Artículo original
Ciencias Médicas y Salud Mental

ISEO-JOURNAL 2026;3:20-24
https://doi.org/10.63344/t8qzvn77
https://arks.org/ark:50622/
ISSN: 3061-8878

ISEO® JOURNAL

Recibido: 23/01/2026 Aprobado: 27/02/2026

Asociación entre Ansiedad, Ansiedad Precompetitiva, Depresión y Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo en Futbolistas Profesionales

Association Between Anxiety, Precompetitive Anxiety, Depression, and Psychological Characteristics Related to Sports Performance in Professional Soccer Players

Myrna Martínez García[I], Gabriel Bernardo López Pérez[II], Beatriz Martínez Ramírez[III], Nissa Yaing Torres Soto[IV]

Cetys Universidad: Tijuana - (Baja California, México); Instituto Superior de Estudios de Occidente - ISEO (Nayarit, México); Instituto Tecnológico de Sonora (Ciudad Obregón, Sonora, México) Universidad de Sonora - (Hermosillo, Sonora, México.); Departamento de Ciencias de la Medicina, División de Ciencias de la Salud, Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo, México (Chetumal, Quintana Roo, México)

[I]Cetys Universidad: Tijuana - (Baja California, México)
Instituto Superior de Estudios de Occidente - ISEO (Nayarit, México)
https://orcid.org/0009-0007-8476-1243

[II]Instituto Tecnológico de Sonora (Ciudad Obregón, Sonora, México)
Universidad de Sonora - (Hermosillo, Sonora, México)
https://orcid.org/0000-0002-3082-0961

[III]Departamento de Ciencias de la Medicina, División de Ciencias de la Salud, Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo, México (Chetumal, Quintana Roo, México)
https://orcid.org/0000-0001-8617-4279

[IV]Departamento de Ciencias de la Medicina, División de Ciencias de la Salud, Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo, México (Chetumal, Quintana Roo, México)
https://orcid.org/0000-0003-3646-6649

Correspondencia:

Nissa Yaing Torres Soto
Departamento de Ciencias de la Medicina, División de Ciencias de la Salud, Universidad Autónoma del Estado de Quintana Roo, México

nissa.torres@uqroo.edu.mx

Resumen

Objetivo: Determinar la asociación entre ansiedad, ansiedad precompetitiva, depresión y características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas profesionales de un equipo de primera división. **Métodos:** Se realizó un estudio cuantitativo, no experimental, transversal y correlacional con 22 futbolistas varones. Se aplicaron el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), el Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II), el *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2) y el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). Los datos se analizaron mediante estadística descriptiva y correlaciones de Spearman. **Resultados:** En las dimensiones del CSAI-2, la autoconfianza presentó la puntuación media más elevada (M = 28.57; DE = 5.92). En el CPRD, las puntuaciones medias fueron de 61.32 para control del estrés, 33.48 para influencia de la evaluación del rendimiento, 25.36 para motivación, 25.68 para habilidad mental y 19.88 para cohesión grupal. Se observó una asociación positiva y estadísticamente significativa entre ansiedad y depresión (r_s = .636; p < .01). No se identificaron asociaciones estadísticamente significativas entre ansiedad, ansiedad precompetitiva y depresión y el puntaje global del CPRD. **Conclusiones:** La ansiedad mostró una asociación positiva y estadísticamente significativa con la depresión. No se identificaron asociaciones estadísticamente significativas entre la ansiedad, la ansiedad precompetitiva y la depresión y el puntaje total del CPRD.

Términos MeSH

PALABRAS CLAVE
- Ansiedad;
- Depresión;
- Atletas;
- Fútbol;
- Psicología del Deporte;
- Rendimiento Atlético.

Abstract

Objective: To determine the association between anxiety, precompetitive anxiety, depression, and psychological characteristics related to sports performance in professional soccer players from a first-division team. **Methods:** A quantitative, non-experimental, cross-sectional, and correlational study was conducted with 22 male soccer players. The Beck Anxiety Inventory (BAI), Beck Depression Inventory-II (BDI-II), Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2), and Questionnaire of Psychological Characteristics Related to Sports Performance (CPRD) were administered. Data were analyzed using descriptive statistics and Spearman's correlations. **Results:** Among the CSAI-2 dimensions, self-confidence showed the highest mean score (M = 28.57; SD = 5.92). For the CPRD, the mean scores were 61.32 for stress control, 33.48 for influence of performance evaluation, 25.36 for motivation, 25.68 for mental skills, and 19.88 for group cohesion. A positive and statistically significant association was observed between anxiety and depression (r_s = .636; p < .01). No statistically significant associations were identified between anxiety, precompetitive anxiety, and depression and the overall CPRD score. **Conclusions:** Anxiety showed a positive and statistically significant association with depression. No statistically significant associations were identified between anxiety, precompetitive anxiety, and depression and the total CPRD score.

