o túneles?
44. Cuando hace nuevos amigos(as) ¿es usted usualmente quien inicia la relación o invita a que se produzca?
45. ¿Sufre fuertes dolores de cabeza?
46. ¿Siente generalmente que las cosas se arreglarán por sí solas y que terminarán bien de algún modo?
47. ¿Le cuesta trabajo coger el sueño al acostarse en las noches?
48. ¿Ha dicho alguna vez mentiras en su vida?
49. ¿Dice algunas veces lo primero que se le viene a la cabeza?
50. ¿Se preocupa durante un tiempo demasiado largo, después de una experiencia embarazosa?
51. ¿Se mantiene usualmente hético(a) o encerrado (a) en sí mismo(a), excepto con amigos muy íntimos?

52. ¿Se crea a menudo problemas, por hacer cosas sin pensar?
53. ¿Le gusta contar chistes y referir historias graciosas a sus amigos?
54. ¿Se le hace más fácil ganar que perder un juego?
55. ¿Se siente a menudo demasiado consciente de sí mismo(a) o poco natural cuando esta con sus superiores?
56. Cuando todas las posibilidades están contra usted, ¿piensa aun usualmente que vale la pena intentar?
57. ¿Siente “sensaciones” en el abdomen, antes de un hecho importante?

**POR FAVOR ASEGÚRESE QUE HAYA CONTESTADO TODAS LAS
PREGUNTAS**

TEST DE ZUNG
PROTOCOLO DEL INSTRUMENTO ORIGINAL

Instrucciones

Marque con una X en el espacio correspondiente según como usted se haya sentido durante la última semana

N o	Ítem	Nunc a o casi nunc a	A vece s	Con bastante frecuenc ia	Siemp re o casi siemp re
1	Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre				
2	Me siento con temo sin razón				
3	Despierto con facilidad o siento pánico				
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos				
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme				
6	Me tiembla los brazos y las piernas				
7	Me mortifican dolores de cabeza cuello o cintura				
8	Me siento débil y me canso fácilmente				
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente				
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón				
11	Sufro de mareos				
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar				
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente				
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies				
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión				
16	orino con mucha frecuencia				
17	Generalmente mis manos están secas y calientes				
18	Siento bochornos				
19	Me quedo dormido(a) con facilidad y descanso bien durante la noche				
20	Tengo pesadillas				

Anexo 4: Validación de los instrumentos

CERTIFICADO DE VALIDEZ DE CONTENIDO DE LOS INSTRUMENTOS INVENTARIO DE PERSONALIDAD EYSENCK - FORMATO B

N°	Dimensiones / Ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	¿Le gusta abundancia de excitación y bullicio a su alrededor?	X		X		X		
2	¿Tiene a menudo un sentimiento de intranquilidad, como si quisiera algo, pero sin saber qué?	X		X		X		
3	¿Tiene casi siempre una contestación lista a la mano cuando se le habla?	X		X		X		
4	¿Se siente algunas veces feliz, algunas veces triste, sin una razón real?	X		X		X		
5	¿Permanece usualmente retraído (a) en fiestas y reuniones?	X		X		X		
6	Cuando era niño(a) ¿hacia siempre inmediatamente lo que le decían, sin refunfuñar?	X		X		X		
7	¿Se enfada o molesta a menudo?	X		X		X		
8	Cuando lo(a) meten a una pelea ¿prefiere sacar los trapitos al aire de una vez por todas, en vez de quedar callado(a) esperando que las cosas se calmen solas?	X		X		X		
9	¿Es usted triste, melancólico (a)?	X		X		X		
10	¿Le gusta mezclarse con la gente?	X		X		X		
11	¿Ha perdido a menudo el sueño por sus preocupaciones?	X		X		X		
12	¿Se pone a veces malhumorado (a)?	X		X		X		
13	¿Se catalogaría a si mismo(a) como despreocupado (a) o confiado a su buena suerte?	X		X		X		
14	¿Se decide a menudo demasiado tarde?	X		X		X		
15	¿Le gusta trabajar solo (a)?	X		X		X		
16	¿Se ha sentido a menudo apático (a) y cansado(a) sin razón?	X		X		X		
17	¿Es por lo contrario animado(a) y jovial?	X		X		X		
18	¿Se ríe a menudo de chistes groseros?	X		X		X		
19	¿Se siente a menudo hastiado(a), harto, fastidiado?	X		X		X		
20	¿Se siente incómodo(a) con vestidos que no son del diario?	X		X		X		

