

# PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR

## DECLARACIÓN y AUTORIZACIÓN

Yo, **FIERRO VASCO SANDY GUADALUPE**, con C.C. 0201643764 , autora del trabajo de graduación titulado:“ **CORRELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN LOS DEPORTISTAS DE LAS DISCIPLINAS DE COMBATE**”, previa a la obtención del título profesional en la Especialidad de: Medicina Del Deporte , en la Facultad de Medicina:

1.- Declaro tener pleno conocimiento de la obligación que tiene la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, de conformidad con el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior, de entregar a la SENESCYT en formato digital una copia del referido trabajo de graduación para que sea integrado al Sistema Nacional de Información de la Educación Superior del Ecuador para su difusión pública respetando los derechos de autor.

2.- Autorizo a la Pontificia Universidad Católica del Ecuador a difundir a través de sitio web de la Biblioteca de la PUCE el referido trabajo de graduación, respetando las políticas de propiedad intelectual de Universidad.

Quito, 22 de febrero del 2017

**FIERRO VASCO SANDY GUADALUPE.**  
0201643764

PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR  
(PUCE)



**CORRELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL CON  
EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN LOS DEPORTISTAS DE LAS  
DISCIPLINAS DE COMBATE.**

**DISERTACION PREVIA A LA OBTENCION DEL TITULO DE ESPECIALISTA EN  
MEDICINA DEL DEPORTE**

**LUGAR: Federación Deportiva Provincial de Bolívar.**

**PARTICIPANTES: DEPORTISTAS DE LA SELECCIÓN MENORES (13-14 AÑOS)  
DE LOS DEPORTES DE COMBATE.**

**Autora: Dra. Sandy Fierro Vasco**

**Director: Dr. Oscar Concha**

**Director Metodológico: Dr. Marco Antonio Pino**

QUITO, 2017

## **DEDICATORIA.**

La presente tesis se la dedico **A DIOS:** por haberme dado la vida, y las fuerzas para seguir superándome cada día.

**A MI HIJO MARTÍN:** a quien le debo los anhelos de superación día a día.

**A SANTIAGO:** por ser un apoyo fundamental en el transcurso de la carrera y para la culminación de este trabajo.

**A MIS PADRES y HERMANOS,** por su ayuda incondicional.

**SANDY**

## **AGRADECIMIENTO.**

A la Pontificia Universidad Católica del Ecuador por darnos la oportunidad de seguir el postgrado, **A MIS TUTORES:** Dr. Antonio Pino y Dr. Oscar Concha por ser una guía, por el tiempo dedicado y porque con su sapiencia he desarrollado y he culminado mi objetivo como profesional.

A todo el personal técnico, deportistas y padres de familia de Federación Deportiva de Bolívar por acogerme en su institución y darme las facilidades del equipo con su apoyo incondicional.

SANDY

# ÍNDICE GENERAL.

PORTADA .....	2
<b>DEDICATORIA.</b> .....	3
<b>AGRADECIMIENTO.</b> .....	4
<b>ÍNDICE GENERAL.</b> .....	5
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	8
<b>1. MARCO TEÓRICO</b> .....	9
1.1 DEFINICIÓN DE DEPORTES DE COMBATE.....	9
1.1.1. Boxeo.....	9
1.1.2. Taekwondo .....	10
1.1.3 Karate.....	10
1.1.4 Judo.....	11
1.1.5. Lucha Olímpica .....	12
1.2 FACTORES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO.....	12
1.2.1 Factores Individuales.....	12
1.2.2 Factores Colectivos .....	13
1.3. DEFINICIONES DE INTELIGENCIA. ....	13
1.4. INTELIGENCIAS MÚLTIPLES .....	14
1.4.1 La Inteligencia Lingüística-Verbal.....	15
1.4.2 La Inteligencia Lógico-Matemática.....	15
1.4.3 La Inteligencia Espacial. ....	15
1.4.4. La Inteligencia Musical. ....	16
1.4.5 La Inteligencia Cinestésico-Corporal. ....	16
1.4.6 La Inteligencia Interpersonal. ....	16
1.4.7 La Inteligencia Intrapersonal. ....	16
1.4.8 La inteligencia Naturalista.....	17
1.5. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL.....	17
1.6 CONCEPTO DE EMOCIÓN .....	19
1.6.1 Elementos constitutivos de la emoción .....	19
1.6.2 El proceso emocional.....	20
1.6.3 Tipos de Emociones. ....	22
1.6.4 Las emociones en el cerebro.....	23

1.7 PARA QUÉ SIRVE DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS DEPORTISTAS .....	25
1.8. MODELO DE INTELIGENCIA SOCIO-EMOCIONAL DE REUVEN BAR-ON.	26
1.9 EL CONSTRUCTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL .....	26
<b>2. JUSTIFICACIÓN.....</b>	<b>28</b>
<b>3. TITULO.....</b>	<b>30</b>
<b>4. PROBLEMA .....</b>	<b>30</b>
<b>6. HIPÓTESIS.....</b>	<b>30</b>
<b>7. METODOLOGÍA.....</b>	<b>31</b>
<b>8. TIPO DE ESTUDIO.....</b>	<b>32</b>
<b>9. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.....</b>	<b>33</b>
<b>10. INSTRUMENTOS.....</b>	<b>33</b>
<b>11. PLAN DE ANÁLISIS.....</b>	<b>33</b>
<b>12. LIMITACIONES DEL ESTUDIO .....</b>	<b>34</b>
<b>13. VARIABLES.....</b>	<b>34</b>
<b>14. RESULTADOS .....</b>	<b>36</b>
<b>15. DISCUSIÓN .....</b>	<b>50</b>
<b>16. CONCLUSIONES .....</b>	<b>55</b>
<b>17. RECOMENDACIONES .....</b>	<b>56</b>
<b>18. BIBLIOGRAFIA .....</b>	<b>58</b>
<b>19. ANEXOS. ....</b>	<b>61</b>

## **CORRELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN LOS DEPORTISTAS DE LAS DISCIPLINAS DE COMBATE.**

### **RESUMEN.**

El presente estudio analiza la calificación de la Inteligencia emocional en los deportistas de combate, en una muestra de 38 participantes, con edades comprendidas entre los 13 a 15 años. La muestra respondió a preguntas del test de Inteligencia Emocional en el Deporte, un instrumento con datos socio-demográficos y la escala de Apgar Familiar con. Como se esperaba, los deportistas que presentaron mejor rendimiento deportivo también tuvieron puntuación alta en el cuestionario de Inteligencia Emocional. El presente estudio contribuye a la comprensión de la correlación entre la puntuación de la Inteligencia Emocional y el Rendimiento Deportivo en los deportistas de combate. Finalmente, se discuten aportaciones de estos resultados para su aplicación en futuros programas de intervención para la mejora de las habilidades de los componentes de la Inteligencia Emocional. Sin embargo hay que tomar en cuenta que existen otros factores que van a determinar el rendimiento deportivo.

Palabras clave: Inteligencia emocional, Deportes de combate, Rendimiento deportivo, Funcionalidad familiar.

## **CORRELATION BETWEEN EMOTIONAL INTELLIGENCE AND SPORTING PERFORMANCE IN SPORT DISCIPLINES ATHLETES.**

### **ABSTRACT**

The present study analyzes the qualification of Emotional Intelligence in combat athletes, in a sample of 38 participants, aged between 13 and 15 years. The sample answered questions from the Emotional Intelligence test in Sport, an instrument with socio-demographic data and the Family Apgar scale with. As expected, the athletes who presented better sports performance also scored high on the Emotional Intelligence questionnaire. The present study contributes to the understanding of the correlation between Emotional Intelligence score and Sport Performance in combat athletes. Finally, contributions of these results are discussed for their application in future intervention programs for the improvement of the abilities of the components of Emotional Intelligence. However you have to take into account that there are other factors that will determine the sports performance.

Key words: Emotional intelligence, Combat sports, Sports performance, Family function.

## INTRODUCCIÓN

En la actualidad la mayoría de especialidades médicas requieren un enfoque multidisciplinario, la medicina del deporte no podría ser la excepción. En las últimas décadas el crecimiento de las ciencias psicológicas y neuropsicológicas ha hecho que sean un eje importante, como una herramienta para mejorar el rendimiento de los deportistas y que ha dado lugar a múltiples investigaciones.

Algunos principios psicológicos son importantes para entender y mantener la motivación de los regímenes de entrenamiento agotadores durante largos períodos de tiempo, la preparación, la tensión previa a la competición, durante la competición, y la redefinición de las metas y objetivos después de la competencia. (1)

De igual forma algunos estudios han demostrado el efecto positivo del ejercicio sobre actividades cognitivas. En el caso de los deportes de combate se ha documentado los efectos positivos, en particular en el desarrollo del carácter, satisfacción con la vida, y bienestar. (2)

Se acuñó el término de inteligencia deportiva y la definen como una racionalización cognitiva que implica el procesamiento de información, el análisis, el aprendizaje, la toma de decisiones, la creatividad, la comprensión de la situación. Las características psicológicas de los campeones olímpicos fueron, evidenciando que los atletas olímpicos poseían, entre otras características, la "inteligencia deportiva. (3)

Zhang Li-wei, propuso la definición de inteligencia deportiva como las condiciones o características psicológicas en el curso de dominar y realizar habilidades motoras. (4)

El concepto de inteligencia emocional es quizás la gran revelación de la psicología del siglo XX, en cuanto a los nuevos elementos que aporta para la comprensión de la inteligencia humana.

Estos nuevos conocimientos permiten una visión más realista y válida de los factores que conducen a la eficacia y adaptación personal, ayudando a tener una visión más equilibrada del papel que juegan la cognición y la emoción en la vida de las personas. Es tal el auge de las investigaciones en este campo, que se puede afirmar que la inteligencia emocional es un concepto en amplia expansión(5).

# **1. MARCO TEÓRICO**

## **1.1 DEFINICIÓN DE DEPORTES DE COMBATE.**

Los Deportes de Combate son deportes de contacto competitivos donde dos combatientes pelean uno contra otro, limitados por reglas de enfrentamiento y por lo general con equipo protector, el objetivo es simular el combate real con enfoque deportivo. Las Federaciones y Organizaciones son quienes regulan los deportes de combate determinando las reglas y el equipo protector que se use en las competencias, donde la meta es ganar trofeos, medallas, cinturones y títulos de campeón. Algunos Deportes de Combate que están incluidos en los Juegos Olímpicos y son: Boxeo, Lucha en sus estilos Greco y romana, Judo, Taekwondo y Esgrima.(6)

A diferencia de otros deportes, en este grupo se requiere de un oponente para efectuar los combates. Salvo el esgrima, en los demás deportes de este grupo los oponentes se enfrentan en igualdad de circunstancia, ya que deben de mantener un rango de peso de acuerdo a la categoría en la que participen, para salvaguardar la integridad física de los atletas.

Para practicar estos deportes se requiere de capacidad de pensamiento técnico-táctico para poder ejecutar ante el oponente. También se requiere de capacidad coordinativa, y las capacidades físicas que se requieren son la velocidad de reacción, la fuerza resistiva y la flexibilidad. También se requiere de fuerza de voluntad, disposición al esfuerzo y tolerancia a la frustración.(7)

### **1.1.1. Boxeo**

Es un deporte de combate individual; de iniciación temprana y que requiere de una gran fortaleza física y material; implica una contienda entre dos competidores, en la cual se declara vencedor a aquel que logre conectar la mayor cantidad de golpes con los puños, a la zona permitida, con la parte válida de los guantes y con la contundencia necesaria para provocar la inestabilidad de su rival.

### **1.1.2. Taekwondo**

Es un arte marcial de origen Coreano, la expresión se forma por tres términos: tae (que refiere a la utilización de los pies), kwon (vinculado a los brazos y puños) y do (una noción filosófica que se asocia al camino hacia la perfección). La frase “tae kwon do”, por lo tanto, alude al uso de los pies y las manos en una técnica que, por extensión, no apela a ninguna clase de armamento.

Al igual que otras artes marciales, en el Tae Kwon Do el uniforme es el dobok, a menudo blanco, se puede practicar con un calzado especial o incluso descalzo, existen como los otros deportes de combate cinturones que reflejan el grado de destreza alcanzado por el practicante. Una vez que el deportista alcanza el cinturón negro (máximo grado), puede seguir avanzando hasta llegar al 9º DAN, que es la calificación más alta.

Los deportistas pueden hacer uso de las siguientes “herramientas”, entre otras:

- Patadas, como son la lateral, la frontal, la circular amplia... Van dirigidas, sobre todo, a golpear el tronco o la cabeza del rival.
- Bloqueos, que son técnicas de defensa.
- Golpes directos con el puño.(8)

### **1.1.3 Karate**

Es un arte marcial que se desarrolló en Japón a partir del año 1922, cuando se produjo la aceptación de una técnica de lucha que naciera en la isla de Okinawa. Se usan en esta práctica patadas y puñetazos, combinando armónicamente la fuerza con el equilibrio, la alineación y la respiración, intentando que el adversario resulte derribado con un único golpe. Se privilegia la potencia y es muy practicada como deporte y con el fin de lograr la defensa personal. Los golpes son secos y pueden darse con las manos, pies o codos. El karate está además inspirado en valores, ya que importa una tradición y una filosofía de vida, incluyendo el honor, el valor, el autodomínio y la lealtad. No debe emplearse para atacar, sino solo para defenderse.

