

Síndrome de ansiedad y depresión de integrantes del Club Deportivo Guadalajara durante la COVID-19

Mario Antonio Ramírez-Barajas

Doctor en Ciencias. Universidad Anáhuac México. Ciudad de México.

<https://orcid.org/0000-0003-0414-2017>

maramirez@anahuac.mx

Jaime Andrés Figueroa-Conde

Doctor en Ciencias. Dirección de Ciencias del Deporte del Club Deportivo Guadalajara. Guadalajara. Jalisco. México.

<https://orcid.org/0000-0002-0960-3209>

jaconde@chivasdecorazon.mx

Patricia Martínez-Landz

Doctora en Ciencias. Universidad Anáhuac México. Ciudad de México.

<https://orcid.org/0000-0003-4874-4298>

palandaz@anahuac.mx

Arnulfo L'Gámiz-Matuk

M. MD, Dr. PH. Centro de Investigación en Ciencias de la Salud. Facultad de Ciencias de la Salud. Universidad Anáhuac México. Ciudad de México.

<https://orcid.org/0000-0001-8612-9902>

algamiz@anahuac.mx, wwgamiz@aol.com

Recibido: 04/09/2020

Aprobado: 13/10/2020

Publicado: 01/01/21

Resumen: Actualmente, la sociedad atraviesa por una crisis sanitaria global derivada de la pandemia de la COVID-19, la que ha promovido, a su vez, una crisis en diversos órdenes de la vida. En el caso de los futbolistas del Club Deportivo Guadalajara, no todos respondieron por igual ante estas dificultades. El objetivo de los articulistas consistió en el análisis de la actividad de estos jugadores ante la pandemia de la COVID-19 y el nivel de ansiedad experimentado para la determinación de sus características biológicas y sociales, la identificación de los factores causantes de la misma, la consideración de la relación entre las diferentes variables y los factores ansiolíticos cuando realizan las tareas de su profesión y la comparación de las causales de ansiedad de los deportistas en su campo de entrenamiento o de juego, durante y después de la presencia de la pandemia. Mediante un estudio descriptivo, cualitativo y transversal se realizó esta investigación en el mencionado Club. La población objeto de estudio fueron los deportistas de todas las áreas de la institución seleccionados por conveniencia, mediante muestreo aleatorio simple, según el criterio principal de la facilidad de acceso a los elementos por parte de los investigadores. Se utilizaron métodos teóricos, empíricos y matemático-estadísticos que permitieron la valoración

de la relación entre depresión y ansiedad. Los resultados obtenidos son alarmantes respecto al porcentaje de los deportistas con síndrome psicológico.

Palabras clave: COVID-19; futbolistas; ansiedad; depresión; factores determinantes

Anxiety and Depression Syndrome of Members of the Sports Guadalajara Club during the COVID-19 Pandemic

Abstract: Nowadays, society is facing a global health crisis due to the COVID-19 pandemic, which has also affected life in different aspects. Particularly, the soccer players of the Sports Club Guadalajara did not answer the same before these difficulties. This article aimed at analyzing their activities before such a pandemic. Their level of anxiety experienced was also analyzed to determine their biological and social characteristics, identify the causing factors, consider the relation between the different variables and anxiety factors when making their professional tasks, and comparing them in the training or game field, during and after COVID-19. This research was developed through a descriptive, qualitative, and transversal study in the aforementioned club. The sample, randomly selected, was constituted by the sportsmen from all areas within the institution, having as the main criterion the easy access level of the researchers to the elements. Theoretical and empirical methods were used, as well as mathematical-statistical that allowed assessing the relation between depression and anxiety. The results derived are alarming regarding the percentage of players suffering from psychological syndrome.