MeSH Terms

KEYWORDS
- Anxiety;
- Depression;
- Athletes;
- Soccer;
- Psychology, Sports;
- Athletic Performance.

Citar como:
Martínez M, López Pérez GB, Martínez Ramírez B, Torres Soto NY. Asociación entre ansiedad, ansiedad precompetitiva, depresión y características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas profesionales. [Internet] Revista ISEO Journal. 2026. [Citado el...];3:20-24. https://doi.org/10.63344/t8qzvn77

ISEO JOURNAL©
Este artículo científico se publica como acceso abierto y está protegido por la licencia Creative Commons Atribución-No Comercial (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0), se autoriza su uso, distribución y reproducción no comercial, con la condición de citar adecuadamente la obra original.

Introducción

La salud mental ha sido reconocida por la OMS como un estado de bienestar que promueve el desarrollo personal, permitiendo a las personas hacer frente a las tensiones propias de la vida cotidiana y contribuir activamente a su comunidad[1]. En el deporte competitivo, los altos estándares a los que están expuestos los atletas, y la presión constante por el rendimiento, impactan en su salud mental, dado que pueden desencadenar ansiedad competitiva e influir en su desempeño deportivo[2]. En el caso del fútbol profesional, el alto nivel competitivo, las exigencias organizacionales y la evaluación constante por parte de los entrenadores y de la estructura deportiva, representan factores de estrés para los deportistas[3].

El deporte de alto rendimiento exige a los atletas afrontar demandas físicas y psicológicas de manera permanente, asociadas con la competencia, el entrenamiento y las expectativas de rendimiento. En este contexto, la psicología del deporte ha destacado la relevancia de recursos como la resiliencia mental, el control emocional y la capacidad de adaptación para afrontar estas exigencias y favorecer el rendimiento deportivo[4]. Asimismo, el estrés derivado de la competencia, el entrenamiento y el propio contexto deportivo puede representar un desafío para la salud mental de los atletas[5,6]. Ante este panorama, la salud mental ha cobrado relevancia como parte de la producción científica en el campo de la psicología del deporte, destacándose como un constructo multidimensional vinculado al bienestar y a la capacidad del deportista para adaptarse[7].

La investigación sobre salud mental en el deporte se ha centrado principalmente en la ansiedad y la depresión, puesto que constituyen los problemas más estudiados y de mayor prevalencia entre los deportistas de alto nivel[8,9]. En el ámbito deportivo, la ansiedad puede manifestarse en contextos específicos de competencia. En particular, la ansiedad precompetitiva se refiere al estado de ansiedad experimentado ante la proximidad de una competencia y comprende tres dimensiones evaluadas mediante el CSAI-2: la cognitiva, referente a pensamientos de preocupación, incertidumbre y percepción de amenaza; la somática, vinculada a la activación fisiológica; y la autoconfianza, entendida como la percepción que tiene el deportista acerca de sus propias capacidades para alcanzar un resultado favorable en la competencia e incorporada en el instrumento como un componente diferenciado.

Cuando hay niveles elevados o desadaptativos de ansiedad precompetitiva, se pueden afectar los procesos cognitivos implicados en el rendimiento del atleta antes y durante la competencia[10,11]. Asimismo, el ánimo bajo y disminución del interés por actividades que habitualmente generan satisfacción (anhedonia), la fatiga persistente y las alteraciones cognitivas, son muestras de sintomatología depresiva en el contexto deportivo, lo que afecta tanto el bienestar como el funcionamiento del deportista[12,9].