La vestimenta que se usa para ejercitar este arte se denomina karategi, y está compuesta por una chaqueta blanca no abotonada, pantalón también blanco y cinturón que es del mismo color (blanco) para los principiantes, e irá variando su tono a medida que se avance en la práctica de la disciplina. Al blanco le sucederá el amarillo, más tarde el naranja; y sucesivamente el verde, el azul y el marrón, para llegar a alcanzar como meta ideal de culminación del entrenamiento, el cinturón negro. Se combate en suelo liso, por pocos minutos (dos o tres), descalzos, y el encuentro se inicia y termina, con un saludo reverencial.

#### **1.1.4 Judo.**

El Judo, es un deporte, es un medio de defensa personal, se crea como una combinación y un refinamiento de lo mejor de las técnicas antiguas del Jujutsu.

En las olimpiadas de 1964 el Judo es admitido como un deporte olímpico, es el primer arte marcial que se introdujo en las olimpiadas.

Con el perfeccionamiento del Judo y como todo deporte profesional, este tiene una serie de reglas tanto sea para poder competir, como para brindar un marco de seguridad al desarrollar este deporte.

A diferencia de muchos deportes en el que enfrenta tu fuerza contra la fuerza de otro equipo, con el judo se intenta aprovechar la fuerza del oponente contra sí mismo. La idea base en la creación del Judo, fue la de generar un arte marcial donde la principal técnica sería el bloquear al adversario utilizando su propia fuerza haciendo que este se agote hasta poder llegar a neutralizarlo en el suelo por medio de:

- llaves de estrangulación
- luxación
- inmovilización

El aprendizaje del Judo fortalece la auto-confianza, la concentración y la capacidad de liderazgo, así como la coordinación física, poder y flexibilidad.

### **1.1.5.Lucha Olímpica**

Las modalidades, lucha olímpica, lucha libre deportiva o simplemente lucha estilo libre es un deporte en el cual cada participante intenta derrotar a su oponente con el uso de llaves y técnicas de proyección. El objetivo consiste en ganar el combate haciendo caer al oponente al suelo y manteniendo ambos hombros del rival fijos sobre el tapiz, el tiempo suficiente para que el árbitro se cerciore de esto, o ganando por puntuación mediante la valoración de las técnicas y acciones conseguidas sobre el adversario.

El término “libre” que denomina a la modalidad se refiere en que, a diferencia de la lucha grecorromana donde no se puede utilizar activamente las piernas ni atacar las del rival, en la lucha libre las piernas son un elemento más del ataque y la defensa. Es decir no hay restricciones. Por otra parte el término "olímpica" se utiliza para diferenciarla del combate escénico conocido como lucha libre.

La variante femenina de esta modalidad se denomina Lucha Libre Femenina o simplemente lucha femenina. A estas tres modalidades de lucha (lucha grecorromana, lucha libre masculina y lucha libre femenina) se les denomina luchas olímpicas ya que están presentes en los Juegos Olímpicos.

El reglamento es prácticamente el mismo para las tres modalidades de la Lucha Olímpica, con la salvedad de la utilización de las piernas en Lucha grecorromana.

Los deportistas visten una "malla" de una sola pieza de color rojo o azul, según le corresponda, los cuales son los colores oficiales de dichas prendas de combate enlucha además los zapatos, son botines que protegen los tobillos.(7)

## **1.2 FACTORES QUE INFLUYEN EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO**

### **1.2.1 Factores Individuales**

- Condición Física y coordinación neuromuscular

- Capacidades y habilidades técnico-tácticas
- Factores morfológicos y de salud
- Cualidades de personalidad

### **1.2.2 Factores Colectivos**

- Infraestructura propia y ajena
- Dirección pedagógica. Equipo técnico
- Condiciones externas: clima, vestimenta, alimentación, público
- Relaciones interpersonales, liderazgo, rechazos, competitividad
- Desenvolvimiento táctico
- Factores institucionales

### **1.3. DEFINICIONES DE INTELIGENCIA.**

“La inteligencia es el término global mediante el cual se describe una propiedad de la mente en la que se relacionan habilidades tales como las capacidades del pensamiento abstracto, el entendimiento, la comunicación, el raciocinio, el aprendizaje, la planificación y la solución de problemas”.(9)

Se define, por primera vez, como la habilidad para observar tanto emociones y sentimientos propios como ajenos, discriminar entre ellos y usar esta información para orientar nuestro pensamiento y nuestras acciones(10).

Numerosos son los autores que estudian el tema y probablemente todo el mundo tiene una definición propia de lo que es la inteligencia, entre otras cosas, la inteligencia ha significado: el nivel o la capacidad cognitiva, la función intelectual simple, la nota esencial del ser humano, el principio espiritual y un ente inmaterial, de acuerdo con esto suelen utilizar términos como: razón, intelecto, entendimiento, pensamiento, juicio o conocimiento, para referirse con lo que actualmente se conoce como inteligencia.

En psicología, la inteligencia se define como la capacidad de adquirir conocimiento o entendimiento y de utilizarlo en situaciones novedosas. En condiciones experimentales se puede medir en términos cuantitativos el éxito de las personas para adecuar su conocimiento a una situación o al superar una situación específica.

Las definiciones más comunes han puesto énfasis en la inteligencia como capacidad para pensar y para desarrollar el pensamiento abstracto, como capacidad de aprendizaje, como manipulación, procesamiento, representación de símbolos, como capacidad para adaptarse a situaciones nuevas, o para solucionar problemas.

Goleman, propone una definición de la inteligencia emocional, habla de diferentes factores que pueden influir en el rendimiento (académico, laboral, deportivo,...), como la automotivación, las habilidades sociales, de tal manera podremos señalar que las personas con una mayor inteligencia emocional pueden percibir y responder más rápido a sus propias emociones y, de esta manera, expresar mejor sus emociones a los demás. Mayer, DiPaolo y Salovey, 1990. Estos autores señalan que personas jóvenes con problemas legales no suelen conseguir o adquirir habilidades de percepción emocional.

Esto podría ser bastante importante en el contexto deportivo, ya que deportistas con bajas capacidades de percepción emocional podrían caer en conductas agresivas durante la práctica deportiva.

#### **1.4. INTELIGENCIAS MÚLTIPLES**

Cada una de ellas mantiene elementos que le son propios para atender la diversidad de los alumnos y satisfacer sus inclinaciones. Estas nos permitirán entonces evidenciar desde qué inteligencia cada niño tiene mayores responsabilidades de aprender, permitiendo acompañar su proceso de aprendizaje capitalizando sus mayores fortalezas y teniendo siempre en consideración que cada uno puede tener fortalecida más de un área.

#### **1.4.1 La Inteligencia Lingüística-Verbal.**

Se manifiesta en la habilidad para manipular palabras para una variedad de propósitos: debate, persuasión, contar historias, poesía, prosa e instrucción. La gente con alta inteligencia lingüística-verbal a menudo le gusta jugar con palabras y usar herramientas como juegos de palabras, metáforas, etc. Las personas con una fuerte inteligencia lingüística-verbal pueden con frecuencia leer durante horas en un mismo período. Sus habilidades auditivas tienden a estar altamente desarrolladas y pueden aprender mejor cuando hablan, escuchan, leen o escriben.

#### **1.4.2 La Inteligencia Lógico-Matemática.**

Es la base para las ciencias exactas y todos los tipos de matemáticas. La gente que usa la inteligencia lógico-matemática enfatiza lo racional. Estas personas son buenas en encontrar patrones, en establecer las relaciones de causa-efecto, en conducir los experimentos controlados, y en llevar las secuencias. Generalmente, estas personas piensan en términos de conceptos y preguntas y les gusta contribuir dando ideas en los exámenes.

#### **1.4.3 La Inteligencia Espacial.**

Involucra una gran capacidad para percibir, crear y recrear fotografías e imágenes. Todos los fotógrafos, artistas, ingenieros, arquitectos y escultores utilizan la inteligencia espacial. Las personas que son espacialmente inteligentes, son profundamente perceptivas hasta de pequeños detalles visuales; por lo general pueden escenificar ideas con gráficas, tablas o imágenes; y son a menudo capaces de convertir palabras o impresiones en imágenes mentales. La gente con inteligencia espacial piensa en imágenes y cuenta con un fino sentido de locación y dirección.

#### **1.4.4. La Inteligencia Musical.**

Es la habilidad para producir melodías y ritmos, así como entender, apreciar y dar opiniones acerca de la música. Toda la gente que es capaz de cantar en tonos, de mantener el ritmo, de analizar las formas musicales o de crear expresiones musicales se considera que cuenta con la inteligencia musical. La gente con inteligencia musical es sensible a todo tipo de sonido no verbal y al ritmo de cualquier ruido.

#### **1.4.5 La Inteligencia Cinestésico-Corporal.**

Se relaciona con lo físico y con la manipulación del propio cuerpo de uno. Aquellos que cuentan con la inteligencia cinestésica pueden, por lo general, manejar objetos o realizar movimientos precisos del cuerpo con una facilidad relativa. Su tacto está por lo general bien desarrollado y disfrutan los retos y pasatiempos en donde se use el ejercicio físico. Estas personas aprenden mejor moviéndose, así como haciendo y representando las cosas.

#### **1.4.6 La Inteligencia Interpersonal.**

Está en el trabajo de las personas que son sociables por naturaleza. Las personas con inteligencia interpersonal trabajan bien con otros y son muy sensibles a los ligeros cambios de los modos, actitudes y deseos de los demás. La gente con inteligencia interpersonal son a menudo amigables y sociables. La mayoría de la gente con esta inteligencia sabe cómo reaccionar, medirse e identificarse con los temperamentos de los demás. Por lo general, son excelentes compañeros de equipo y muy buenos administradores y aprenden mejor cuando se relacionan con los demás.

#### **1.4.7 La Inteligencia Intrapersonal.**

Es la habilidad para acceder a los propios sentimientos y a los estados emocionales de uno. Las personas con inteligencia intrapersonal por lo general eligen trabajar por su propia cuenta mientras usan y confían en su propio entendimiento para guiarse a sí mismos. Están en contacto con sus sentimientos ocultos y son capaces de formar metas realistas y concepciones de ellos mismos.

#### **1.4.8 La inteligencia Naturalista.**

Capacidad de distinguir, clasificar y utilizar elementos del medio ambiente, objetos, animales o plantas. Tanto del ambiente urbano como suburbano o rural. Incluye las habilidades de observación, experimentación, reflexión y cuestionamiento de nuestro entorno.

La poseen en alto nivel la gente del campo, botánicos, cazadores, ecologistas y paisajistas. Se da en los niños que aman los animales, las plantas; quieren conocer y les gusta investigar características del mundo natural y del hecho por el hombre. (11)

### **1.5. LA INTELIGENCIA EMOCIONAL**

La inteligencia emocional (IE) es el uso inteligente de las emociones: hacer que, intencionalmente, las emociones trabajen para nosotros, utilizándolas de manera que nos ayuden a guiar la conducta y los procesos de pensamiento, a fin de alcanzar el bienestar personal. Peter Salovey y John Mayer, de las universidades de New Hampshire y de Yale (12) fueron de los primeros investigadores en utilizar el término “Inteligencia emocional” con el mismo sentido de uso actual, pero el concepto adquirió mayor notoriedad a partir de la publicación del libro “La inteligencia Emocional” escrito por Daniel Goleman, en 1995. (13)

El concepto de inteligencia emocional es quizás la gran revelación de la psicología del siglo XX, en cuanto a los nuevos elementos que aporta para la comprensión de la inteligencia humana.

Estos nuevos conocimientos permiten una visión más realista y válida de los factores que conducen a la eficacia y adaptación personal, ayudando a tener una visión más equilibrada del papel que juegan la cognición y la emoción en la vida de las personas. Es tal el auge de las investigaciones en este campo, que se puede afirmar que la inteligencia emocional es un concepto en amplia expansión.

Las personas emocionalmente desarrolladas, es decir, las personas que gobiernan adecuadamente sus emociones y que también saben interpretar y relacionarse efectivamente con las emociones de los demás, disfrutan de una situación ventajosa en todos los dominios de la vida. Estas personas suelen sentirse más satisfechas, son más eficaces y más capaces de dominar los hábitos mentales que determinan la productividad. (14)

Quienes, por el contrario, no pueden controlar su vida emocional, se debaten en constantes luchas internas que socavan su capacidad de trabajo y les impiden pensar con suficiente claridad.

La inteligencia emocional se refiere a la capacidad de identificar, comprender y manejar las emociones en uno mismo y en los demás. La inteligencia emocional es la base de la competencia emocional, entendida como una capacidad adquirida que puede desarrollarse a través del moldeamiento y la educación.