21	¿Se distrae (vaga su mente) a menudo cuando trata de prestar atención a algo?	X		X		X		
22	¿Puede expresar en palabras fácilmente lo que piensa?	X		X		X		
23	¿Se abstrae (se pierde en sus pensamientos) a menudo?	X		X		X		
24	¿Está completamente libre de prejuicios de cualquier tipo?	X		X		X		
25	¿Le gusta las bromas?	X		X		X		
26	¿Piensa a menudo en su pasado?	X		X		X		
27	¿Le gusta mucho la buena comida?							
28	Cuándo se fastidia ¿necesita algún(a) amigo(a) para hablar sobre ello?	X		X		X		
29	¿Le molesta vender cosas o pedir dinero a la gente para alguna buena causa?	X		X		X		
30	¿Alardea (se jacta) un poco a veces?	X		X		X		
31	¿Es usted muy susceptible (sensible) por algunas cosas?	X		X		X		
32	¿Le gusta más quedarse en casa, que ir a una fiesta aburrida?	X		X		X		
33	¿se pone a menudo tan inquieto(a) que no puede permanecer sentado(a) durante mucho rato en una silla?	X		X		X		
34	¿Le gusta planear las cosas, con mucha anticipación?	X		X		X		
35	¿Tiene a menudo mareos (vértigos)?	X		X		X		
36	¿Contesta siempre una carta personal, tan pronto como puede, después de haberla leído?	X		X		X		
37	¿Hace usted usualmente las cosas mejor resolviéndolas solo(a) que hablando a otra persona sobre ello?	X		X		X		
38	¿Le falta frecuentemente aire, sin haber hecho un trabajo pesado?	X		X		X		
39	¿Es usted generalmente una persona tolerante, que no se molesta si las cosas no están perfectas?	X		X		X		
40	¿Sufre de los nervios?	X		X		X		
41	¿Le gustaría más planear cosas, que hacer cosas?	X		X		X		
42	¿Deja algunas veces para mañana, lo que debería hacer hoy día?	X		X		X		
43	¿Se pone nervioso(a) en lugares tales como ascensores, trenes o túneles?	X		X		X		
44	Cuando hace nuevos amigos(as) ¿es usted usualmente quien inicia la relación o invita a que se produzca?	X		X		X		
45	¿Sufre fuertes dolores de cabeza?	X		X		X		

46	¿Siente generalmente que las cosas se arreglarán por sí solas y que terminarán bien de algún modo?	X		X		X		
47	¿Le cuesta trabajo coger el sueño al acostarse en las noches?	X		X		X		
48	¿Ha dicho alguna vez mentiras en su vida?	X		X		X		
49	¿Dice algunas veces lo primero que se le viene a la cabeza?	X		X		X		
50	¿Se preocupa durante un tiempo demasiado largo, después de una experiencia embarazosa?	x		x		x		
51	¿Se mantiene usualmente hérnico(a) o encerrado (a) en sí mismo(a), excepto con amigos muy íntimos?	X		X		X		
52	¿Se crea a menudo problemas, por hacer cosas sin pensar?	X		X		X		
53	¿Le gusta contar chistes y referir historias graciosas a sus amigos?	X		X		X		
54	¿Se le hace más fácil ganar que perder un juego?	X		X		X		
55	¿Se siente a menudo demasiado consciente de sí mismo(a) o poco natural cuando está con sus superiores?	X		X		X		
56	Cuando todas las posibilidades están contra usted, ¿piensa aun usualmente que vale la pena intentar?	X		X		X		
57	¿Siente "sensaciones" en el abdomen, antes de un hecho importante?	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): NINGUNA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir [] No aplicable []

Nombres y apellidos del juez validador. Dr. / Mg:

IRENE KATHERINE CAMPOS UNTAMA

DNI: 72524378

Especialidad del validador: Psicología clínica



Irene Katherine Campos Untama
PSICÓLOGA
C.Ps.P. 33989

Firma del Validador

16 de julio del 2021

¹Pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Ninguna observación

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Nombres y Apellidos del Juez validador. Dr. / Mag.

KARLA LISETH VARGAS MARQUEZ

DNI:46477947

Especialidad del Validador: Psicóloga Educativa



Firma del validador

16 de julio del 2021

1 pertinencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado

2 relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o

Dimensión específica del constructo

3 claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son

Suficientes para medir la dimensión.