En la actualidad, la evidencia científica resalta la importancia de incorporar estrategias orientadas a promover y preservar la salud mental en la preparación integral de los deportistas de alto rendimiento[5,6]. Sin embargo, la literatura al analizar la relación existente entre la sintomatología emocional y el rendimiento deportivo no es concluyente. Por un lado, se han encontrado asociaciones entre la ansiedad, la depresión y el desempeño, por otro lado se ha sugerido que determinados recursos psicológicos podrían amortiguar el impacto del malestar emocional sobre el funcionamiento deportivo[13,14]. Desde esta perspectiva, las Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo adquieren relevancia, dado que comprenden recursos psicológicos asociados al desempeño deportivo. Estas características son evaluadas mediante el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD), instrumento que comprende dimensiones como el control del estrés, la influencia de la evaluación del rendimiento, la motivación, la habilidad mental y la cohesión grupal, consideradas como recursos psicológicos funcionales para superar las demandas de la competencia deportiva[15].

La frecuencia con la que afrontan dificultades relacionadas con la salud mental en los deportistas de élite está ampliamente documentada en revisiones sistemáticas y metaanálisis[8,9], pero la evidencia sobre la relación entre la ansiedad, la ansiedad precompetitiva, la depresión y las características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo en futbolistas profesionales mexicanos continúa siendo escasa. En consecuencia, es difícil comprender cómo interactúan estas variables en dicho contexto, lo que orienta el desarrollo de investigaciones dirigidas a esta población.

En este marco, la investigación se justifica por su relevancia teórica al aportar evidencia empírica sobre el fenómeno en cuestión, ampliando el conocimiento disponible sobre estas variables en un contexto poco estudiado[8,9,12]. Desde una perspectiva metodológica, el empleo conjunto del Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II)[16,17], el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI)[18], el Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2)2 y el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD)15 permite evaluar de manera simultánea la sintomatología ansiosa, la ansiedad precompetitiva, la sintomatología depresiva y las características psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo que pueden influir en el desempeño de los deportistas mediante instrumentos estandarizados y ampliamente utilizados en la investigación científica. Conforme al enfoque correlacional, se planteó la hipótesis de que existen asociaciones estadísticamente significativas entre dichas variables estudiadas.

De acuerdo con este planteamiento, el objetivo del estudio fue determinar la asociación entre la ansiedad, la ansiedad precompetitiva, la depresión y las Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo en futbolistas profesionales de un equipo de primera división. Para ello, se describieron los indicadores de las variables psicológicas evaluadas y se analizaron las asociaciones entre la ansiedad, la depresión y la ansiedad precompetitiva, así como entre estas variables y las Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo.

Metodología

Diseño de estudio

Se desarrolló el estudio bajo un enfoque cuantitativo y un alcance correlacional, orientado al análisis de asociaciones entre las variables de estudio. Se empleó un diseño no experimental y transversal, en el que las variables fueron medidas sin manipulación deliberada por parte de los investigadores. La información se recopiló en una única medición temporal para analizar las asociaciones entre las variables de estudio.

Los datos fueron recopilados en el entorno natural de los jugadores de un equipo de primera división durante la pretemporada previa al torneo Clausura 2024, mediante un protocolo estructurado. La recolección se realizó durante un periodo de tres semanas, en sesiones distribuidas de lunes a viernes, en horarios previamente acordados con el cuerpo técnico.

Población de estudio

Se conformó por los futbolistas profesionales pertenecientes a un equipo de primera división durante la pretemporada previa al torneo Clausura 2024.

La muestra fue no probabilística por conveniencia, seleccionada en función de la facilidad para contactar y contar con los participantes durante el periodo de aplicación de los instrumentos. La muestra final quedó integrada por 22 jugadores profesionales, con un rango de edad entre los 19 y 35 años.

Criterios de selección

Se invitó a participar a los 24 futbolistas profesionales de 18 años o más pertenecientes a un equipo de primera división durante la pretemporada previa al torneo Clausura 2024. De ellos, 22 aceptaron participar, firmaron el consentimiento informado y completaron la totalidad de los instrumentos de evaluación psicológica, constituyendo la muestra final. Los 2 jugadores restantes fueron excluidos por encontrarse ausentes o lesionados durante el periodo de aplicación de los instrumentos.

Asimismo, se estableció como criterio de eliminación la presencia de cuestionarios incompletos o con información insuficiente que impidiera su incorporación al análisis estadístico.