Una definición general y breve de la IE es: “la capacidad para reconocer, comprender y regular nuestra emociones y las de los demás”. (15) Desde esta perspectiva, la IE es una habilidad que implica tres procesos:

1. Percibir: reconocer de forma consciente nuestras emociones e identificar qué sentimos y ser capaces de darle una etiqueta verbal.
2. Comprender: integrar lo que sentimos dentro de nuestro pensamiento y saber considerar la complejidad de los cambios emocionales.
3. La inteligencia emocional se refleja en la manera en que las personas interactúan con el mundo. Las personas emocionalmente inteligentes toman muy en cuenta sus propios sentimientos y los de los demás; tienen habilidades relacionadas con el

control de los impulsos, la autoconciencia, la valoración adecuada de uno mismo, la adaptabilidad, motivación, el entusiasmo, la perseverancia, la empatía, la agilidad mental, que configuran rasgos de carácter como la autodisciplina, la compasión o el altruismo, indispensables para una buena y creativa adaptación. (16)

La inteligencia emocional tiene un componente intrapersonal y un componente interpersonal. Lo intrapersonal comprende las capacidades para la identificación, comprensión y control de las emociones en uno mismo, que se manifiestan en la autoconciencia y el autocontrol. El componente interpersonal, comprende a su vez la capacidad de identificar y comprender las emociones de las otras personas, lo que en psicología se denomina ser empático; y la capacidad de relacionarnos socialmente de una manera positiva; es decir, poseer habilidades sociales. (17)(18)

## **1.6 CONCEPTO DE EMOCIÓN**

Las emociones son reacciones a las informaciones (conocimiento) que recibimos en nuestras relaciones con el entorno. La intensidad de la reacción está en función de las evaluaciones subjetivas que realizamos sobre cómo la información recibida va a afectar nuestro bienestar. En estas evaluaciones subjetivas intervienen conocimientos previos, creencias, objetivos personales, percepción de ambiente provocativo, etc. Una emoción depende de lo que es importante para nosotros. Si la emoción es muy intensa puede producir disfunciones intelectuales o trastornos emocionales (fobia, estrés, depresión) (19)

### **1.6.1 Elementos constitutivos de la emoción**

En una emoción se dan los siguientes elementos:

- a. Una situación o estímulo que reúne ciertas características, o cierto potencial, para generar tal emoción.
- b. Un sujeto capaz de percibir esa situación, procesarla correctamente y reaccionar ante ella.

- c. El significado que el sujeto concede a dicha situación, lo que permite etiquetar una emoción, en función del dominio del lenguaje con términos como alegría, tristeza, enfado, entre otros.
- d. La experiencia emocional que el sujeto siente ante esa situación.
- e. La reacción corporal o fisiológica: respuestas involuntarias: cambios en el ritmo cardíaco o respiratorio, aumento de sudoración, cambios en la tensión muscular, sudoración, sequedad en la boca, presión sanguínea.
- f. La expresión motora-observable: expresiones faciales de alegría, ira, miedo, entre otras; tono y volumen de voz, movimientos del cuerpo, sonrisa, llanto y otros.

### **1.6.2 El proceso emocional**

Roger Sperry fue el investigador que ganó el Premio Nobel de Medicina en 1981 al descubrir que el hemisferio derecho de nuestro cerebro contribuye a la inteligencia tanto como lo hace el hemisferio izquierdo. (20) Por su parte, Paul MacLean, estableció que la totalidad del cerebro está conformada por tres estructuras diferentes: el sistema neocortical, el sistema límbico y el sistema reptil. Estos sistemas, son física y químicamente diferentes, pero están entrelazados en uno solo que denominó cerebro Triuno. Las emociones se localizan, de acuerdo con esta teoría, en el sistema límbico. (21)

El sistema límbico, también llamado cerebro emocional, asocia diferentes partes del sistema cerebral (amígdala, hipotálamo, hipocampo y tálamo) con las emociones. La amígdala en los seres humanos es una estructura relativamente grande en comparación con la de los primates. Existen en realidad dos amígdalas que forman parte de un conglomerado de estructuras interconectadas organizadas en forma de almendra. Se hallan encima del tallo encefálico, cerca de la base del anillo límbico, ligeramente desplazadas hacia adelante. El hipocampo y la amígdala fueron dos piezas claves del primitivo “cerebro olfativo” que, a lo largo del proceso evolutivo, terminó dando origen al córtex y posteriormente al neocórtex. La amígdala está especializada en las cuestiones emocionales y en la actualidad se entiende que es una estructura límbica muy ligada a los procesos de aprendizaje y memoria. La amígdala compone una especie de depósito de la

memoria emocional y, en consecuencia, también se puede considerar como un depósito de significado.

El sistema emocional puede actuar independientemente del neocórtex. Existen ciertas reacciones y recuerdos emocionales que tienen lugar sin la menor participación cognitiva consciente. La investigación sugiere que el hipocampo (que durante mucho tiempo se había considerado como la estructura clave del sistema límbico) no tiene tanto que ver con la emisión de respuestas emocionales como con el hecho de registrar y dar sentido a las percepciones, es decir con la memoria emocional. La principal actividad del hipocampo consiste entonces en proporcionar una aguda memoria del contexto, algo que es vital para el significado emocional de los acontecimientos.

La conexión con la amígdala es muy rápida, una conexión directa, pero no muy precisa, puesto que la mayor parte de la información sensorial va a través del otro camino hacia el neocórtex, donde es analizada en varios circuitos mientras se formula una respuesta. Entre tanto, la amígdala valorará rápidamente los datos para ver si tienen un significado emocional y puede dar una respuesta mientras el neocórtex todavía está ordenando las cosas. Las emociones pueden ser muy difíciles de controlar porque la amígdala conecta otras partes del cerebro antes de que lo haga el cerebro pensante, el neocórtex. Puesto que la amígdala tiene distintas conexiones con las partes del cerebro que controlan el sistema nervioso autónomo, así como conexiones con el córtex, que es el responsable de la experiencia consciente, existe la hipótesis que la amígdala sirve de lugar de convergencia, lo que le confiere un papel principal en la vida emocional, de modo que puede movilizar el cuerpo para responder con una emoción fuerte, especialmente el miedo, antes que el cerebro sepa exactamente lo que está pasando.

Goleman (2001) sostiene que las conexiones existentes entre la amígdala y el neocórtex constituyen el centro de gravedad de las luchas y de los tratados entre los pensamientos y los sentimientos.

Explica esta relación entre el córtex y la amígdala de la siguiente manera: mientras la amígdala prepara una reacción ansiosa e impulsiva, otra parte del cerebro emocional se encarga de elaborar una respuesta más adecuada. El regulador cerebral que desconecta los impulsos de la amígdala parece encontrarse en el lóbulo prefrontal, que se halla inmediatamente detrás de la frente. Habitualmente las áreas prefrontales gobiernan nuestras reacciones emocionales. En el neocórtex, una serie de circuitos registra y analiza la información, la comprende y organiza gracias a los lóbulos prefrontales, y si, a lo largo de ese proceso, se requiere de una respuesta emocional, es el lóbulo prefrontal quien la dicta, trabajando en equipo con la amígdala y otros circuitos del cerebro emocional. Éste suele ser el proceso normal de la elaboración de una respuesta que, con la sola excepción de las urgencias emocionales, tiene en cuenta el discernimiento. Cuando una emoción se dispara, los lóbulos prefrontales ponderan los riesgos y los beneficios de las diversas acciones posibles y apuestan por la que consideran más adecuada. El tiempo cerebral invertido en la respuesta neocortical es mayor que el que requiere el mecanismo de las urgencias emocionales porque las vías nerviosas implicadas son más largas. Pero no debemos olvidar que también se trata de una respuesta más juiciosa y considerada porque, en este caso, el pensamiento precede al sentimiento. (22)

### **1.6.3 Tipos de Emociones.**

Hay multitud de emociones y actualmente no hay una idea clara de cuáles podrían ser las emociones primarias, aunque sí podemos dar una idea clara de cuáles podrían ser las principales familias de emociones. Daniel Goleman en su libro “Inteligencia Emocional” propone las siguientes:

**La ira:** rabia, enojo, resentimiento, furia, exasperación, indignación, acritud, animosidad, hostilidad y en el caso más extremo, odio y violencia

**Tristeza:** aflicción, pena, desconsuelo, pesimismo, melancolía, autocompasión, soledad, desaliento, desesperación, y en caso patológico, depresión.

**Miedo:** ansiedad, aprensión, temor, preocupación, consternación, inquietud, desasosiego, incertidumbre, nerviosismo, angustia, susto, terror y en el caso que sea psicopatológico, fobia y pánico

**Alegría:** felicidad, gozo, tranquilidad, contento, beatitud, deleite, diversión, dignidad, placer sensual, estremecimiento, raptó, gratificación, satisfacción, euforia, capricho, éxtasis, y en el caso extremo, manía.

**Amor:** aceptación, cordialidad, confianza, amabilidad, afinidad, devoción, adoración, enamoramiento y ágape.

**Sorpresa:** sobresalto, asombro, desconcierto, admiración.

**Aversión:** desprecio, desdén, displicencia, asco, antipatía, disgusto y repugnancia.

**Vergüenza:** culpa, perplejidad, desazón, remordimiento, humillación, pesar y aflicción.

(16)

#### **1.6.4 Las emociones en el cerebro**

El diseño biológico que rige nuestro espectro emocional; se trata de un sistema que está presente en nosotros desde hace más de cincuenta mil generaciones y que ha contribuido, con éxito, a nuestra supervivencia como especie.

En esencia, toda emoción constituye un impulso que nos moviliza a la acción. La propia raíz etimológica de la palabra da cuenta de ello, pues el latín *movere* significa moverse y el prefijo *e* denota un objetivo. La emoción, entonces, desde el plano semántico, significa “movimiento hacia”, y basta con observar a los animales o a los niños pequeños para encontrar la forma en que las emociones los dirigen hacia una acción determinada, que puede ser huir, chillar o recogerse sobre sí mismos.

Alrededor del tallo encefálico, se configuró el sistema límbico, que aporta las emociones a las respuestacerebrales. Así, fueron desarrollando la capacidad de identificar los peligros,

temerlos y evitarlos. La evolución del sistema límbico ayudó al desarrollo de dos potentes herramientas: la memoria y el aprendizaje.

En esta región cerebral se ubica la amígdala, se trata de una estructura pequeña, en la que se depositan nuestros recuerdos emocionales y que, por ello mismo, nos permite otorgarle significado a la vida.

Sobre esta base cerebral se fue creando el neocórtex: la región cerebral que nos diferencia de todas las demás especies y en la que reposa todo lo característicamente humano. El pensamiento, la reflexión sobre los sentimientos, la comprensión de símbolos, el arte, la cultura y la civilización encuentran su origen en este esponjoso reducto de tejidos neuronales.

Los estudios neurológicos han encontrado que la primera región cerebral por la que pasan las señales sensoriales procedentes de los ojos o de los oídos es el tálamo, que se encarga de distribuir los mensajes a las otras regiones de procesamiento cerebral. Desde allí, las señales son dirigidas al neocórtex, donde la información es ponderada mediante diferentes niveles de circuitos cerebrales, para tener una noción completa de lo que ocurre y finalmente emitir una respuesta adaptada a la situación. El neocórtex registra y analiza la situación y acude a los lóbulos prefrontales para comprender y organizar los estímulos, en orden a ofrecer una respuesta analítica y proporcionada, enviando luego las señales al sistema límbico para que produzca e irradie las respuestas hormonales al resto del cuerpo.

Aunque esta es la forma en la que funciona nuestro cerebro la mayor parte del tiempo, Joseph LeDoux -en su apasionante estudio sobre la emoción- descubrió que, junto a la larga vía neuronal que va al córtex, existe una pequeña estructura neuronal que comunica directamente el tálamo con la amígdala. Esta vía secundaria y más corta, que permite que la amígdala reciba algunas señales directamente de los sentidos y dispare una secreción hormonal que determina nuestro comportamiento, antes de que esas señales hayan sido registradas por el neocórtex.

En cada uno de nosotros se solapan dos mentes distintas: una que piensa y otra que siente. Éstas constituyen dos facultades relativamente independientes y reflejan el funcionamiento de circuitos cerebrales diferentes aunque interrelacionados. De hecho, el intelecto no puede funcionar adecuadamente sin el concurso de la inteligencia emocional, y la adecuada complementación entre el sistema límbico y el neocórtex exige la participación armónica de ambas. En muchísimas ocasiones, estas dos mentes mantienen una adecuada coordinación, haciendo que los sentimientos condicionen y enriquezcan los pensamientos y lo mismo a la inversa. Algunas veces, sin embargo, la carga emocional de un estímulo despierta nuestras pasiones, activando a nivel neuronal un sistema de reacción de emergencia, capaz de secuestrar a la mente racional y llevarnos a comportamientos desproporcionados e indeseables, como cuando un ataque de cólera conduce a un homicidio.

En el funcionamiento de la amígdala y en su interrelación con el neocórtex se esconde el sustento neurológico de la inteligencia emocional, entendida, pues, como un conjunto de disposiciones o habilidades que nos permite, entre otras cosas, tomar las riendas de nuestros impulsos emocionales, comprender los sentimientos más profundos de nuestros semejantes, manejar amablemente nuestras relaciones o dominar esa capacidad que señaló Aristóteles de *“enfadarse con la persona adecuada, en el grado exacto, en el momento oportuno, con el propósito justo y del modo correcto”*.

## **1.7 PARA QUÉ SIRVE DESARROLLAR LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN LOS DEPORTISTAS**

Un deportista apela constantemente a su inteligencia emocional, como el hombre primitivo está constantemente tomando decisiones en milésimas de segundo y de esas decisiones depende el resultado de su juego, en estas decisiones cuentan diferentes aspectos:

- Aspectos racionales: tales como ‘entender el juego’ con todos sus aspectos técnico-táctico-estratégicos.
- Aspectos corporales: como el entrenamiento físico, la alimentación y el descanso.
- Aspectos emocionales: como la orientación al logro de los objetivos, la competitividad, la identificación de valores del deporte y los personales, la

autovaloración, el trabajo en equipo, el liderazgo, la empatía, el control de las reacciones y emociones negativas.