TEST DE ZUNG: PROTOCOLO DEL INSTRUMENTO ORIGINAL

N°	Dimensiones / Ítems	Pertinencia		Relevancia		Claridad		Sugerencias
		SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	Me siento más nervioso(a) y ansioso(a) que de costumbre	X		X		X		
2	Me siento con temo sin razón	X		X		X		
3	Despierto con facilidad o siento pánico	X		X		X		
4	Me siento como si fuera a reventar y partirme en pedazos	X		X		X		
5	Siento que todo está bien y que nada malo puede sucederme	X		X		X		
6	Me tiembla los brazos y las piernas	X		X		X		
7	Me mortifican dolores de cabeza cuello o cintura	X		X		X		
8	Me siento débil y me canso fácilmente	X		X		X		
9	Me siento tranquilo(a) y puedo permanecer en calma fácilmente	X		X		X		
10	Puedo sentir que me late muy rápido el corazón	X		X		X		
11	Sufro de mareos	X		X		X		
12	Sufro de desmayos o siento que me voy a desmayar	X		X		X		
13	Puedo inspirar y expirar fácilmente	X		X		X		
14	Se me adormecen o hinchan los dedos de las manos y pies	X		X		X		
15	Sufro de molestias estomacales o indigestión	X		X		X		
16	orino con mucha frecuencia	X		X		X		
17	Generalmente mis manos están secas y calientes	X		X		X		
18	Siento bochornos	X		X		X		
19	Me quedo dormido(a) con facilidad y descanso bien durante la noche	X		X		X		
20	Tengo pesadillas	X		X		X		

Observaciones (precisar si hay suficiencia): NINGUNA

Opinión de aplicabilidad: Aplicable [X] Aplicable después de corregir []

No aplicable []

Nombres y apellidos del juez validador. Dr. / Mg:

IRENE KATHERINE CAMPOS UNTAMA

DNI: 72524378

Especialidad del validador: Psicología clínica



Irene Katherine Campos Untama
PSICÓLOGA
C.P.S.P. 33989

Firma del Validador

16 de julio del 2021

¹**Pertinencia:** El ítem corresponde al concepto teórico formulado.

²**Relevancia:** El ítem es apropiado para representar al componente o dimensión específica del constructo

³**Claridad:** Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem, es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son suficientes para medir la dimensión

Observaciones (precisar si hay suficiencia): Ninguna observación

Opinión de aplicabilidad: Aplicable (X) Aplicable después de corregir () No aplicable ()

Nombres y Apellidos del Juez validador. Dr. / Mag.

KARLA LISETH VARGAS MARQUEZ

DNI:46477947

Especialidad del Validador: Psicóloga Educativa



Firma del validador

16 de julio del 2021

1 Pertenencia: El ítem corresponde al concepto teórico formulado

2 Relevancia: El ítem es apropiado para representar al componente o Dimensión específica del constructo

3 Claridad: Se entiende sin dificultad alguna el enunciado del ítem es conciso, exacto y directo

Nota: Suficiencia, se dice suficiencia cuando los ítems planteados son Suficientes para medir la dimensión