Variables

Las variables analizadas en el estudio fueron:

- Ansiedad (ANS), evaluada mediante el Inventario de Ansiedad

de Beck (BAI).

- Ansiedad precompetitiva (AP), evaluada mediante el Competitive State Anxiety Inventory-2 (CSAI-2), considerando sus dimensiones de ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza.
- Depresión (DEP), evaluada mediante el Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II).
- Características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo, evaluadas mediante el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD), el cual comprende las dimensiones de control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo.

Debido al alcance correlacional del estudio, las variables fueron analizadas mediante asociaciones bivariadas, sin establecer relaciones de causalidad entre ellas.

Instrumentos

Se emplearon instrumentos estandarizados ampliamente utilizados en la evaluación psicológica y deportiva. La depresión fue evaluada mediante el Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II), instrumento diseñado para identificar la intensidad de los síntomas depresivos mediante 21 reactivos con opciones de respuesta tipo Likert. La ANS fue medida mediante el Inventario de Ansiedad de Beck (BAI), integrado por 21 reactivos que permiten valorar el grado en que se manifestaron los síntomas de ansiedad durante la última semana. La AP fue evaluada utilizando el *Competitive State Anxiety Inventory-2* (CSAI-2), instrumento que mide tres dimensiones: ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza. Finalmente, el CPRD, evalua las dimensiones de control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión de equipo.

La validez de las herramientas utilizadas ha sido respaldada en investigaciones previas y confiabilidad reportada en la literatura científica para la evaluación de población adulta y deportiva.

Procedimientos

La recolección de datos se realizó durante la pretemporada y conforme a un procedimiento previamente definido para todos los participantes. Los cuestionarios se aplicaron de manera individual, en formato físico y bajo condiciones estandarizadas. Primero se administró el BDI-II para evaluar la sintomatología depresiva, seguido del BAI para evaluar la ansiedad general. Posteriormente, el CSAI-2 se aplicó en momentos cercanos a las sesiones de entrenamiento, con el propósito de evaluar los estados emocionales asociados al contexto deportivo. Finalmente, se administró el CPRD para evaluar las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.

La aplicación fue supervisada por el investigador principal, quien verificó la comprensión de los reactivos y atendió las dudas de los participantes sin influir en sus respuestas. Las evaluaciones se efectuaron en espacios proporcionados por el club, con condiciones adecuadas de privacidad, iluminación y silencio.

Aspectos éticos

Para el desarrollo del estudio se aplicaron los principios y consideraciones éticas establecidos en la Declaración de Helsinki, garantizando que la participación fuera libre y voluntaria. Los participantes fueron informados acerca de los objetivos del estudio y posteriormente firmaron los correspondientes consentimientos informados. Toda la información recolectada fue anonimizada, empleándose sólo para fines científicos.

Análisis de datos

Para el tratamiento estadístico de la información recopilada se empleó el software IBM SPSS Statistics. La información obtenida fue organizada en una base de datos para su posterior procesamiento estadístico. De acuerdo con el registro del trabajo de campo, los participantes completaron la totalidad de los instrumentos, sin datos faltantes ni abandonos. Se calcularon estadísticos descriptivos, incluyendo medias y desviaciones estándar, y se realizaron análisis correlacionales para evaluar la relación entre las variables de ansiedad, depresión y características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. La asociación entre las variables se examinó mediante el coeficiente de correlación de Spearman, considerando un nivel de significancia de $p < .05$.

Resultados

La Tabla 1 muestra los estadísticos descriptivos de las variables psicológicas evaluadas. La puntuación media de ansiedad fue de 7.96 (DE = 5.73), mientras que la de depresión fue de 10.59 (DE = 6.26). En la ansiedad precompetitiva, la ansiedad cognitiva presentó una media de 17.00 (DE = 4.51), la ansiedad somática de 13.57 (DE = 3.27) y la autoconfianza de 28.57 (DE = 5.92), con una puntuación total de 59.12 (DE = 9.17). Al considerar las características psicológicas que influyen en el rendimiento de los deportistas, las medias fueron de 61.32 (DE = 12.68) para control del estrés, 33.48 (DE = 7.50) para influencia de la evaluación del rendimiento, 25.36 (DE = 4.41) para motivación, 25.68 (DE = 4.06) para habilidad mental y 19.88 (DE = 2.40) para cohesión grupal. El puntaje total del CPRD fue de 165.72 (DE = 22.01).