### **1.8. MODELO DE INTELIGENCIA SOCIO-EMOCIONAL DE REUVEN BAR-ON.**

La inteligencia socio-emocional se la concibe como un conjunto de habilidades emocionales, personales e interpersonales que influyen en nuestra habilidad general para afrontar las demandas y presiones del medio ambiente. De esta manera, la inteligencia emocional es un factor importante determinante tanto en nuestra habilidad para tener éxito en la vida y como en nuestro bienestar emocional general. (23)

El modelo consta de las siguientes habilidades: (a) la habilidad para reconocer, comprender y expresar emociones y sentimientos; (b) la habilidad para comprender como las personas se sienten y se relacionan; (c) la habilidad para regular y controlar las emociones; (d) la habilidad para cambiar, adaptar y solucionar problemas de índole personal e interpersonal y (e) la habilidad para generar un estado de auto motivación y afectos positivos.

Según este modelo, las personas socio-emocionalmente inteligentes son capaces de reconocer y expresar sus emociones, comprender y relacionarse con los demás, comprenden cómo se sienten las otras personas, pueden tener y mantener relaciones interpersonales satisfactorias y responsables, sin llegar a ser dependientes de los demás; son, generalmente, optimistas, flexibles, realistas, tienen éxito en resolver sus problemas y afrontan el estrés sin perder el control. (24)

### **1.9 EL CONSTRUCTO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL**

La definición del constructo inteligencia emocional ha acaparado la atención de los investigadores desde el artículo de Salovey y Mayer en 1990. Según estos autores, la inteligencia emocional consistía en la habilidad de manejar los sentimientos y emociones, discriminar entre ellos y utilizar estos conocimientos para dirigir los propios pensamientos y acciones. Estos autores han ido reformulando el concepto en sucesivas aportaciones, así

Mayer, Salovey y Caruso en el año 2000 conciben la inteligencia emocional como un modelo de cuatro ramas interrelacionadas:

- 1) Percepción emocional: las emociones son percibidas y expresadas.
- 2) Integración emocional: Las emociones sentidas entran en el sistema cognitivo como señales que influyen la cognición (integración emoción cognición).
- 3) Comprensión emocional: Señales emocionales en relaciones interpersonales son comprendidas, lo cual tiene implicaciones para la misma relación; se consideran las implicaciones de las emociones, desde el sentimiento a su significado, esto significa comprender y razonar sobre las emociones.
- 4) Regulación emocional (emotional management): Los pensamientos promueven el crecimiento emocional, intelectual y personal.

El punto de vista de Goleman recogiendo las aportaciones de Salovey y Mayer, considera que la inteligencia emocional es:

- 1) Conocer las propias emociones: El principio de Sócrates «conócete a ti mismo» nos habla de esta pieza clave de la inteligencia emocional: tener conciencia de las propias emociones; reconocer un sentimiento en el momento en que ocurre. Una incapacidad en este sentido nos deja a merced de las emociones incontroladas.
- 2) Manejar las emociones: La habilidad para manejar los propios sentimientos a fin de que se expresen de forma apropiada se fundamenta en la toma de conciencia de las propias emociones. La habilidad para suavizar expresiones de ira, furia o irritabilidad es fundamental en las relaciones interpersonales.
- 3) Motivarse a sí mismo: Una emoción tiende a impulsar una acción. Por eso las emociones y la motivación están íntimamente interrelacionados. Encaminar las emociones, y la motivación consecuente, hacia el logro de objetivos es esencial para prestar atención, automotivarse, manejarse y realizar actividades creativas. El autocontrol emocional conlleva a demorar gratificaciones y dominar la impulsividad, lo cual suele estar presente en el logro de muchos objetivos. Las personas que poseen estas habilidades tienden a ser más productivas y efectivas en las actividades que emprenden.

- 4) Reconocer las emociones de los demás: El don de gentes fundamental es la empatía, la cual se basa en el conocimiento de las propias emociones. La empatía es el fundamento del altruismo. Las personas empáticas sintonizan mejor con las sutiles señales que indican lo que los demás necesitan o desean. Esto las hace apropiadas para las profesiones de la ayuda y servicios en sentido amplio (profesores, orientadores, pedagogos, psicólogos, psicopedagogos, médicos, abogados, expertos en ventas).
- 5) Establecer relaciones: El arte de establecer buenas relaciones con los demás es, en gran medida, la habilidad de manejar sus emociones. La competencia social y las habilidades que conlleva son la base del liderazgo, popularidad y eficiencia interpersonal. Las personas que dominan estas habilidades sociales son capaces de interactuar de forma suave y efectiva con los demás.

La discusión sobre el constructor de inteligencia emocional sigue abierto. Independientemente de los avances que se puedan producir en el campo teórico, las aplicaciones que de ello se derivan van en la dirección de la existencia de unas competencias emocionales que pueden ser aprendidas.

## **2. JUSTIFICACIÓN**

Rendimiento deportivo ha dado un gran salto en los últimos 20 años. Comúnmente se juzga por el resultado del juego; la medida en este sentido es ganar un partido y en última instancia la competencia. Una serie de factores puede facilitar o inhibir el rendimiento deportivo. Las emociones pueden jugar un papel importante en el deporte como cualquier otro factor tal como los factores físicos, psicológicos, sociales y espirituales relacionados con el rendimiento deportivo. Atletas emocionalmente inteligentes pueden meterse en los estados emocionales adecuadas para las exigencias de la situación. Se ha determinado que la inteligencia emocional es esencial tanto en deportes individuales y colectivos y puede ser el factor clave en el funcionamiento de un atleta en un ambiente de equipo. En otras palabras, la inteligencia emocional es un factor crítico para determinar si o no un atleta gana y la inteligencia emocional a menudo "hace o rompe un " equipo.

Hay una creciente evidencia que sugiere que la Inteligencia Emocional tiene un papel importante en el rendimiento deportivo (5) y la actividad física.(25)

En un estudio, se encontró que Inteligencia Emocional se relaciona con el éxito deportivo a través de procesos psicológicos y neuropsicológicos vinculado a la regulación emocional. (5)

Dado que relativa escasez de investigación que examina las emociones o la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo, el presente trabajo investiga las relaciones entre las capacidades de inteligencia emocional y su efecto directo sobre el rendimiento deportivo.

Dado que las emociones conforman una parte importante y constitutiva de la subjetividad del ser humano, están siempre presentes en todos los actos de nuestra vida, por supuesto también en el deporte. Algunas que influirán positivamente y otras negativamente: tanto unas como otras intervienen y afectan en la performance, para mejorar el rendimiento y por ende, el resultado, y otras lo empeoran hasta lograr paralizar al deportista.

Así, las emociones negativas favorecen un procesamiento más sistemático y detallado, que requiere mayor esfuerzo cognitivo. Por el contrario, las emociones positivas tienden a promover un modo de procesamiento más esquemático, superficial y rápido.

Hay emociones que no provienen del deporte ni del campo de juego mismo, pero que igualmente influyen. Por ejemplo, si ha habido un problema familiar, dificultades de convivencia con el equipo, no va a jugar de la misma manera que se acaba de recibir una buena noticia o si se siente integrado y contenido por sus compañeros de juego.

### **3. TITULO**

**CORRELACIÓN ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN LOS DEPORTISTAS DE LAS DISCIPLINAS DE COMBATE.**

#### **LUGAR:**

Federación Deportiva de Bolívar. Cantón Guaranda Provincia Bolívar.

#### **PARTICIPANTES:**

Deportistas de la categoría menores de 13-14 años, de los deportes de combate de la selección de la provincia Bolívar 2015.

### **4. PROBLEMA**

Será que el nivel de inteligencia emocional evaluado con el Cuestionario de Inteligencia Emocional en el Deporte, (CIED) están en relación con el mejor resultado deportivo en los deportista de combate.

### **5. OBJETIVOS**

#### **5.1 General:**

- Relacionar el nivel de inteligencia emocional con el éxito deportivo en la última competencia de Juegos Nacionales en deportistas de combate de la categoría menores.

#### **5.2 Específicos:**

- Establecer la relación entre el nivel de inteligencia emocional y los factores demográficos y como estos influyen en el rendimiento deportivo en los deportistas de combate.
- Determinar la relación entre inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en los deportista de combate

### **6. HIPÓTESIS**

El éxito deportivo de los deportistas de combate en la última competencia de los X Juegos Deportivos Nacionales de menores 2015 está en relación con el puntaje su Inteligencia Emocional, medida con el CIED.

## 7. METODOLOGÍA

Muestra.

Unmatched Cohort and Cross-Sectional Studies (Exposed and Nonexposed)

Two-sided confidence level:

Power:

Ratio (Unexposed: Exposed):

% outcome in unexposed group:

Risk ratio:

Odds ratio:

% outcome in exposed group

	Kelsey	Fleiss	Fleiss w/CC
Exposed	16	15	19
Unexposed	16	15	19
Total	32	30	38

En el estudio se utilizó el cuestionario de Inteligencia Emocional en el Deporte Validación española del SchutteSelfReportInventory (SSRI) en deportistas españoles, el mismo tiene 39 preguntas con valoración de 1 a 5 puntos, una vez que los deportistas dieron las respuestas se sumaron las respuestas y de acuerdo a eso se aplicó la siguiente tabla para saber cuáles eran los resultados.

**Tabla 1. Interpretación de la puntuación del test de Inteligencia Emocional.**

<b><u>RESULTADO ESTANDAR</u></b>	<b><u>PAUTA INTERPRETATIVA</u></b>
<b>130 +</b>	<b>MARCADAMENTE ALTA , CAPACIDAD EMOCIONAL INUSUALMENTE BIEN DESARROLLADA</b>
<b>120-129</b>	<b>MUY ALTA CAPACIDAD EMOCIONAL, EXTREMADAMENTE BIEN DESARROLLADA</b>
<b>110-119</b>	<b>ALTA CAPACIDAD EMOCIONAL BIEN DESARROLLADA</b>
<b>90-109</b>	<b>PROMEDIO, CAPACIDAD EMOCIONAL ADECUADA</b>
<b>80-89</b>	<b>BAJA CAPACIDAD EMOCIONAL, SUBDESARROLLADA, NECESITA MEJORAR</b>
<b>70-79</b>	<b>MUY BAJA CAPACIDAD EMOCIONAL, NECESITA MEJORAR</b>

## **8. TIPO DE ESTUDIO**

Es un estudio transversal.

La información primaria se tomó mediante cuestionario con la población total del estudio.

El estudio se realizó en deportistas de combate categoría menores de 13-14 años se tomó en cuenta la competencia de los deportistas en los XI juegos Nacionales de menores del 2015 realizados en los meses de noviembre y diciembre para la medición de los resultados del éxito de la competencia.

Posteriormente se realizó la evaluación de la inteligencia emocional se aplicó un cuestionario de 39 preguntas, el mismo que fue validado para medir la inteligencia emocional en deportistas.

## **9. PROCEDIMIENTO DE RECOLECCIÓN DE INFORMACIÓN.**

Previa autorización del señor Doctor Vladimir Rivera, administrador de Federación Deportiva De Bolívar, se realizará la entrevista y posteriormente la toma de medidas antropométricas a los seleccionados de los deportes de combate que participaron en los X Juegos Nacionales de menores 2015 de la provincia Bolívar.

## **10. INSTRUMENTOS.**

Se entregaron dos cuestionarios impresos uno para obtener información sociodemográfico y el Cuestionario de Inteligencia Emocional en el Deporte, que se utilizó para valorar la inteligencia emocional, el mismo consta de 39 preguntas, y por cada pregunta valora cinco aspectos, el mismo que ya fue estandarizado en investigaciones anteriores.

El cuestionario recogió datos como la institución para la que se hace el estudio, la persona que está encargada de la investigación.

Se informó a los participantes del estudio acerca del objetivo de la investigación, se les explicó que los datos obtenidos en el mismo tendrán absoluta confidencialidad, y que la información obtenida en el mismo solo servirá para el estudio a realizarse.

Además se dio indicaciones claras de las preguntas que se les realizó en el cuestionario, la necesidad de responder las preguntas de forma sincera, y de acuerdo a su experiencia personal.

## **11. PLAN DE ANÁLISIS.**

Las variables que demuestran la hipótesis son: - Inteligencia Emocional y el Rendimiento Deportivo. Estas variables se relacionaron mediante pruebas de Chi cuadrado y Odds Ratio para establecer su relación y el riesgo, respectivamente. Con las demás variables del estudio se realizaron también las mismas pruebas en un análisis estadísticobivariable.

Una vez obtenidos los datos de la entrevista personal, se creó una base de datos depurada y luego se realizó el correspondiente análisis estadístico, descriptivo e inferencial, se priorizaron variables cuantitativas para usar pruebas de correlación estadística inferencial multivariable, usando el programa SPSS versión 21. 0, de dominio público, licencia aprobada por la PUCE para su uso.

## **12. LIMITACIONES DEL ESTUDIO**

- No se valoró la inteligencia emocional durante el periodo de competición.
- Fue un grupo heterogéneo de deportistas de diferentes disciplinas.
- Universo muy pequeño.
- Desmotivación de los deportistas por diferentes causas.