Anexo 5: Matriz de datos

PERFIL DE PERSONALIDAD		PERSONALIDAD				FRECUENCIA				INTERPRETACION				
Num	nombre	EDAD	E	N	P	S	Extraversión	Neuroticismo	Psicoticismo	Sinceridad	Extraversión	Neuroticismo	Psicoticismo	Sinceridad
1	OBED ELEAZAR LLANQUE MARON	17	5	3	2	4	83.33	50	33.33	66.67	Extrovertido	Tend. Inest.	Leve	Tend. Deseabilidad
2	GUIDO BUSTAMANTE MAMANI	17	5	2	2	2	83.33	33.33	33.33	33.33	Extrovertido	Inestable	Leve	Válido
3	GRIGITTE SHEYLA COAQUIRA ALBARRACIN	20	2	2	3	2	33.33	33.33	50	33.33	Introverso	Inestable	Tendencia	Válido
4	ALICIA KAREN CURTIHUANCA LIMA	16	3	5	1	4	50	83.33	16.67	66.67	Tend. Introv	Estable	Mínimo	Tend. Deseabilidad
5	EDSOPN LIMA NUÑEZ	23	2	2	2	3	33.33	33.33	33.33	50	Introverso	Inestable	Leve	Válido
6	BIYAN JUAN CARLOS CORIMAYO ROJAS	17	5	4	2	2	83.33	66.67	33.33	33.33	Extrovertido	Tend. Estab.	Leve	Válido
7	JHOSEP NUÑEZ NUÑEZ	16	4	4	3	2	66.67	66.67	50	33.33	Tend. Extrov	Tend. Estab.	Tendencia	Válido
8	JHON EDBERRG LIMA NUÑEZ	26	4	2	1	1	66.67	33.33	16.67	16.67	Tend. Extrov	Inestable	Mínimo	Altamente Válido
9	DAVID CHIPANA ADCO	20	5	1	3	1	83.33	16.67	50	16.67	Extrovertido	Altamente Inestable	Tendencia	Altamente Válido
10	WILLIAN CHOQUEMAMANI QUISPE	23	2	3	2	2	33.33	50	33.33	33.33	Introverso	Tend. Inest.	Leve	Válido
11	YESSYD ELIAS POMA ACERO	19	4	0	1	4	66.67	0	16.67	66.67	Tend. Extrov	Inestable	Mínimo	Tend. Deseabilidad
12	DANU MARIBEL FLORES CCAMA	19	5	3	2	3	83.33	50	33.33	50	Extrovertido	Tend. Inest.	Leve	Válido
13	WALTER NINA NAUPA	30	5	1	2	0	83.33	16.67	33.33	0	Extrovertido	Altamente Inestable	Leve	Altamente Válido
14	JUAN	39	4	0	1	0	66.67	0	16.67	0	Tend. Extrov	Inestable	Mínimo	Altamente Válido
15	NOEMI CELENIA SONCCO SONCCO	16	4	0	1	0	66.67	0	16.67	0	Tend. Extrov	Inestable	Mínimo	Altamente Válido
16	AYDELI NEYELI CHECASACA QUEA	15	5	0	0	1	83.33	0	0	16.67	Extrovertido	Inestable	Ninguno	Altamente Válido
17	INOCENCIA HUACASI MONTE	18	5	0	0	2	83.33	0	0	33.33	Extrovertido	Inestable	Ninguno	Válido
18	YESSICA MAYNANA MACHACA	19	5	3	2	1	83.33	50	33.33	16.67	Extrovertido	Tend. Inest.	Leve	Altamente Válido
19	MARGARITA NUÑEZ CONDORI	25	4	2	0	0	66.67	33.33	0	0	Tend. Extrov	Inestable	Ninguno	Altamente Válido
20	JULIO CUTIPA GOMEZ	30	3	2	2	1	50	33.33	33.33	16.67	Tend. Introv	Inestable	Leve	Altamente Válido
21	SOFIA ISABEL MAMANI ARIZAPANA	18	3	1	2	0	50	16.67	33.33	0	Tend. Introv	Altamente Inestable	Leve	Altamente Válido
22	WILMA YANET ARIZAPANA YUCRA	38	3	0	1	0	50	0	16.67	0	Tend. Introv	Inestable	Mínimo	Altamente Válido
23	LUCELIA MAMANI ARIZAPANA	16	4	1	2	5	66.67	16.67	33.33	83.33	Tend. Extrov	Altamente Inestable	Leve	Alta deseabilidad
24	KATHERINE HUARCAYA CUENTAS	17	5	2	2	5	83.33	33.33	33.33	83.33	Extrovertido	Inestable	Leve	Alta deseabilidad
25	HEGAI GOMEZ APAZA	15	3	5	3	5	50	83.33	50	83.33	Tend. Introv	Estable	Tendencia	Alta deseabilidad
26	WILI RIVERA PACCO	20	0	0	0	1	0	0	0	16.67	Introverso	Inestable	Ninguno	Altamente Válido
27	URIEL EDDY YUCRA TAPIA	21	5	1	2	3	83.33	16.67	33.33	50	Extrovertido	Altamente Inestable	Leve	Válido
28	LUCERO MIRIAN ZALAZAR LIMACHI	23	3	5	2	3	50	83.33	33.33	50	Tend. Introv	Estable	Leve	Válido
29	CRISTIAN BUTRON FLORES	19	4	2	3	1	66.67	33.33	50	16.67	Tend. Extrov	Inestable	Tendencia	Altamente Válido
30	DIGNA CALIZAYA CHOQUE	21	3	1	3	2	50	16.67	50	33.33	Tend. Introv	Altamente Inestable	Tendencia	Válido
31	MARIBEL LUCERO PARI CHAMBI	17	2	1	3	2	33.33	16.67	50	33.33	Introverso	Altamente Inestable	Tendencia	Válido
32	YENITH SALAS FLORES	16	2	1	3	3	33.33	16.67	50	50	Introverso	Altamente Inestable	Tendencia	Válido
33	FLOR SOLEDAD VICTORIO CHOQUE	17	2	0	3	3	33.33	0	50	50	Introverso	Inestable	Tendencia	Válido
34	HEGAI GOMEZ APAZA	15	3	2	2	4	50	33.33	33.33	66.67	Tend. Introv	Inestable	Leve	Tend. Deseabilidad
35	NOE RODEMIN QUISPE QUISPE	20	2	1	2	1	33.33	16.67	33.33	16.67	Introverso	Altamente Inestable	Leve	Altamente Válido
36	LENYN YORKY MAMANI FLORES	23	4	1	3	2	66.67	16.67	50	33.33	Tend. Extrov	Altamente Inestable	Tendencia	Válido
37	NICOLAS VICENTE CHURA SARMIENTO	26	3	0	1	0	50	0	16.67	0	Tend. Introv	Inestable	Mínimo	Altamente Válido
38	ELDER MAMANI QUISPE	27	6	1	2	2	100	16.67	33.33	33.33	Altamente Extrov.	Altamente Inestable	Leve	Válido
39	YULY GONZALES VELASQUEZ	18	1	2	2	5	16.67	33.33	33.33	83.33	Altamente Introverso	Inestable	Leve	Alta deseabilidad
40	VERONICA HUACASI MONTE	16	5	1	1	2	83.33	16.67	16.67	33.33	Extrovertido	Altamente Inestable	Mínimo	Válido