Tabla 1. Estadísticos descriptivos de las variables principales

Variable / dimensión	M	DE
Ansiedad (BAI)	7.96	5.73
Depresión (BDI-II)	10.59	6.26
Dimensiones de la Ansiedad precompetitiva (CSAI-2)		
Ansiedad cognitiva	17.00	4.51
Ansiedad somática	13.57	3.27
Autoconfianza	28.57	5.92
Ansiedad precompetitiva (puntuación total)	**59.12**	**9.17**
Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD)		
Control del estrés	61.32	12.68
Influencia de la evaluación del rendimiento	33.48	7.50
Motivación	25.36	4.41
Habilidad mental	25.68	4.06
Cohesión grupal	19.88	2.40
CPRD total	**165.72**	**22.01**

En la Tabla 2 se observan los resultados del análisis estadístico para determinar la relación entre la ANS, la AP, la DEP y las CPRD, mediante el coeficiente de Spearman. No se identificaron correlaciones estadísticamente significativas entre la ANS, la AP y la DEP y el puntaje total del CPRD.

Tabla 2. Correlaciones entre ANS, DEP, AP y CPRD

Variable	Ansiedad (ANS)	Depresión (DEP)	Ansiedad precompetitiva (AP)	CPRD total
ANS	1	**.636***	.041	−.027
DEP	**.636***	1	−.024	−.112
AP	.041	−.024	1	−.115
CPRD total	−.027	−.112	−.115	1

Nota. r_s = coeficiente de correlación de Spearman; *p < .01.

No se identificaron correlaciones estadísticamente significativas entre la ANS, la AP, la DEP y el puntaje global del CPRD. Sin embargo, se evidenció una correlación positiva y estadísticamente significativa entre ansiedad y depresión (r_s = 0.636; p < 0.01).

Respecto a la sintomatología depresiva, en la Tabla 3 se muestran los reactivos del BDI-II con las puntuaciones medias más elevadas, correspondientes a los cambios en los hábitos de sueño (M = 1.11; DE = 0.84), la autocrítica (M = 0.96; DE = 0.64) y los sentimientos de culpa (M = 0.92; DE = 0.67). El reactivo correspondiente a los pensamientos o deseos suicidas presentó una media de 0.00 (DE = 0.00).

Tabla 3. Estadísticos descriptivos de los reactivos del Inventario de Depresión de Beck-II (BDI-II)

Reactivo	M	DE	Rango	Asimetría	Curtosis
1	0.29	0.66	0-3	2.91	9.900
2	0.25	0.52	0-3	1.98	3.462
3	0.29	0.54	0-3	1.70	2.276
4	0.51	0.64	0-3	0.86	-0.184
5	0.92	0.67	0-3	0.89	2.585
6	0.22	0.42	0-3	1.41	0.000
7	0.48	0.70	0-3	1.88	5.059
8	0.96	0.64	0-3	0.03	-0.397
9	0.00	0.00	0-3	—	—
10	0.11	0.32	0-3	2.62	5.265
11	0.70	0.54	0-3	-0.13	-0.475
12	0.44	0.69	0-3	2.04	5.639
13	0.62	0.74	0-3	1.35	2.609
14	0.25	0.44	0-3	1.16	-0.702
15	0.74	0.81	0-3	0.99	0.753
16	1.11	0.84	0-3	0.59	0.167
17	0.51	0.80	0-3	1.62	2.366
18	0.62	0.79	0-3	0.79	-0.898
Reactivo	M	DE	Rango	Asimetría	Curtosis
19	0.51	0.84	0-3	1.56	1.651

20	0.70	0.60	0-3	0.23	-0.478
21	0.25	0.52	0-3	1.98	3.462

Discusión

El principal hallazgo de este estudio fue la existencia de una correlación positiva, de magnitud moderada a alta y estadísticamente significativa entre la ansiedad general y la depresión (r_s = .636; p < .01). Este hallazgo es consistente con la evidencia reciente, que ha documentado una prevalencia importante de síntomas de ansiedad y depresión en deportistas de alto rendimiento, los cuales no siempre se traducen en un deterioro inmediato de la participación o del funcionamiento deportivo[8,9]. En contraste, no se observaron asociaciones estadísticamente significativas de la ansiedad general, la ansiedad precompetitiva y la depresión con el puntaje global del CPRD. Este resultado debe interpretarse con cautela, debido a que el reducido tamaño de la muestra (n = 22) disminuye la potencia estadística y limita la capacidad para detectar asociaciones de magnitud pequeña o moderada. En atletas de élite, también se ha observado que una mayor exposición acumulada a eventos estresantes a lo largo de la vida se asocia con una mayor sintomatología depresiva y ansiosa y con un menor bienestar psicológico[19].