## **13. VARIABLES**

- Rendimiento deportivo
- Inteligencia Emocional
- Asistencia a los entrenamientos.
- Escolaridad.
- Sexo.
- Tiempo de entrenamiento
- Relación con el entrenador
- Nivel de instrucción del entrenador
- Familia Disfuncional.
- Condiciones Psicológicas importantes motivantes y desmotivantes desde la competencia hasta ahora.

- Medidas Antropométricas.

VARIABLE	DEFINICIÓN	INDICADOR	ESCALA
<b>Inteligencia Emocional.</b>	Una habilidad para percibir, asimilar, comprender y regular las propias emociones y las de los demás, promoviendo un crecimiento emocional e intelectual	<b>Test de Inteligencia Emocional en el Deporte</b>	Test.
<b>Rendimiento deportivo.</b>	Una acción motriz, cuyas reglas fija la institución deportiva, que permite al sujeto expresar sus potencialidades físicas y mentales	Ubicación en los X juegos Nacionales de Menores 2015	Éxito. No Éxito.
<b>Asistencia a los entrenamientos.</b>	Tiempo que se asigna para entrenar. Accesibilidad a los lugares de entrenamiento.	Porcentaje de asistencias.	80% Si No.
<b>Escolaridad obligatoria</b>	Período de tiempo que un niño o un joven asiste a la escuela para estudiar y aprender, especialmente el tiempo que dura la enseñanza. Accesibilidad a los centros de educación.	Años de estudio	Último año de educación aprobado
<b>Edad</b>	Es el tiempo transcurrido desde el nacimiento del atleta, en este caso se tomará en cuenta solo la edad cronológica	Años cumplidos	Años.
<b>Sexo</b>	Es el conjunto de características físicas, biológicas, anatómicas y fisiológicas de los seres humanos, que los definen como hombre o mujer.	Masculino Femenino	M F.
<b>Tiempo de entrenamiento.</b>	Es el tiempo transcurrido desde que el deportista inicio a entrenar el deporte.	Lista de asistencias	Años. Meses.
<b>Relación con el entrenador.</b>	Es una correspondencia o conexión entre el entrenador y el deportista	Grado de empatía.	Excelente.  Mala
<b>Nivel de instrucción del entrenador</b>	El nivel de instrucción de una persona es el grado más elevado de estudios realizados o en curso, sin tener en cuenta si se han terminado o están provisional o definitivamente incompletos.	Título obtenido.	Formación profesional. Experiencia.
<b>Familia disfuncional.</b>	Establecimiento de conflictos no resueltos que llevan a estados tensionales que afectan el clima y la estructura familiar	Apgar Familiar	Normofuncional 7-10 Disfuncional leve 3-6 Disfuncional grave 0-2
<b>Condiciones</b>	Situaciones que alteran de manera	Opinión del	Si.

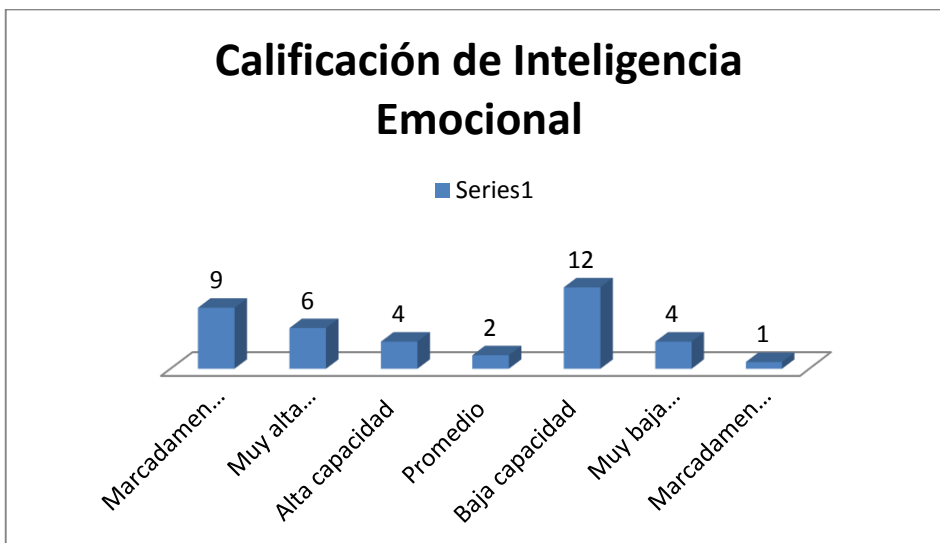
<b>psicológicos importantes motivantes y desmotivantes desde la competencia hasta ahora.</b>	favorable o desfavorable el estado emocional de la persona.	Atleta.	No
<b>Medidas Antropométricas</b>	Toma de medidas de peso, talla. Tejido adiposo subcutáneo (tríceps, subescapular, suprailiaco, abdominal, muslo anterior y pierna medial). Diámetros y Perímetros.	Plicómetro.	Endomorfo. Mesomorfo. Ectomorfo.

## 14. RESULTADOS

En el presente estudio la población fue una muestra de 38 deportistas de los deportes de combate de la selección de la Federación Deportiva de Bolívar que compitieron en los Juegos Nacionales de Menores 2015, mismo que fue realizado en el Centro de Alto Rendimiento Carpuela, provincia Imbabura, en el mes de noviembre 2015, (divididos en 5 grupos Boxeo, Tae Kwon Do, Karate, Lucha y Judo).

La Inteligencia Emocional se midió a través del test de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer, validada para deportistas, de acuerdo a la puntuación de la misma se califica con la siguiente categoría.

**Gráfico 1. Calificación del test de Inteligencia Emocional.**



Elaboración: La Autora

**Tabla 2. Calificación del test de Inteligencia Emocional.**

Calificación	Frecuencia	Porcentaje
Marcadamente Alta	9	24%
Muy alta capacidad	6	16%
Alta capacidad	4	10%
Promedio	2	5%
Baja capacidad	12	32%
Muy baja Capacidad	4	10%
Marcadamente baja	1	3%

Elaboración: La Autora

En la tabla N° 2, se observa que el 32% de los deportistas tiene una Inteligencia Emocional de baja capacidad, sin embargo un segundo grupo con un 24%, presenta una Inteligencia Emocional Marcadamente Alta.

Se analizaron variables cualitativas y cuantitativas, además se asignaron números para describir las respuestas que dieron los deportistas, por lo que hubo la necesidad de aplicar

las pruebas Kolmogorov- Smirnov y Shapiro para verificar si las variables del estudio se distribuyen de manera normal.

**Tabla 3. Normalidad de las variables del estudio de la correlación de la inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en los deportistas de combate Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Valor Estadístico	Distribuciones de probabilidad	Significancia	Valor Estadístico	Distribuciones de probabilidad	Significancia
<b>Percepción emocional</b>	,111	38	<b>,200*</b>	,983	38	<b>,814</b>
<b>Gestión auto emocional</b>	,076	38	<b>,200*</b>	,988	38	<b>,956</b>
<b>Gestión hetero emocional</b>	,121	38	,178	,959	38	<b>,180</b>
<b>Utilización emocional</b>	,206	38	,000	,910	38	,005
<b>Inteligencia emocional</b>	,073	38	<b>,200*</b>	,980	38	<b>,734</b>
<b>Peso muscular</b>	,239	38	,000	,721	38	,000
<b>% de grasa</b>	,089	38	<b>,200*</b>	,958	38	<b>,164</b>
<b>Tiempo de entrenamiento</b>	,337	38	,000	,793	38	,000
<b>Edad</b>	,286	38	,000	,760	38	,000

Elaboración: La Autora

\*. Límite inferior de la verdadera significancia.

a. Corrección de significancia de Lilliefors.

**La tabla 3,** muestra el valor de significación de las variables cuantitativas en las pruebas de Kolmogorov y Shapiro, las variables que no siguen una distribución normal son la Percepción emocional, Gestión autoemocional, Inteligencia emocional y Porcentaje de grasa.

### **Análisis Descriptivo y Multivariar**

#### **Características Demográficas:**

El rango de edad de los deportistas fue de 13 a 15 años, con un promedio de 14 años cumplidos.

La distribución según el género fue de 50% para el masculino y 50 % para el femenino.

Dentro del grupo estudiado, el deporte con mayor número de participantes fue Lucha con 13 deportistas, seguidos de Boxeo con 11 deportistas, Tae Kwon Do con 7 deportistas, Karate con 3 deportistas y Judo con 4 deportistas.

**Tabla 4. Relación de las variables de puntuación del test de inteligencia emocional y género de los deportistas de Combate de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

<b>Género</b>	<b>Marcadamente Alta</b>	<b>Muy alta capacidad</b>	<b>Alta capacidad</b>	<b>Promedio</b>	<b>Baja capacidad</b>	<b>Muy baja Capacidad</b>	<b>Marcadamente baja</b>	<b>Total general</b>
<b>Masculino</b>	3	4	3	2	6	1	0	19
<b>Femenino</b>	6	2	1	0	6	3	1	19
<b>Total general</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>38</b>

Elaboración: La Autora

**En la tabla 4**, se muestran los resultados según el sexo de los deportistas y la calificación del test de inteligencia Emocional; como se puede observar, el sexo masculino tiene 10 deportistas con calificación sobre el promedio mientras que el sexo femenino tiene 9, sin embargo fueron 6 mujeres quienes obtuvieron la puntuación más alta en el test de Inteligencia Emocional.

**Tabla 5. Las cualidades de Inteligencia Emocional y el género los deportistas de Combate de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

<b>Variables</b>	<b>Sexo</b>	<b>N</b>	<b>Media</b>	<b>Desviación estándar</b>	<b>Error estándar de la media</b>
<b>Percepción emocional</b>	Masculino	19	42,37	4,66	1,06
	Femenino	19	43,16	10,27	2,35
<b>Gestión autoemocional</b>	Masculino	19	30,42	6,52	1,49
	Femenino	19	30,05	6,51	1,49
<b>Gestión hetero emocional</b>	Masculino	19	22,68	4,61	1,05
	Femenino	19	21,74	7,76	1,78
<b>Inteligencia emocional</b>	Masculino	19	113,47	15,86	3,63
	Femenino	19	111,74	25,45	5,83
<b>% de grasa</b>	Masculino	19	12,7	3,0	,68
	Femenino	19	16,37	2,36	,54

Elaboración: La Autora

En esta tabla se muestran los resultados de la asociación del sexo de los deportistas y los cualidades de Inteligencia Emocional (Percepción emocional, Gestión autoemocional, Gestión hetero emocional), como se puede observar, la Inteligencia Emocional y el porcentaje de grasa presentan valores iguales.

**Tabla 6. Cualidades de Inteligencia Emocional (Percepción emocional, Gestión autoemocional, Gestión hetero emocional), por sexo en los deportes de Combate de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

**TEST DE GÉNERO**

	Prueba de Levene para la igualdad de variaciones		Prueba t para igualdad de Promedios						
	f	Significancia	t	Distribuciones de probabilidad	Significación 2 colas	Diferencia de promedios	Diferencia de error Estándar	95% de intervalo de confianza	
								bajo	alto
Percepción emocional	8,669	.006	-.305	25.103	.763	-.789	2.587	-6.116	4.538
Gestión Autoemocional	0,16	.692	.174	36	.863	.368	2.113	-3.918	4.655
Gestión heteroemocional	7,005	.012	.458	29.290	.651	.947	2.070	-3.285	5.180
Inteligencia Emocional	6,809	.013	.252	30.150	.802	1.737	6.880	-12.311	15.785
% de grasa	0,073	.689	-4.190	36	.000	-3.670892	.876009	-5.447522	-1.8942

Elaboración: La Autora

En la presente tabla se observa que no existe diferencia estadísticamente significativa entre las cualidades de Inteligencia Emocional (Percepción emocional, Gestión autoemocional, Gestión hetero emocional), la puntuación total de Inteligencia Emocional y el porcentaje de grasa con la variable sexo en el estudio.