TEST DE ZUNG - DETALLADO

PREGUNTAS	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35	36	37	38	39	40		
1	2	1	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	2	2	3	2	2	1	2	2	2	2	2	2	2	2	1	2	2	2	4	2	1	2	2	4	1	2	2	2	2	
2	2	1	1	2	1	2	1	1	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	2	2	1	1	1	3	1	1	1	2	2	1	2	1	2	1	2	
3	3	1	1	3	4	2	4	4	1	3	2	1	1	4	1	1	1	1	2	3	1	1	2	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	4	1	1	4	1	4	3	3	
4	1	1	1	1	1	3	1	1	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	3	2	1	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	1	
5	3	3	1	3	3	2	3	3	3	1	2	2	3	2	2	3	3	2	3	1	3	1	3	1	1	1	2	3	2	4	1	2	2	1	3	1	4	1	2	1	1	
6	2	1	1	3	3	2	3	1	2	1	2	1	2	2	3	2	2	2	1	3	1	1	2	1	1	4	1	2	1	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	1	2	1
7	4	1	1	2	1	3	1	2	3	2	2	1	3	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	2	2	2	1	4	2	2	2	2	2	2	1	1	1	1	1	2	2	
8	3	2	1	1	1	1	1	1	1	2	2	2	2	1	1	2	2	3	1	1	1	1	2	2	1	2	1	2	2	2	1	3	1	1	1	1	1	1	1	1	2	
9	1	4	2	2	2	4	2	1	1	1	2	2	4	1	2	4	2	3	4	3	2	1	2	2	2	2	2	1	1	3	4	4	4	1	4	4	1	2	1	1		
10	3	2	1	1	1	2	1	2	1	2	2	1	2	2	1	1	2	1	2	2	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	4	1	4	1	4	1	2	2	2	
11	2	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	4	2	1	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
12	1	1	1	1	2	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	2	1	1	1	1	1	4	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
13	3	4	2	2	2	1	3	3	1	4	1	3	1	3	3	2	2	4	2	2	1	1	1	2	1	1	4	1	1	3	4	4	4	4	1	4	1	1	1	1	4	
14	1	1	2	1	3	2	3	1	2	1	2	1	1	1	1	3	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	2	1	2	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	2	1
15	1	1	2	2	4	2	2	2	1	2	1	1	1	1	1	2	2	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	3	1	2	2	3	1	2	2	2	2	1	2	2	
16	3	1	2	2	1	2	2	1	1	4	2	1	4	2	1	2	1	2	1	2	1	1	2	1	3	2	2	3	1	2	2	2	2	1	1	2	1	2	3	4		
17	3	4	2	2	3	2	4	3	3	2	3	4	2	2	4	2	4	4	3	4	4	1	3	3	3	3	3	3	4	3	3	3	4	3	3	4	3	1	4	3	2	
18	1	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	4	2	1	1	1	4	1	1	1	1	1	4	4	1	1	1	1	2	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	
19	4	2	3	3	2	3	2	4	1	1	1	1	2	1	3	1	1	1	3	2	1	1	2	1	1	3	1	3	1	4	1	1	1	1	1	1	1	1	4	1	1	
20	1	1	2	4	1	1	1	1	1	1	2	1	1	2	1	3	2	1	1	1	1	1	2	1	1	1	2	2	3	2	2	1	2	1	1	2	1	2	1	2	1	
TOTAL	44	34	30	39	39	39	41	37	29	35	38	30	39	34	33	36	34	39	33	39	27	21	33	36	32	35	30	47	33	41	36	38	34	31	37	34	22	35	33	35		