Keywords: COVID-19; soccer players; anxiety; depression; determining factors

Síndrome de ansiedade e depressão de membros de um clube esportivo durante a pandemia COVID-19

Resumo: Atualmente, a sociedade atravessa por uma crise sanitária global derivada da pandemia da COVID-19, a que promoveu, a sua vez, uma crise em diversos ordens da vida. No caso dos jogadores de futebol do Clube Esportivo Guadalajara, não todos responderam por igual ante estas dificuldades. O objetivo dos articulistas consistiu na análise da atividade de ditos jogadores de futebol ante a pandemia da COVID-19 e o nível de ansiedade experimente, para a determinação das características biológicas e sociais destes, a identificação dos fatores causadores da mesma, a consideração da relação entre as diferentes variáveis e os fatores ansiolíticos quando realizam as tarefas de sua profissão e a comparação das causas de ansiedade dos esportistas em seu campo de treinamento ou de jogo, durante e depois da presença da pandemia. Mediante um estudo descritivo, qualitativo e transversal se levou a cabo esta investigação no mencionado Clube. A população objeto de estudo foram os esportistas de todas as áreas da instituição seleccionados por conveniência, mediante amostragem aleatória simples, tendo como critério principal a facilidade de acesso aos elementos por parte dos investigadores. Utilizaram-se métodos teóricos, empíricos e matemático-estatísticos que permitiram a valoração da relação entre depressão e ansiedade. Os resultados

obtidos são alarmantes respeito à percentagem dos esportistas com síndrome psicológico.

Palavras-chave: COVID-19; jogadores de futebol; ansiedade; depressão; fatores determinantes

Introducción

Al igual que el resto de los seres humanos, los deportistas profesionales y semiprofesionales, en particular los dedicados al fútbol, también sienten la necesidad de observar su entorno y explicar lo que ocurre en el mismo. A la par, durante el proceso evolutivo aprendieron la convivencia y la solución de circunstancias que formaron parte del proceso adaptativo. En dicho proceso, contribuyó tanto el contexto social como la actitud para el aprovechamiento de los recursos dispuestos a su alcance, entre ellos, uno fundamental: el cuidado de sí mismo.

En estos momentos, la sociedad atraviesa por una crisis sanitaria global derivada de la pandemia de la COVID-19, la que ha originado, a su vez, una crisis en diversos órdenes de la vida y causado transformaciones importantes y complejas, ocasionadas por la propia enfermedad, no resueltas hasta hoy. Nunca antes la historia de la humanidad había sido afectada de esta manera, ya que ha repercutido en todos los campos del desarrollo humano.

El cambio en diferentes estructuras de la sociedad se ha convertido en una práctica constante y demanda un proceso de adaptación rápido que precisa respuestas a situaciones que en algunos casos sobrepasan la capacidad del ser humano para contenerlas y canalizarlas, como es el caso de una pandemia o los desastres naturales e incluso lo que el propio hombre genera, como son los conflictos bélicos.

A menudo no se tiene presente que toda situación nueva o de cambio obliga a una adaptación que requiere en la persona un tiempo interno que generalmente no se permite, de ahí la aparición de muchas frustraciones en momentos de la presentación de una realidad que cambia su escenario de vida.

Ello condiciona que, en el caso de los futbolistas del Club Deportivo Guadalajara, no todos hayan respondido por igual ante estas situaciones y hayan sufrido un malestar que demuestra que estas experiencias escapan a su control. Cuando el esfuerzo por el cumplimiento de metas implica

una sobrecarga individual acompañada de disgusto, en términos generales, decimos que este individuo está sometido a una situación de angustia.

El síndrome de ansiedad es en realidad un trastorno de alteración de la salud o un estado de enajenación mental. El concepto hace referencia a un desequilibrio que perturba el sentido o la conducta de los individuos, en este caso de los futbolistas, quienes son conscientes de la situación problemática, sin un rompimiento con la realidad.

Por consiguiente, el síndrome de ansiedad se considera un proceso dinámico, muy complejo, que ocasiona efectos biológicos, psicológicos y sociales que alteran la salud de las personas y producen un cambio en la salud individual, en forma de alteraciones psicosomáticas y trastornos psicológicos graves; ese es el caso que ocupa este estudio, particularmente de los referidos deportistas.

Estrategias de enfrentamiento

Para el enfrentamiento a situaciones potencialmente ansiolíticas, como es el caso de una pandemia, se proporcionan aquellos mecanismos de defensa lo más temprano posible, que serán los que aumenten la capacidad de autorrealización, sublimación y el acceso a una verdadera independencia y eficacia.