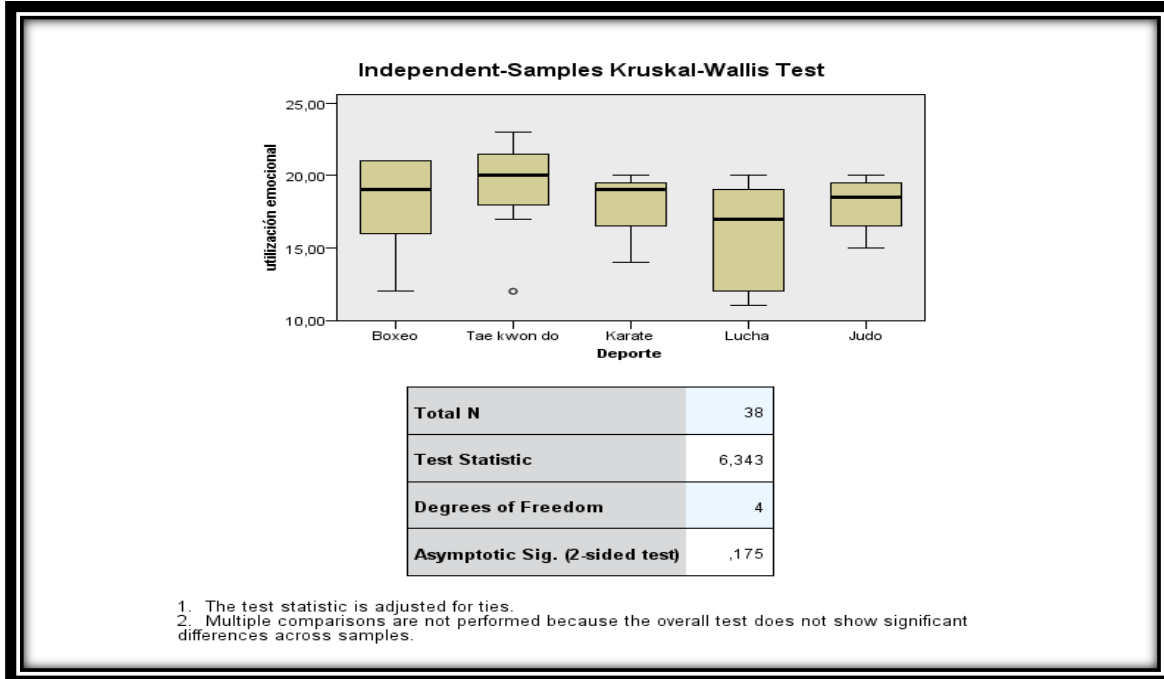
**Tabla 7. Relación de las variables interpretativas del test de Inteligencia Emocional y los deportes de Combate de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

<b>Deporte</b>	<b>Marcadamente Alta</b>	<b>Muy alta capacidad</b>	<b>Alta capacidad</b>	<b>Promedio</b>	<b>Baja capacidad</b>	<b>Muy baja Capacidad</b>	<b>Marcadamente baja</b>	<b>Total general</b>
<b>Boxeo.</b>	2	4	2	0	2	1	0	11
<b>Tae Kwon Do.</b>	4	0	1	1	0	1	0	7
<b>Karate</b>	1	1	0	0	0	1	0	3
<b>Lucha.</b>	1	1	1	0	8	1	1	13
<b>Judo.</b>	1	0	0	1	2	0	0	4
<b>Total general</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>38</b>

Elaboración: La Autora

En la presente tabla se muestran los resultados según el deporte y la calificación del test de Inteligencia Emocional (Marcadamente alta, muy alta, alta, promedio, baja, muy baja y marcadamente baja capacidad), como se puede observar los deportistas de la disciplina de Tae Kwon Do obtienen mejor puntuación en el test, seguidos por los deportistas que practican Boxeo.

**Gráfico 2. De la relación de la utilización emocional y los deportes de combate de Federación Deportiva de Bolívar 2015.**



Elaboración: La Autora Fuente:

En el gráfico N° 2 se muestran los resultados de la asociación que tiene la utilización emocional con los deportes de combate, como se puede observar, la utilización emocional no fue diferente en los 5 deportes. En la disciplina de Tae Kwon Do se observa que existe una deportista que presenta un valor absurdo, que habitualmente se presenta cuando se aplica el test con calificación cuantitativa.

**Tabla 8. Análisis de la relación de las variables del test de Inteligencia Emocional y ApgarFamiliar de los deportistas de Combate de FederaciónDeportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

<b>APGAR Familiar</b>	<b>Marcadamente Alta</b>	<b>Muy alta capacidad</b>	<b>Alta capacidad</b>	<b>Promedio</b>	<b>Baja capacidad</b>	<b>Muy baja Capacidad</b>	<b>Marcadamente baja</b>	<b>Total general</b>
<b>Muy Funcional.</b>	4	3	3	1	6	2	0	19
<b>Moderadamente disfuncional</b>	4	3	1	1	6	2	1	18
<b>Grave disfunción</b>	1	0	0	0	0	0	0	1
<b>Total general</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>38</b>

Elaboración: La Autora

Fuente:

En la tabla que antecede se muestran los resultados según el Apgar familiar de los deportistas y la calificación del test de inteligencia Emocional, como se puede observar no existen diferencias en los grupos.

En el estudio se tomó en cuenta la percepción de la relación que tenían los deportistas con su núcleo familiar; de la misma manera, se puede observar como 19 deportistas dan una puntuación en el test de Apgar familiar de muy funcional mientras que únicamente una deportista puntúa para una familia disfuncional; sin embargo, esta persona al momento de realizar la correlación con el test de Inteligencia Emocional, tiene una puntuación para Inteligencia Emocional marcadamente alta.

**Tabla 9. Variables de las cualidades de Inteligencia Emocional y el test de Apgar familiar en los deportistas de Combate de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

	Familia disfuncional	N	Desviación estándar	Error estándar de la media
Percepción emocional	Disfuncional	19	6,310	1,448
	Funcional	19	9,351	2,145
Gestión autoemocional	Disfuncional	19	5,400	1,239
	Funcional	19	7,463	1,712
Gestión hetero emocional	Disfuncional	19	5,709	1,310
	Funcional	19	7,016	1,610
Inteligencia Emocional	Disfuncional	19	18,201	4,176
	Funcional	19	23,861	5,474
% de grasa	Disfuncional	19	3,512219	,805758
	Funcional	19	3,043759	,698286

Elaboración: La Autora Fuente:

**Tabla 10. Anova de las variables de las cualidades de Inteligencia Emocional y el Apgar familiar de los deportistas de Combate de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

	F	Significación
Percepción emocional	4,451	,019
Gestión autoemocional	,739	,485
Inteligencia Emocional	2,278	,117
Gestión hetero emocional	1,684	,200

Elaboración: La Autora

Para establecer si la funcionalidad familiar medida con el test de Apgar familiar influye sobre la puntuación de la inteligencia emocional, se demostró que la percepción emocional, que es uno de los parámetros que evalúa el Test de inteligencia emocional. Mediante el cálculo de análisis de las varianzas (ANOVA), se determina que la funcionalidad familiar es un factor que influye en la percepción emocional por cuanto es estadísticamente

significativo con un valor de p de 0,019 lo que indica que una correlación positiva ( $p > 0,005$ ).

**Tabla 11. Variables de las cualidades de Inteligencia Emocional y el Apgar familiar de los deportistas de Combate de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

**Variables Independientes Test familia disfuncional**

	Prueba de Levene para la igualdad de variaciones		Prueba t para la igualdad de Promedios						
	F	Significancia	t	Distribuciones de probabilidad	Significación (2colas)	Diferencia de promedios	Diferencia del error Estándar	95% intervalo de confianza	
								Bajo	Alto
Percepción emocional	2,093	,157	-,264	36	,793	-,684	2,588	-5,93	4,56
Gestión autoemocional	1,322	,258	-,174	36	,863	-,368	2,113	-4,65	3,91
Gestión hetero emocional	1,927	,174	,203	36	,840	,421	2,075	-3,78	4,63
Inteligencia emocional	2,376	,132	-,115	36	,909	-,789	6,885	-14,75	13,17
% de grasa	,161	,691	-,392	36	,697	-,418263	1,066232	-2,58	1,74

Elaboración: La Autora

En las tablas 10 y 11 se muestran los resultados de la asociación del Apgar familiar de los deportistas y las cualidades de Inteligencia Emocional (percepción emocional, Gestión autoemocional, Gestión hetero emocional) y el porcentaje de grasa, como se puede observar los valores son iguales, no existen diferencias significativas, la disfuncionalidad familiar no es un factor que influye para presentar baja puntuación en el test de inteligencia Emocional.

**Tabla 12. Parámetros de las cualidades de Inteligencia Emocional y la escolaridad de los entrenadores de los deportes de Combate de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

<b>Variables</b>	<b>Escolaridad del entrenador</b>	<b>N</b>	<b>Desviación estándar</b>	<b>Error estándar de la media</b>
<b>Percepción emocional</b>	Bachiller	32	6,926	1,224
	Licenciado	6	12,384	5,056
<b>Gestión auto emocional</b>	Bachiller	32	6,191	1,094
	Licenciado	6	8,118	3,314
<b>Gestión hetero emocional</b>	Bachiller	32	5,977	1,057
	Licenciado	6	8,295	3,386
<b>Inteligencia Emocional</b>	Bachiller	32	19,270	3,407
	Licenciado	6	29,661	12,109
<b>% de grasa</b>	Bachiller	32	3,356629	,593374
	Licenciado	6	2,849567	1,163331

Elaboración: La Autora

En cuanto a la percepción de la puntuación de la inteligencia emocional de los deportistas relacionada con la escolaridad del entrenador, (medible con el último grado académico), se muestra que de 38 personas, 31 deportistas tienen entrenadores con nivel académico BACHILLER que se han destacado como deportistas y han realizado cursos de entrenamiento y 7 deportistas tienen entrenadores con nivel académico SUPERIOR que de la misma manera se han desempeñado como deportistas.

**Tabla 13. Análisis de la relación de las variables del test de Inteligencia Emocional y Escolaridad de los deportistas de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

<b>Escolaridad.</b>	<b>Marcadamente Alta</b>	<b>Muy alta capacidad</b>	<b>Alta capacidad</b>	<b>Promedio</b>	<b>Baja capacidad</b>	<b>Muy baja Capacidad</b>	<b>Marcadamente baja</b>	<b>Total general</b>
<b>Décimo</b>	1	1	2	0	0	0	0	4
<b>Primero de bachillerato</b>	6	3	2	1	5	2	1	20
<b>Noveno</b>	2	2	0	0	7	2	0	13
<b>Octavo</b>	0	0	0	1	0	0	0	1
<b>Total general</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>38</b>

Elaboración: La Autora

En esta tabla se muestran los resultados según la escolaridad de los deportistas y la calificación del test de inteligencia Emocional, como se puede observar los deportistas de décimo año están sobre el promedio, sin embargo aquellos que están en primero de bachillerato, 6 deportistas tienen una puntuación de Inteligencia Emocional Marcadamente alta.

En relación a la escolaridad de los deportistas, se tomó en cuenta el año escolar que estaban cursando en ese momento del estudio, y se evidenció que las personas que tenían más años de estudio, tienen puntuaciones en el test de Inteligencia Emocional.

**Tabla 14. Análisis de la relación de las variables del test de Inteligencia Emocional y la posición en juegos Nacionales de los deportistas de Federación Deportiva de Bolívar categoría menores 2015.**

Posición en los Juegos Nacionales	Marcadamente Alta	Muy alta capacidad	Alta capacidad	Promedio	Baja capacidad	Muy baja Capacidad	Marcadamente baja	Total general
1	1	0	0	0	0	0	0	1
2	0	0	0	0	1	0	0	1
3	2	1	0	0	0	0	0	3
4	0	1	0	0	1	1	0	3
5	0	0	0	0	0	1	0	1
6	0	3	0	0	2	1	0	6
7	1	0	0	0	4	0	0	5
8	2	0	2	1	1	0	0	6
9	0	0	0	0	1	1	0	2
10	1	0	1	0	2	0	1	5
11	1	0	0	0	0	0	0	1
12	1	1	1	1	0	0	0	4
<b>Total general</b>	<b>9</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>2</b>	<b>12</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>38</b>

Elaboración: La Autora

En esta tabla se muestran los resultados según la Posición en los Juegos Nacionales de menores 2015, se puede observar que no hay diferencias entre las ubicaciones y la puntuación. Sin embargo hay que tomar en cuenta que la ubicación en los juegos, depende de varios factores como el número de deportistas en cada grupo, en los deportes de combate los grupos están categorizados por los pesos de los competidores, de acuerdo a eso se tiene que conocer que pueden haber grupos de 24 competidores, o hasta aquellos de solo 3, en los grupos de 24 personas, pueden realizar 5 combates para obtener el primer lugar, y en los grupos de 3 deportistas pueden hacer 1 o 2 combates para obtener igual resultado. Otro factor es, que en la primera pelea el contrincante sea el que tiene el mejor ranking del grupo, y pierde en el primer combate, y la decisión de los jueces quienes no actúan con imparcialidad y favorecen a uno u otro deportista sin merecerlo.

## 15. DISCUSIÓN

En el presente trabajo se investigó la correlación entre la inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en los deportistas de Federación Deportiva de Bolívar, categoría menores que compitieron en los Juegos Nacionales de menores 2015. Además, se estudió aquellos factores que podrían estar asociados al rendimiento deportivo de los jugadores.

De acuerdo con los resultados encontrados en esta investigación se puede decir que si existe una correlación entre la Inteligencia emocional y el Rendimiento deportivo, lo que muestra que los deportistas se sienten comprometidos con el desempeño en las diferentes disciplinas deportivas y que han convertido las metas de esta en sus propias metas, por lo cual inteligencia emocional refleja en el rendimiento deportivo.

Los métodos para la evaluación de Inteligencia Emocional son diversos y dependen del campo de acción en el que quieran ser aplicados, ya sea en la Educación, Trabajo, o Deporte. Los test valoran diferentes componentes de la Inteligencia Emocional, dependiendo del modelo que el Autor proponga, en el caso del deporte han sido validados algunos test, que fueron valorados en el estudio Inteligencia Emocional en el Deporte Validación española del Schutte Self Report Inventory (SSRI) en deportistas españoles(26)

La investigación de Gould y colaboradores en 2002, acerca de las características psicológicas de los campeones de los Juegos Olímpicos encontraron que los participantes del deporte olímpico, típicamente poseían 12 características como: Hacer frente y controlar la ansiedad, confianza, resistencia, inteligencia deportiva, saber enfocar y bloquear las distracciones, competitividad, ética de trabajo duro, logro de la meta, alta esperanza disposicional, entrenamiento, optimismo, perfeccionismo adaptativo. (3)

En base a la literatura revisada en la elaboración del proyecto, continuamente se habla de la importancia de las emociones en el trabajo, en las relaciones sociales, en la vida familiar.