En una revisión sistemática y metaanálisis que incluyó atletas de élite activos, se estimó una prevalencia de síntomas de ansiedad y depresión de 33.6 %, mientras que en exdeportistas de élite la prevalencia combinada fue de 26.4 %[8,9]. Por el contrario, este estudio se efectuó en 22 futbolistas profesionales varones activos de un equipo de primera división, por lo que sus resultados son aplicables a una población concreta de deportistas profesionales en actividad y no pueden directamente compararse con estimaciones obtenidas en atletas retirados o en muestras deportivas heterogéneas. Esta comparación ayuda a plasmar los resultados en la evidencia internacional y, a su vez, a especificar el contexto del fútbol profesional mexicano. En la muestra estudiada, las puntuaciones descriptivas obtenidas en ANS (M = 7.96; DE = 5.73) y depresión (M = 10.59; DE = 6.26) deben interpretarse considerando las características particulares de los participantes y los instrumentos empleados. A diferencia de los estudios epidemiológicos que estiman prevalencias de síntomas o trastornos, esta investigación utilizó puntuaciones continuas del BAI y BDI-II, por lo que no resulta metodológicamente apropiado establecer una equivalencia directa entre dichas puntuaciones y las prevalencias reportadas en revisiones internacionales.

En cuanto a la sintomatología depresiva, los reactivos del BDI-II con las puntuaciones medias más elevadas correspondieron a los cambios en los hábitos de sueño, la autocrítica y los sentimientos de culpa. Estos hallazgos son compatibles con manifestaciones descritas en la literatura sobre sintomatología depresiva en deportistas, aunque su interpretación debe limitarse al carácter descriptivo de estos resultados[20,21,22].

La correlación positiva observada entre ANS y DEP (r_s = .636; p < .01) es consistente con la evidencia que documenta la presencia de síntomas de ansiedad y depresión en deportistas, lo que resalta la importancia de considerar ambas manifestaciones dentro de la evaluación integral de la salud mental en esta población[8,9,12].

La autoconfianza presentó la puntuación media más elevada entre las dimensiones del CSAI-2; sin embargo, debido al reducido tamaño muestral, no es posible establecer que esta característica haya actuado como factor protector o modulador de la relación entre la sintomatología emocional y el CPRD. Por tanto, esta interpretación debe considerarse exploratoria y contrastarse en estudios posteriores con muestras de mayor tamaño.

Entre las principales fortalezas de esta investigación destaca la evaluación simultánea de la ANS, la AP, la DEP y las CPRD, mediante instrumentos psicométricos ampliamente utilizados y con evidencia de validez y confiabilidad. Asimismo, el estudio aporta evidencia empírica obtenida en futbolistas profesionales mexicanos, población que continúa estando escasamente representada en la literatura científica sobre salud mental y rendimiento deportivo.

Es importante tomar en consideración las limitaciones del estudio. Entre ellas se encuentra el uso exclusivo de instrumentos de autoinforme, por lo que las respuestas podrían estar condicionadas por la percepción de los participantes, la deseabilidad social y el estigma relacionado con la expresión del malestar emocional en el deporte profesional. Por otro lado, el reducido tamaño de la muestra, la participación de futbolistas de un solo club, la selección por conveniencia y el diseño transversal y correlacional limitan la generalización de los hallazgos y no permiten establecer relaciones causales entre las variables. Por último, el momento de la temporada y las condiciones específicas de aplicación de los instrumentos pudieron influir en las respuestas, en especial al evaluar la ansiedad precompetitiva.