Todo aquello que aporta el ambiente para la disminución del daño provocado por situaciones que producen ansiedad se aplica conceptualmente a las actividades de la profesión de los deportistas en escenarios extraordinarios.

Recomendaciones sobre estrategias de intervención

Nivel individual

Consiste en el desarrollo de estrategias cognitivo-conductuales que eliminen o mitiguen la fuente de ansiedad y la neutralización de las consecuencias negativas de estas experiencias. Del mismo modo, el comportamiento asertivo, el manejo eficaz del tiempo, la distribución racional de las tareas laborales y de las que no lo son, la asignación de un horario de receso laboral y la precisión de objetivos reales.

Nivel grupal

Se basa en la necesidad de la formación de habilidades sociales, el fomento del apoyo social y emocional de los equipos de profesionales, el control del trabajo realizado como una forma de retroalimentación y la evaluación periódica de estos.

Nivel organizacional

Está fundamentado en la eliminación o disminución de los estresores del entorno organizacional que dan lugar al malestar. En términos generales, el manejo de programas de prevención está dirigido al mejoramiento del ambiente y del clima de la organización, al acercamiento de los deportistas a la realidad laboral y a la evasión del choque con expectativas irreales. Es decir, para que se favorezcan los procesos de retroalimentación desde la dirección de la organización y la unidad donde se ubica el personal, de manera que mejoren las redes de comunicación.

Tanto en el ámbito personal como laboral, el futbolista necesita instrumentos que le ayuden a vivir en armonía consigo mismo y con el contexto, a pesar de que existen factores personales que determinan la existencia de individuos con diferentes capacidades y habilidades para el enfrentamiento de los problemas cotidianos. En consecuencia, resultará determinante el aprendizaje para el abordaje de manera positiva y favorecedora de los momentos de conflicto.

Por lo antes expuesto, ha sido objetivo de los articulistas el análisis de la actividad de los futbolistas del Club Deportivo Guadalajara, con sede en Guadalajara, Jalisco, México, ante la pandemia de la COVID-19 y el nivel de ansiedad experimentado, para la determinación de las características biológicas y sociales de estos, la identificación de los factores causantes de la misma, la consideración de la relación entre las diferentes variables y los factores ansiolíticos cuando realizan las tareas de su profesión, y la comparación de las causales de ansiedad de los deportistas en su campo de entrenamiento o de juego, durante y después de la presencia de la pandemia.

Métodos

Mediante un estudio descriptivo, cualitativo y transversal se efectuó la investigación en el Club Deportivo Guadalajara. La población objeto de estudio fueron los deportistas de todas las

áreas de la institución seleccionados por conveniencia, mediante un muestreo aleatorio simple, sobre la base del criterio principal referido a la facilidad de acceso a los elementos por parte de los investigadores. Previamente a la selección se informó a los profesionales de la experiencia y se les ofreció la posibilidad de su participación o no en el estudio.

Se tomaron en cuenta variables sociodemográficas, como la edad, sexo, si dispone de pareja y número de personas a su cargo; además, variables relacionadas con la ansiedad percibida, como grado de ansiedad, contacto con el sufrimiento, relación con tutores y compañeros, impotencia e incertidumbre, implicación emocional y sobrecarga.

Los principales métodos teóricos utilizados fueron el análisis-síntesis, la inducción-deducción, el hipotético-deductivo y el histórico-lógico.

Como métodos empíricos empleados, estuvieron la observación, la encuesta y la entrevista.