Igualmente en el deporte, las emociones juegan un papel muy relevante, ya que pueden mejorar o perjudicar el rendimiento del deportista. (22)

Como lo sustentan Jones en 2012, Laborde y colaboradores en 2013, Las emociones impregnan el rendimiento deportivo exitoso y el comportamiento de la actividad física.(27)(5)

Esta descrito que el deporte es un entorno en el que los individuos deben motivarse para lograr objetivos a largo plazo. Además, deben convivir con el estrés del entrenamiento duro y la presión de la competencia, esto incluye comprender y regular sus emociones y las de otras personas como compañeros de equipo, oponentes, entrenadores y árbitros. (5)

Seis estudios recogidos en la revisión sistemática realizada por Laborde, en los que buscaron la relación entre la Inteligencia Emocional y el Rendimiento deportivo, demostraron que los atletas con puntajes más altos en las pruebas de Inteligencia Emocional son más exitosos. (5)

Un estudio longitudinal de Crombie y colaboradores en 2009, encontraron que la puntuación media de la Inteligencia Emocional estaba relacionada con los parámetros objetivos del rendimiento en equipo. (28)Y un estudio realizado en atletas realizado por Perlini y Halverson, en 2006 también encontró la misma relación.

En el estudio realizado por Martínez encontró que los hombres parecen regular y controlar mejor la información emocional cuando están inmersos en eventos deportivos. Y a pesar de que no existen estudios específicos en el contexto físico deportivo.(29)

En cuanto al tipo de deporte practicado en su estudio González, demostró que no existen diferencias significativas entre la puntuación total de Cuestionario de Inteligencia Emocional Deportiva y el tipo de deporte practicado, en mi estudio realizado se encontró que los deportistas que entrenan Tae Kwon Do, presentaron mejor puntuación en el test de

inteligencia emocional, en comparación con los otros deportes, además el más alto puntaje en utilización emocional(30).

En tres estudios realizados por Deaner RO, para determinar la práctica Deportiva según el género, y los patrones de participación Deportiva no encontraron una gran diferencia en el interés y la participación en la competencia física, en relación al sexo. (31)

En los deportes de combate los deportistas por naturaleza presentan episodios de agresividad, que se contraponen a tener una buena inteligencia emocional, mientras el individuo va madurando con los años va mejorando su nivel de control de las emociones, en el estudio los competidores son adolescentes de 13-14 años, con poca experiencia competitiva, que aún no saben cómo controlar las emociones en el campo de juego

En este estudio los taekwondokas tienen mejor puntuación en test de inteligencia emocional, a diferencia que el estudio realizado por Szabo que demostró que los boxeadores presentan mejor inteligencia emocional comparada con deportistas de judo, y los controles no deportistas con la misma edad, que puede ser por el tiempo de entrenamiento y la experiencia competitiva.(32)

Los análisis de regresión múltiple revelaron que las percepciones tanto del liderazgo del entrenador como de la relación entrenador-atleta predecían una varianza en la eficacia del equipo. En general, los resultados sugieren que la calidad de las relaciones entrenador-atleta se suma a la predicción de la eficacia colectiva de los individuos más allá de lo que se predijo por el comportamiento de los entrenadores de liderazgo solamente. (26)

En general, los resultados sugieren que la calidad de las relaciones entrenador-atleta se suma a la predicción de la eficacia colectiva de los individuos, más allá de lo que se predijo solo por el comportamiento de liderazgo de los entrenadores. (27)

Tradicionalmente se ha considerado que las mujeres son más emocionales, debido a una socialización más en contacto con los sentimientos, afirmándose que ellas suelen ser emocionalmente más expresivas que los varones, y que reconocen mejor las emociones en

los demás. Las mujeres suelen mostrar mayor habilidad que los hombres en ciertas competencias interpersonales.

De acuerdo al género en tres estudios analizados en una revisión sistemática publicada por Laborde, dos estudios encontraron que en los hombres la puntuación de inteligencia emocional fue mejor que en las mujeres (27), Y uno que encontró que las mujeres tenían una puntuación más alta.(28).

En una investigación realizada por Candela, al revisar tres estudios anteriores, encontró que no existen diferencias en la puntuación de Inteligencia Emocional general entre varones y mujeres, lo que vendría a contradecir la creencia popular de que las mujeres están más en contacto con las emociones. Sin embargo, sí que parece haber ciertas diferencias en factores concretos de la Inteligencia Emocional, por ejemplo, las mujeres parecen tener mayores habilidades interpersonales, y son más hábiles a la hora de percibir y comprender las emociones. Por otra parte, los varones destacan en habilidades de control de impulsos y tolerancia al estrés. Sin embargo, no podemos extraer conclusiones sólidas, debido a la poca investigación desarrollada sobre las variables género e Inteligencia Emocional.(33)

De igual forma en el estudio realizado por Extremera, quien evaluó la Inteligencia Emocional en no deportistas, determinó que las mujeres tuvieron una puntuación más alta que los hombres.(34)

En relación con la funcionalidad familiar medida por el test de APGAR. En un estudio realizado por Dewi no encontró relación entre la inteligencia emocional y el test de APGAR en adolescentes.(35) En las etapas de la adolescencia priman más las relaciones de tipo familiar y social que las deportivas, invirtiéndose conforme aumentamos de edad.

En mi estudio para medir el rendimiento deportivo, se tomó en cuenta la ubicación en la que quedaron los deportistas en los Juegos Nacionales de menores, sin embargo hay que tomar en cuenta un factor determinante que es la decisión de los jueces al momento de dar el veredicto final, algunos deportistas y entrenadores tuvieron la percepción de haber sido perjudicados. De igual manera como lo manifiesta AlejandraFlores en su estudio “Sabemos que la figura del árbitro es tenida en cuenta a la hora de evaluar el rendimiento

y desempeño deportivo, generalmente destacando los errores, omisiones o la mala toma de ciertas decisiones durante la competencia”.(36)

En los adolescentes existen diferencias de género en los factores que median la inteligencia emocional, pero esta no parece influir sobre el rendimiento académico excepto cuando sufren una disfunción familiar grave, lo cual podría ser prevenible mediante una educación emocional impartida por los padres y maestros.(37)

Según resultados en la investigación concuerda con lo que determina en el objetivo general, el nivel de inteligencia emocional se relaciona con el éxito deportivo en la última competencia de Juegos Nacionales en deportistas de combate de la categoría menores.

Estableciendo así, la relación entre el nivel de inteligencia emocional y los factores demográficos influyentes en el rendimiento deportivo en los deportistas de combate.; Determinando la relación entre inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en los deportistas de combate en la última competencia de los X Juegos Deportivos Nacionales de menores 2015 está en relación con el puntaje su Inteligencia Emocional, medida con el CIED.

## 16. CONCLUSIONES

El desarrollo de la investigación demuestra la correlación entre la inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en los deportistas de las disciplinas de combate al utilizar el cuestionario de Inteligencia Emocional en el Deporte Validación española del Schutte Self Report Inventory (SSRI) en deportistas españoles, el mismo tiene 39 preguntas con valoración de 1 a 5 puntos

La Inteligencia Emocional se midió a través del test de Inteligencia Emocional de Salovey y Mayer, validada para deportistas, de acuerdo a la puntuación de la misma se calificó de acuerdo a la categoría.

Las variables que demuestran la hipótesis son: - Inteligencia Emocional y el Rendimiento Deportivo. Estas variables se relacionaron mediante pruebas de Chi cuadrado y Odds Ratio para establecer su relación y el riesgo, respectivamente. Con las demás variables del estudio se realizó también las mismas pruebas en un análisis estadístico bivariado.

Una vez obtenidos los datos de la entrevista personal, se creó una base de datos depurada y luego se realizó el correspondiente análisis estadístico, descriptivo e inferencial, se priorizaron variables cuantitativas para usar pruebas de correlación estadística inferencial multivariada, usando el programa SPSS versión 21. 0, de dominio público, licencia aprobada por la PUCE para su uso.

Se demostró que del 32% de los deportistas el 24% presentan una inteligencia emocional marcada alta; Según el género de los deportistas y la calificación del test de inteligencia Emocional el género masculino tiene 10 deportistas con calificación sobre el promedio mientras que el género femenino tiene 9; En cuanto a la disciplina se observa a los deportistas que practican Tae Kwon Do obtienen mejor puntuación en el test, seguidos por los deportistas que practican Boxeo; Según los resultados el Apgar familiar de los deportistas y la calificación del test de inteligencia Emocional, como se puede observar no existen diferencias en los grupos.

Con todos estos análisis se determina que el éxito deportivo de los deportistas de combate en la última competencia de los X Juegos Deportivos Nacionales de menores 2015 está en relación con el puntaje su Inteligencia Emocional, medida con el CIED.

Los logros en el rendimiento deportivo van a estar determinadas por un sin número de factores, como tiempo de entrenamiento, relación con el entrenador, compañeros del equipo y familiares, técnica, escolaridad, Inteligencia Emocional, etc. Los mismos que pueden actuar directa o indirectamente, en mayor o en menor medida, sin embargo, todos son importantes para llegar a tener los resultados esperados.

## **17. RECOMENDACIONES**

El desarrollo de la investigación establece que para mantener correlación entre la inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en los deportistas de las disciplinas de combate se debe:

- Realizar programas de intervenciones para mejorar los componentes de Inteligencia Emocional, las Emociones y la Motivación en los deportistas de tal manera que se pueda mejorar la asistencia a los entrenamientos, y con ello todo lo que implica mejorar la técnica, lograr un somatotipo esperado para cada deporte, buena relación con el entrenador y compañeros de equipo, se va logrando la aptitud deportiva, para alcanzar el objetivo deseado.
- Mantener entrenadores con un nivel académico superior que aplique técnicas y estrategias deportivas, que permita al deportista desarrollar sus habilidades y destrezas y mantenga el espíritu elevado que puedan mejorar la Inteligencia Emocional y la motivación de los deportistas.
- Dotar de test o instrumentos de evolución de Inteligencia Emocional a los deportistas de diferentes edades y disciplinas deportivas, para que se pueda trabajar y mejorar en este ámbito, así mantener a los deportistas en competitividad.

- Realizar eventos periódicos evaluados en donde se pueda determinar la Inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en los deportistas de las disciplinas de combate.
- Fomentar la realización de un equipo multidisciplinario en cada Federación Deportiva o Club deportivo, para mejorar el rendimiento deportivo.

## 18. BIBLIOGRAFIA

1. Li F,LFJHyWA7. Exploringthe relationships of physicalactivity, emotionalintelligence and healthinTaiwancollegestudents. J ExercSciFit. 2009 Jul; 1(55-63.).
2. Romero A,ZR,GMA,BR,GRyLA. Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. Revista de Psicología del Deporte. 2010. 2010; 19(1).
3. Gould D,DK,&M. Psychological characteristics and development in Olympic athletes.. Journal of Applied Sport Pshychology, 14(3), 172-204. 2002; 14(13).
4. Junwu D. The Research on Sports Intelligence in China. School of Physical Education. 2013;(743).
5. Laborde F. Dosseville. Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. Scand J Med Sci Sports. 2015 May.
6. Brukner. Clinical Sports Medicine 4th Edition. cuarta ed. S Y, editor. Australia: McGraw- Hill; 2012.
7. M. FPJ. American College of Sports Medicine Exercise—Physiological aspects. segunda ed. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2012.
8. Burke LM CG2. Combat Sports Medicine. primera ed. Kordi R MNWRWW, editor. london: Springer-Verlag; 2009.
9. Neil OA. Desarrollo de la Inteligencia, México, S.A de C.V y Alfaomega Grupo Editor 1999. .
10. N E. Spanish version of the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT).. Psicothema. 2006; 18.
11. Gardner H. Estructuras de la mente: La Teoría de las inteligencias múltiples, México, FCE 1994.
12. Mayer JDySP. Emotional development and emotional intelligence educational implications. In P. Salovey & D. Sluyter (Eds.), : What is emotional intelligence? (pp. 3-31). New York: Basic Books.; 1997.
13. Goleman D. La inteligencia emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor; 1996.