En futuras investigaciones se recomienda el desarrollo de estudios longitudinales que evalúen la evolución de la ANS, la AP, la DEP y las CPRD durante toda la temporada competitiva. Asimismo, se recomienda ampliar el tamaño muestral e incorporar futbolistas de diferentes categorías y clubes profesionales. Cabe resaltar que la incorporación de indicadores fisiológicos relacionados con la respuesta al estrés, así como de otras variables psicológicas, podría contribuir a una comprensión más amplia de la relación entre la salud mental y el rendimiento deportivo.

Entre las implicaciones prácticas, los hallazgos sugieren la importancia de integrar estrategias institucionales orientadas a promover la salud mental y el acompañamiento psicológico de los futbolistas profesionales[23,24,25], teniendo en cuenta que se identificaron manifestaciones negativas como la autocrítica y los sentimientos de culpa, correspondientes a los reactivos con mayores puntuaciones del BDI-II. Lo anterior pone de relieve la necesidad de implementar estrategias preventivas y de acompañamiento psicológico adaptadas a las exigencias de la competición deportiva profesional[24,25]. No obstante, estos hallazgos deben interpretarse con cautela debido a las limitaciones declaradas previamente, las cuales limitan la generalización de los resultados a otras poblaciones de futbolistas profesionales.

Conflicto de intereses

Los autores declaran que no existe ningún conflicto de intereses.

Referencias bibliográficas

1. Organización Mundial de la Salud. Plan de Acción Integral sobre Salud Mental 2013–2030 [Internet]. Ginebra: Organización Mundial de la Salud; 2021 [citado el 07 de enero de 2026]. Disponible en: https://www.who.int/es/publications/i/item/9789240031029
2. Martens R, Vealey RS, Burton D. Competitive anxiety in sport. Champaign (IL): Human Kinetics; 1990.
3. Arnold R, Fletcher D. Stressors, hassles, and adversity. In: Arnold R, Fletcher D, editors. Stress, well-being and performance in sport [Internet]. London: Routledge; 2021 [citado el 07 de enero de 2026]. p. 31–62. Disponible en: https://doi.org/10.4324/9780429295874-3
4. Petersen L. Sports psychology: mental resilience and performance in elite athletes. Revista de Psicología del Deporte [Internet]. 2024 [citado el 07 de enero de 2026];33(2):271–279. Disponible en: https://rpd-online.com/manuscript/index.php/rpd/article/view/1720/731
5. Nuetzel B. Coping strategies for handling stress and providing mental health in elite athletes: a systematic review. Frontiers in Sports and Active Living [Internet]. 2023 [citado el 07 de enero de 2026];5:1265783. Disponible en: https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1265783
6. Wang W, Schweickle MJ, Arnold ER, Vella SA. Psychological interventions to improve elite athlete mental wellbeing: a systematic review and meta-analysis. Sports Medicine [Internet]. 2025 [citado el 07 de enero de 2026];55(4):877–897. Disponible en: https://doi.org/10.1007/s40279-024-02173-3
7. Lundqvist C, Andersson G. Let's talk about mental health and mental disorders in elite sports: a narrative review of theoretical perspectives. Frontiers in Psychology [Internet]. 2021 [citado el 07 de enero de 2026];12:700829. Disponible en: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.700829
8. Runacres A, Marshall ZA. Prevalence of anxiety and depression in former elite athletes: a systematic review and meta-analysis. BMJ Open Sport & Exercise Medicine [Internet]. 2024 [citado el 07 de enero de 2026];10(4):e001867. Disponible en: https://doi.org/10.1136/bmjsem-2023-001867
9. Gouttebarge V, Castaldelli-Maia JM, Gorczynski P, Hainline B, Hitchcock ME, Kerkhoffs GM, et al. Occurrence of mental health symptoms and disorders in current and former elite athletes: a systematic review and meta-analysis. British Journal