RESUMEN DEL TEST DE ZUNG						
Num	nombre	fecha	Sexo	PUNTAJE TOTAL	INDICE EAA	DIAGNOSTICO
1	OBED ELEAZAR LLANQUE MARON	11/03/2020	M	44	55	Ansiedad marcada o Severa
2	GUIDO BUSTAMANTE MAMANI	11/03/2020	M	34	43	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
3	GRIGITTE SHEYLA COAQUIRA ALBARRA	11/03/2020	F	30	38	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
4	ALICIA KAREN CURTIHUANCA LIMA	11/03/2020	F	39	49	Ansiedad marcada o Severa
5	EDSON LIMA NUÑEZ	11/03/2020	M	39	49	Ansiedad marcada o Severa
6	BIYAN JUAN CARLOS CO RIMAYO ROJAS	11/03/2020	M	39	49	Ansiedad marcada o Severa
7	JHOSEP NUÑEZ NUÑEZ	11/03/2020	M	41	51	Ansiedad marcada o Severa
8	JHON ED BERRG LIMA NUÑEZ	11/03/2020	M	37	46	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
9	DAVID CHIPANA ADCO	11/03/2020	M	29	36	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
10	WILLIAN CHOQUEMAMANI QUISPE	11/03/2020	M	35	44	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
11	YESSYD ELIAS PPO MA ACERO	11/03/2020	M	38	48	Ansiedad marcada o Severa
12	DANU MARIBEL FLORES CCAMA	14/03/2020	F	30	38	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
13	WALTER NINA ÑAUPA	14/03/2020	M	39	49	Ansiedad marcada o Severa
14	JUAN	14/03/2020	M	34	43	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
15	NOEMI CEL ENIASO NCCO SONCCO	14/03/2020	F	33	41	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
16	AYDELI NEYELI CHECASACA QUEA	14/03/2020	F	36	45	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
17	INO CENCIA HUACASI MONTE	14/03/2020	F	34	43	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
18	YESSICA MAYNANA MACHACA	14/03/2020	F	39	49	Ansiedad marcada o Severa
19	MARGARITA NUÑEZ CONDORI	14/03/2020	F	33	41	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
20	JULIO CUTIPA GOMEZ	14/03/2020	M	39	49	Ansiedad marcada o Severa
21	SOFIA ISABEL MAMANIA RIZAPANA		F	27	34	No hay ansiedad presente
22	WILMA YANET ARIZAPANA YUCRA		F	21	26	No hay ansiedad presente
23	LUCELIA Y MAMANI ARIZAPANA		F	33	41	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
24	KATHERINE HUARCAYA CUENTAS		F	36	45	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
25	HEGAI GOMEZ APAZA	21/07/2020	M	32	40	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
26	WILIRIVERA PACCO		M	35	44	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
27	URIEL EDDY YUCRA TAPIA		M	30	38	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
28	LUCERO MIRIAN ZALAZAR LIMACHI	22/07/2020	F	47	59	Ansiedad marcada o Severa
29	CRISTIAN BUTRON FLORES	22/07/2020	M	33	41	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
30	DIGNA CALIZAYA CHOQUE		F	41	51	Ansiedad marcada o Severa
31	MARIBEL LUCERO PARI CHAMBI		F	36	45	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
32	YENITH SALAS FLORES		F	38	48	Ansiedad marcada o Severa
33	FLORE SOLEDAD VICTORIO CHOQUE		F	34	43	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
34	HEGAI GOMEZ APAZA		M	31	39	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
35	NOERODEMIN QUISPE QUISPE		M	37	46	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
36	LENYN YORKY MAMANI FLORES		M	34	43	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
37	NICOLAS VICENTE CHURA SARMIENTO	23/07/2020	M	22	28	No hay ansiedad presente
38	ELDER MAMANI QUISPE	22/07/2020	M	35	44	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
39	YULY GONZALES VELASQUEZ	22/07/2020	F	33	41	Presenta Ansiedad Minima o Moderada
40	VERONICA HUACAS MONTE		M	35	44	Presenta Ansiedad Minima o Moderada