14. Goleman D. Emotional Intelligence: Issues in Paradigm Building. En Cherniss, C. y Goleman, D.; 2001.
15. Fernández-Berrocal PyRNCyr. En Fernández-Berrocal, P. y Ramos, N. (Eds.). Corazones inteligentes. (pp. 17-34). Barcelona: Kairós.; 2002.
16. Goleman D. La inteligencia emocional. Buenos Aires: Javier Vergara Editor.; 1996.
17. Goleman D. La práctica de la inteligencia emocional. Barcelona: Kairós.; 1999.
18. Goleman DE. motional Intelligence: Issues in Paradigm Building. En Chemiss, C. y Goleman, D. (Eds.). The emotionally intelligent workplace.(pp.13-26). San Francisco: Jossey-Bass; 2001.
19. Bisquerra R. Educación emocional y bienestar. Barcelona: Praxis.; 2000.
20. Sperry R. Lateral specialización of cerebral function in the surgically separated hemispheres. En: F. J. McGuigan The Psycolophi-sioly of the thinking. New York: Academic Press; 1973. .
21. Mclean P. The triune brain evolution. New York: Plenun Press; 1990. .
22. LeDoux J. El cerebro emocional. Barcelona: Ariel/Planeta. 1999. .
23. Bar-On R. The Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence. Toronto: Multi-Health Systems. 1997.
24. Bar-On R. the Emotional Quotient Inventory (EQ-i): A test of emotional intelligence. Toronto: Multi-Health Systems. 2006. .
25. Solanki D LA. Relationships between exercise as a mood regulation strategy and trait emotional intelligence. Asian J Sports Med 2010.1: 195–200. .
26. Graupera GV. Inteligencia Emocional en el Deporte: Validación española del Schutte Self Report Inventory (SSRI) en deportistas españoles. Cuadernos de Psicología del Deporte. 2013; 13(1).
27. MV. J. Emotion regulation and sport performance. The Oxford handbook of sport and performance psychology.: Oxford University New York, NY: Oxford University; 2012.
28. Crombie D,LCyNT. Emotional Intelligence scores predict team sports performance in a national cricket competition. International Journal of Sports Science and Coaching.

- (2009).; 4(2).
29. MARTÍNEZ A, MOYA F, GARCÉS E. Inteligencia emocional y deporte: situación actual del estado de la investigación. Cuadernos de Psicología del Deporte, vol. 13, 1, 105-112. 2013; 13(1).
  30. ANÁLISIS Y VALIDACIÓN DE UN CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN DIFERENTES CONTEXTOS DEPORTIVOS. UNIVERSIDAD DEL PAIS VASCO. 2006.
  31. Zizzi SJ DHHD. The relationship between emotional intelligence and performance among college basketball players. J Appl Sport Psychol. 2003; 15.
  32. Szabo AaUF. DO COMBAT SPORTS DEVELOP EMOTIONAL. Kinesiology. 2014; 46(1).
  33. Candela A BC. Inteligencia Emocional. Revista Electronica de Emocion y Motivacion. 2002 Oct; 5(10).
  34. N E. Spanish version of the Mayer-Salovey-Caruso Emotional Intelligence Test (MSCEIT). Version 2.0: Reliabilities, age and gender differences. Psicothema. 2006; 18.
  35. A D. Influence of APGAR Family on Adolescent Emotional Intelligence. Mutiara Medika. 2010 julio; 10(2).
  36. A. F. Arbitraje Stress y Rendimiento. Psicologos Depotivos. 2006.
  37. Velarde K EP. Inteligencia Emocional y Rendimiento Academico en Adolescentes estudiantes de dos colegios públicos del Distrito Metropolitano de Quito. Revista de la Facultad de Ciencias Medicas Quito. 2011; 36(1).
  38. Sperry R. Lateral specialización of cerebral function in the surgically separated hemispheres. En: F. J. McGuigan. The Psycholophi-siology of the thinking. New York: Academic Press; 1973. .
  39. R K. Combat Sports Medicine. primera ed. Maffulli RK•N, editor. london: Springer-Verlag; 2009.

## 19. ANEXOS.

### FORMULARIO DE CONSENTIMIENTO INFORMADO

He leído la información proporcionada o me ha sido leída. He tenido la oportunidad de preguntar sobre ella y se me ha contestado satisfactoriamente las preguntas que he realizado. Consiento voluntariamente participar a mi hijo/a, ..... seleccionado de la disciplina de..... de Federación Deportiva Provincial de Bolívar, en esta investigación y entiendo que tiene el derecho de retirarse de la investigación en cualquier momento sin que le afecte de ninguna manera.

Nombre del representante del participante.....

Firma del representante del participante.....

Fecha .....

Día/mes/año.....



### PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATOLICA DEL ECUADOR

#### Encuesta para determinar la correlación entre el grado de inteligencia emocional y el Rendimiento Deportivo.

Código. 

--	--

Deporte que practica: \_\_\_\_\_

Su Edad: \_\_\_\_\_

Género: \_\_\_\_\_

Peso: \_\_\_\_\_

Talla:\_\_\_\_\_

Posición en juegos nacionales de menores 2015:\_\_\_\_\_

Tiempo de entrenamiento:\_\_\_\_\_

Escolaridad:\_\_\_\_\_

Relación con el entrenador:\_\_\_\_\_

Escolaridad del entrenador:\_\_\_\_\_

Condiciones Psicológicas importantes desde la competencia hasta ahora.

Si No

--	--

Si la pregunta anterior fue afirmativa.

Que sucedió\_\_\_\_\_

---

Vive con sus padres:\_\_\_\_\_

Con quien vive\_\_\_\_\_

	Casi nunca	A veces	Casi siempre
1. ¿Está satisfecho con la ayuda que recibe de su familia cuando tiene un problema?	0	1	2
2. ¿Conversan entre ustedes los problemas que tienen en casa?	0	1	2
3. ¿Las decisiones importantes se toman en conjunto en la casa?	0	1	2
4. ¿Está satisfecho con el tiempo que usted y su familia pasan juntos?	0	1	2
5. ¿Siente que su familia le quiere?	0	1	2
<b>Puntuación Total</b>			

CUESTIONARIO DE INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL DEPORTE.

	1	2	3	4	5
1. Ante una competición me siento mentalmente relajad@.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2. Siempre encuentro la forma de controlar mis emociones cuando lo deseo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3. Soy buen@ tranquilizando a mis compañer@s cuando l@s percibo excesivamente alterad@s o nervios@s.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4. Yo puedo intervenir rápidamente sobre mis emociones para recuperar mi concentración a lo largo de la competición.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5. Durante la competición, comprendo fácilmente cómo se sienten mis compañer@s y/o rivales.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6. A menudo encuentro difícil entender las emociones de mis compañer@s.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7. Ayudo a mis compañer@s a que se sientan mejor cuando competimos.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8. Me doy cuenta de cuando empiezo a ponerme nervios@ durante la competición.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9. Nunca me enfado cuando estoy compitiendo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10. Soy consciente de cuando me empiezo a enfadar en la competición.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11. Normalmente, puedo experimentar las sensaciones de mis compañer@s y “ponerme en su situación”.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12. Distingo bien las emociones que crea en mí la competición.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13. Ante una competición, casi siempre sé exactamente como me siento.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14. Soy consciente de mis emociones cuando compito.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15. Me cuesta calcular la emoción que estoy sintiendo cuando compito.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
16. Soy capaz de diferenciar los nervios de la motivación antes de competir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17. Me automotivo imaginando un buen desenlace de las tareas que emprendo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18. Soy buen@ controlando mi nivel de tensión antes de competir.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19. Reconozco las emociones que l@s adversari@s están sintiendo mirando las expresiones; tanto faciales como corporales.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20. Normalmente sé lo que siento cuando estoy compitiendo.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21. Los errores durante la competición, me hacen sentir negativamente.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22. Siempre que compito, mantengo la calma.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23. Ante los errores de l@s jueces o árbitros estoy tranquil@.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24. Durante la competición soy consciente de los mensajes no verbales que envían l@s demás.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25. A menudo, las decisiones de l@s jueces o árbitros me enfurecen.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

26. Me es fácil reconocer mis emociones en la competición, cuando las estoy sintiendo.
27. Cuando afronto una competición, controlo mis emociones.
28. A menudo empleo mis emociones para “darlo todo” mientras compito.
29. Soy capaz de cambiar mis pensamientos negativos en positivos empleando mis emociones durante la competición.
30. Me doy cuenta cuando empiezo a ponerme nervios@ en la competición.
31. Manejo de forma efectiva los enfados de mis compañer@s.
32. Cuando me equivoco en mi ejecución, me siento angustiad@.
33. A menudo, encuentro difícil entender lo que sienten mis compañer@s.
34. Me es fácil reconocer mis emociones tanto en el entrenamiento como en la competición, cuando las estoy sintiendo.
35. Me siento muy frustrad@ cuando un compañer@ de equipo lo hace mal (un mal pase, una mala acción)
36. Ante los errores de l@s jueces o árbitros, mantengo la calma.
37. Puedo permanecer tranquil@ a lo largo de la competición aunque se den situaciones que me puedan alterar.
38. Cuando estoy de buen humor resuelvo las situaciones complejas de la competición fácilmente.
39. Durante la competición, comprendo fácilmente, cómo se sienten mis compañer@s.

## ASPECTOS ADMINISTRATIVOS

Recursos necesarios:

La investigadora tomara las medidas antropométricas, y será quien realice las encuestas a los participantes de la investigación.

	Costo \$
Investigador	
Materiales. Insumos de oficina	10
impresiones	40
transporte	40
Equipo antropométrico	140
Copias	20
Imprevistos	50
TOTAL.	300

## CRONOGRAMA DE TRABAJO

	Sem 1	Sem 1	Sem 1	Sem 1	Sem 1	Sem 1	Sem 1	Sem 1	Sem 1	Sem 1	Sem 1
Prueba del instrumento	x										
Recolección de información		x	x	x							
Toma de medidas antropométricas			x	x	x						
Procesamiento de datos			x	x	x	x	x				
Análisis de datos						x	x	x	x		
Elaboración del reporte final				x	x	x	x	x	x	x	x

## ASPECTOS BIOÉTICOS

Tomando como referencia las normas establecidas para la elaboración y presentación de trabajos de titulación bajo los aspectos bioéticos, como responsable del presente trabajo me comprometo a respetar bajo los conocimientos adquiridos la responsabilidad hacia el recurso humano como participantes del proyecto y en el recurso tecnológico como fuente de información complementaria.

Se obtuvo el consentimiento informado de los participantes del estudio, para formar parte del mismo. Para los fines pertinentes del estudio se realizó una encuesta a los deportistas de la categoría menores, además se tomó medidas antropométricas y se valoraron otras variables socio demográficas, además se obtuvo información sobre los resultados de la competencia en Juegos Deportivos Nacionales de menores 2015.

Se respetó la confidencialidad de los participantes, se establecieron códigos numéricos para la identificación, esta información no será utilizada para otros fines que no sean exclusivos para la investigación.

FORMULARIO CONSENTIMIENTO INFORMADO PROYECTO "CORRELACION ENTRE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL Y EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN DEPORTISTAS DE LAS DISCIPLINAS DE COMBATE".

PROPÓSITO: Consentimiento informado dirigido a los deportistas categoría menores seleccionados de la provincia de Bolívar de los deportes de combate, a quienes se les invita a participar en el proyecto de investigación “ Correlación entre la inteligencia Emocional con el Rendimiento deportivos en los deportistas de las disciplinas de combate ”

INVESTIGADORA:

Dra. Sandy Fierro Vasco

Comité de apoyo técnico:

Dr. Oscar Concha Zambrano (Director del postgrado de medicina deportiva de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador)

Dr. Marco Pino (Metodológico y docente del postgrado de Medicina Deportiva de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador)

Organización:

Facultad Escuela de Medicina, Postgrado de Medicina Deportiva de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador.

Patrocinador: Dra. Sandy Fierro Vasco

Usted ha sido seleccionado para invitarle a participar en una investigación sobre la Correlación entre la inteligencia Emocional con el Rendimiento deportivos en los deportistas de las disciplinas de combate, para lo cual se realizará toma de medidas antropométricas dos encuestas, una con el formulario Cuestionario de Inteligencia Emocional en el Deporte, y otra que recogerá información socio demográfica de los deportistas. Esto permitirá constatar y determinar si existe correlación entre la inteligencia emocional y el rendimiento deportivo en los deportistas que practican deportes de combate.

Su decisión de participar es totalmente voluntaria y puede hablar con el investigador para solicitarle cualquier información adicional.

**CONFIDENCIALIDAD:** La información que Usted proporciona, así como la obtenida con la toma de medidas antropométricas no es invasiva y la investigación solamente será revisada por el investigador. Las autoridades de la Facultad, y otros posibles interesados en los hallazgos de este estudio solo tendrán acceso a los resultados procesados. En la base de datos de este estudio usted tendrá un número asignado como participante, y no constará su nombre ni cédula de ciudadanía, para mantener anonimato. La información será guardada en una computadora asegurada con clave y codificada. Solo el investigador tendrá acceso a los datos del estudio.

**RIESGOS:** El presente estudio no representa ningún riesgo para su salud.

**TIEMPO DE PARTICIPACIÓN:** Se ha calculado que el tiempo de su participación será de alrededor de 45 minutos. Su participación en este estudio será solo una vez. Usted puede decidir no seguir participando en cualquier momento del estudio.

**LOS RESULTADOS:** Los resultados de la investigación los informaremos a todos los interesados al final del estudio, en junio del 2016.

**COSTOS, INCENTIVOS Y BENEFICIOS:** Su participación en este estudio no tiene ningún costo ni incentivo; el beneficio que Usted recibirá por su participación es el valorar su inteligencia emocional y conocer su perfil antropométrico. Si tiene dudas sobre cualquier aspecto puede ponerse en contacto con el investigador, Dra Sandy Fierro Vasco, ó si tiene duda sobre asuntos éticos en relación a esta investigación, puede ponerse en contacto con el Comité de Bioética de la Pontificia Universidad Católica del Ecuador, que ha aprobado esta investigación. He leído con exactitud el documento de consentimiento informado para el potencial participante y el individuo ha tenido la oportunidad de hacer preguntas.

Confirmando que el individuo ha dado consentimiento libremente. Sandy Guadalupe Fierro Vasco.

Firma.....