of Sports Medicine [Internet]. 2019 [citado el 07 de enero de 2026];53(11):700–706. Disponible en: https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100671
10. Pineda-Espejel HA, Alarcón E, Morquecho-Sánchez R, Morales-Sánchez V, Gadea-Cavazos E. Adaptive social factors and precompetitive anxiety in elite sport. Frontiers in Psychology [Internet]. 2021 [citado el 07 de enero de 2026];12:651169. Disponible en: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.651169
11. Peng F, Zhang LW. The relationship of competitive cognitive anxiety and motor performance: testing the moderating effects of goal orientations and self-efficacy among Chinese collegiate basketball players. Frontiers in Psychology [Internet]. 2021 [citado el 07 de enero de 2026];12:685649. Disponible en: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.685649
12. Tahtinen RE, Shelley J, Morris R. Gaining perspectives: a scoping review of research assessing depressive symptoms in athletes. Psychology of Sport and Exercise [Internet]. 2021 [citado el 07 de enero de 2026];54:101905. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101905
13. Lochbaum M, Stoner E, Hefner T, Cooper S, Lane AM, Terry PC. Sport psychology and performance meta-analyses: a systematic review of the literature. PLoS ONE [Internet]. 2022 [citado el 07 de enero de 2026];17(2):e0263408. Disponible en: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263408
14. Ayranci M, Aydin MK. The complex interplay between psychological factors and sports performance: a systematic review and meta-analysis. PLoS ONE [Internet]. 2025 [citado el 07 de enero de 2026];20(8):e0330862. Disponible en: https://doi.org/10.1371/journal.pone.0330862
15. Gimeno F, Buceta JM, Pérez-Llantada MC. El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): características psicométricas. Análise Psicológica [Internet]. 2001 [citado el 07 de enero de 2026];19(1):93–113. Disponible en: https://doi.org/10.14417/ap.346
16. Beck AT, Steer RA, Brown GK. Manual for the Beck Depression Inventory-II. San Antonio (TX): Psychological Corporation; 1996.
17. Sanz J, Perdigón AL, Vázquez C. Adaptación española del Inventario para la Depresión de Beck-II (BDI-II): 2. Propiedades psicométricas en población general. Clínica y Salud [Internet]. 2003 [citado el 07 de enero de 2026];14(3):249–280. Disponible en: https://journals.copmadrid.org/clysa/art/db8e1af0cb3aca1ae2d0018624204529
18. Beck AT, Epstein N, Brown G, Steer RA. An inventory for measuring clinical anxiety: psychometric properties. Journal of Consulting and Clinical Psychology [Internet]. 1988 [citado el 07 de enero de 2026];56(6):893–897. Disponible en: https://doi.org/10.1037/0022-006X.56.6.893
19. McLoughlin E, Fletcher D, Slavich GM, Arnold R, Moore LJ. Cumulative lifetime stress exposure, depression, anxiety, and well-being in elite athletes: a mixed-method study. Psychology of Sport and Exercise [Internet]. 2021 [citado el 07 de enero de 2026];52:101823. Disponible en: https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101823
20. Kaplánová A. Competitive anxiety, and guilt and shame proneness from perspective Type D and non-Type D football players. Frontiers in Psychology [Internet]. 2021 [citado el 07 de enero de 2026];12:601812. Disponible en: https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.601812
21. Lewinsohn PM, Muñoz RF, Youngren MA, Zeiss AM. Control your depression. Englewood Cliffs (NJ): Prentice-Hall; 1986.
22. Sarmento H, Frontini R, Marques A, Peralta M, Ordoñez-Saavedra N, Duarte JP, et al. Depressive symptoms and burnout in football players: a systematic review. Brain Sciences [Internet]. 2021 [citado el 07 de enero de 2026];11(10):1351. Disponible en: https://doi.org/10.3390/brainsci11101351
23. Chang CJ, Putukian M, Aerni G, Diamond AB, Hong ES, Ingram YM, et al. Mental health issues and psychological factors in athletes: detection, management, effect on performance, and prevention: American Medical Society for Sports Medicine Position Statement. Clinical Journal of Sport Medicine [Internet]. 2020 [citado el 07 de enero de 2026];30(2):e61–e87. Disponible en: https://doi.org/10.1097/JSM.0000000000000817
24. Reardon CL, Hainline B, Aron CM, Baron D, Baum AL, Bindra A, et al. Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2019). British Journal of Sports Medicine [Internet]. 2019 [citado el 07 de enero de 2026];53(11):667–699. Disponible en: https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100715
25. Lange-Smith S, Cabot J, Coffee P, Gunnell K, Tod D. The efficacy of psychological skills training for enhancing performance in sport: a review of reviews. International Journal of Sport and Exercise Psychology [Internet]. 2024 [citado el 07 de enero de 2026];22(4):1012–1029. Disponible en: https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2168725