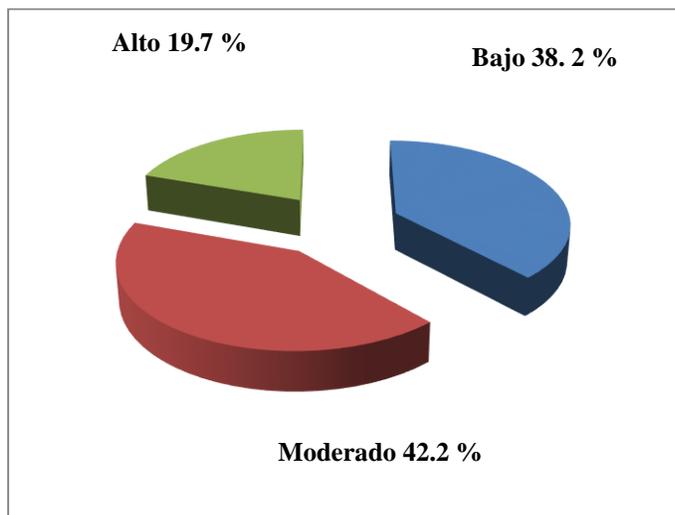
Los matemático-estadísticos aplicados contribuyeron a la decisión de la muestra de sujetos para el estudio, también para la tabulación y el procesamiento de los datos empíricos obtenidos, así como para la determinación de las generalizaciones apropiadas a partir de ellos. Entre estos se trabajaron el análisis porcentual y las pruebas estadísticas para que se valorara la relación entre depresión y ansiedad.

Resultados

Una parte importante de los participantes fue identificada con depresión entre moderado y alto; mientras que el nivel de ansiedad, entre moderado y alto (ver gráficas 1, 2 y 3). Se destaca que todos los sujetos de la investigación presentan al menos una de las siguientes condiciones: ansiedad, depresión, o ansiedad y depresión. Ver las pruebas estadísticas (tabla 1).

Gráfico 1

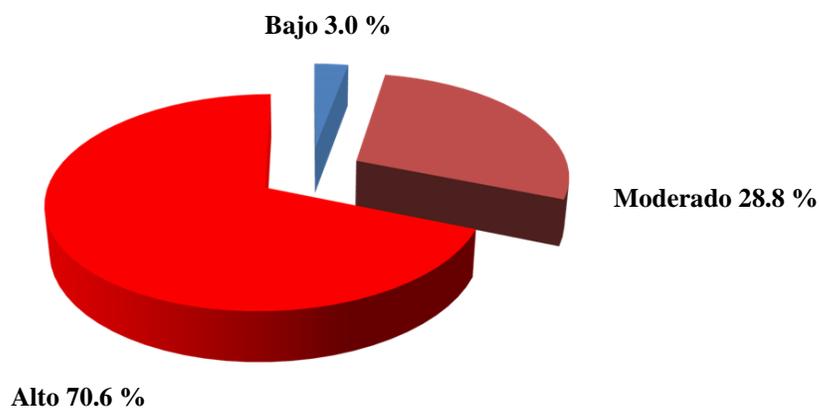
Nivel de depresión. Club Deportivo Guadalajara (mayo 2020)



Fuente: Elaboración propia

Gráfico 2

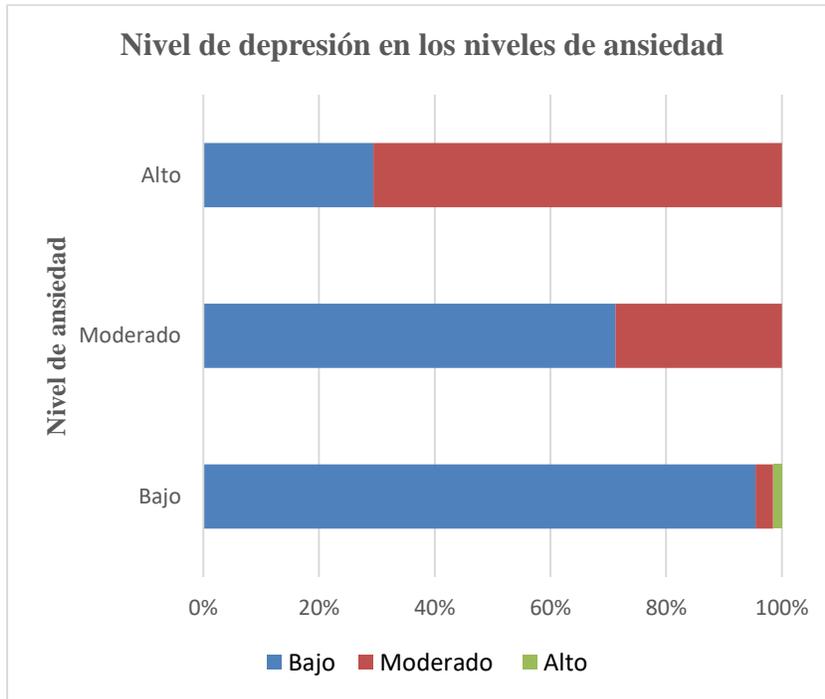
Nivel de ansiedad. Deportistas del Club Guadalajara mayo 2020



Fuente: Elaboración propia

Gráfico 3

Nivel de depresión en los niveles de ansiedad. Deportistas del Club Guadalajara mayo 2020



Fuente: Elaboración propia

Tabla 1

Pruebas estadísticas para valorar relación de depresión y ansiedad

Prueba	Valor
Chi-cuadrado de Pearson	53.003 a
Razón de verosimilitud	57.018
Asociación lineal por lineal	41.601
Núm. de casos válidos	173

Fuente: Elaboración propia

Discusión

Como se observa en el gráfico 1, el nivel de depresión de los deportistas objeto de investigación ante la pandemia de la COVID-19 ocupa los valores de bajo (38.2 %), moderado (42.2 %) y alto (19.7 %), donde el moderado domina el primer lugar, el bajo el segundo lugar y el alto el tercer lugar. Por consiguiente, el valor de moderado es el que predomina.

Por otro lado, en el gráfico 2 el nivel de ansiedad también se encuentra en los tres valores: bajo (3.0 %), moderado (28.8 %) y alto (70.6 %). En este nivel prevalece el alto, le continúa el moderado y por último el bajo.

Cuando se analiza el gráfico 3, que consiste en la relación existente entre el nivel de depresión en los niveles de ansiedad, se comprueba que en ambos hay correlación; es decir, han existido tanto los síntomas de ansiedad como los de depresión en los individuos que fueron seleccionados para esta investigación en el Club Deportivo Guadalajara, ante la pandemia de la COVID-19.

Por último, la tabla 1 confirma los resultados que se muestran en los gráficos anteriores.

Conclusiones

Es necesario que se reflexione en relación con la ansiedad en los seres humanos, pues este es un mecanismo adaptativo que pone en marcha elementos de defensa frente a situaciones que comprometen la estabilidad psicofísica de los individuos, que debe ser limitada y adaptada al tiempo, pues este no debe prolongarse por ser un factor de riesgo más para la salud de las personas.

Los resultados obtenidos son alarmantes respecto al porcentaje de los deportistas con síndrome psicológico, los cuales permitirán a la organización la elaboración de estrategias que reduzcan los niveles de ansiedad y depresión en los mismos, lo cual se reflejará en su actuación cotidiana, para que oportunamente se logre la disminución de los síntomas que se desencadenan. Es importante que se prosiga el estudio de esta situación que hoy domina a muchos seres humanos y no solo a los futbolistas profesionales, sino a todos los individuos que participan en las instalaciones del Club.

Referencias bibliográficas

- Alexander, F. (1962). *La médecine psychosomatique*. Payot.
- Alonso, F. (1997). *Psicopatología del trabajo*. Edika-Med S.L.
- Aneshensel, C. S. (1992). Social stress: Theory and research. *Annual Review of Sociology*, 18, 15–38. <https://doi.org/10.1146/annurev.so.18.080192.000311>
- Ansorena, A., Cobo, J., y Romero, I. (1983). El constructo de ansiedad en psicología. *Estudios de Psicología*, 4(16), 31-45. DOI: [10.1080/02109395.1983.10821366](https://doi.org/10.1080/02109395.1983.10821366)
- Ayuso, J. L. (1988). *Trastornos de angustia*. Martínez Roca.
- Sandín, B., y Chorot, P. (1995). Concepto y categorización de los trastornos de ansiedad. En A. B. Belloch, B. Sandín, y F. Ramos (Eds.), *Manual de psicopatología* (Vol. 2, pp.53-80). McGraw-Hill.
- Suárez, M. (1995). *Introducción a la psiquiatría*. Salerno.
- Thyer, B. A. (1987). *Treating anxiety disorders: A guide for human service professionals* (SAGE Human Service Guides). SAGE Publications.
- Tyrer, P. (1982). Major common symptoms in psychiatry. Anxiety. *British Journal of Hospital Medicine*, 27(2), 109-113.