

Características de Personalidad y Físicas de la Selección de Futsala Femenino de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. Chiquinquirá.

Features of Personality and Physical Futsala Female Selection of Pedagogical and Technological University of Colombia. Chiquinquirá.

Moreno Lavaho, E.

Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia. Grupo de Investigación Tendencias Pedagógicas.

edwinalbertomorenolavaho@gmail.com

Rondón-Herrán, J.M

Universidad del Tolima. Grupo de investigación Edufisica. Colombia
jorgemariorondon@gmail.com

RESUMEN

Los diferentes rasgos de la personalidad en el deporte varían de acuerdo a la disciplina deportiva, nos da a conocer cómo es el deportista, su estado de ánimo, motivación, apatía, en los entrenamientos y/o competencias. Las características físicas de las deportistas de fútbol sala, son influenciadas por los diferentes trabajos de esfuerzos intermitentes y altas intensidades y trabajos cortos, asimismo las características universitarias varían un poco. **Objetivo:** Caracterizar la personalidad y capacidades físicas de la selección de futsala femenino de la Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia seccional Chiquinquirá. **Método:** En el presente estudio el test S.T.A.I.C: consta de dos escalas (ansiedad-estado –AE- y ansiedad-rasgo –AR-) y test de Butt. Se evaluaron las capacidades físicas, a través de tests para medir la fuerza (abdominal, lumbar, de brazo (flexo – extensión)), y la agilidad (capacidad coordinativa) por medio del test de Illinois, Wells por ultimo frecuencia cardiaca y se establecieron las correlaciones entre variables. **Resultados:** Se encontró que sus características antropométricas nos muestra una correlación inversa significativa de FC con lumbares y flexión codo, (-0,50 y –0,56) y una correlación directa con FC y la segunda toma de illinois (0,47), también se observa una asociación directa de flexión codo con abdominales y lumbares (0,79).Se puede apreciar que el 90,9% presenta

un bajo estado; Se puede estimar que él 100% de los integrantes de la muestra presenta altos niveles de ansiedad situacional.

Palabras claves: futsala, ansiedad, motivación, características físicas.

ABSTRACT

Different personality traits in sport vary according to the sport, we disclosed it as the athlete mood, motivation, apathy, in training or competitions. The physical characteristics of the indoor soccer athletes are influenced by different work intermittent efforts and high intensities and short works, the university also features vary slightly. **Objective:** To characterize the personality and physical capabilities of the national women futsala of the Pedagogical and Technological University of Colombia Chiquinquirá branch. **Method:** In the present study the test STAIC: consists of two scales (anxiety-state and anxiety-trait - AE- -AR-) and test Butt. Physical abilities through tests to measure the strength (abdominal, back, arm (flexo - extension)) were evaluated, and agility (coordinative capacity) through the test of Illinois, Wells and heart rate finally settled correlations between variables. **Results:** We found that anthropometric characteristics shows a significant inverse correlation with lumbar FC and elbow flexion (-0.50 and -0.56) and a direct correlation with FC and the second outlet illinois (0.47) a direct association with elbow flexion abdominal and back (0.79) is also observed. It can be seen that 90.9% have a low state; It can be estimated that 100% of the members of the sample shows high levels of situational anxiety

Keywords: futsala, anxiety, motivation, physical characteristics.

INTRODUCCIÓN

Desde hace ya décadas, diferentes estudios han dejado suficientemente claro el perfil psicológico y físico de las selecciones que son importantes para el rendimiento deportivo, siendo las características físicas parte del conjunto de variables fisiológicas con el performance de rendimiento (Moreno. L. E. 2011). El fútbol reúne una serie de

características complejas, al tratarse de un deporte colectivo, de cooperación-oposición y desarrollado mediante habilidades abiertas. Por éstas y otras características son difíciles de aislar y definir cuáles son los factores que determinan el éxito o máximo rendimiento (Taskin en benites sillero et al, 2013).

Ahora bien, sabemos que cada deporte o juego tiene características diferentes o componentes, por nombrar algunas como los aspectos tácticos, técnicos, físicos y psicológicos, cabe anotar que el fútbol sala varía o se diferencia de otros deportes de conjunto con pelotas o variantes, sus diferencias radican en áreas de juego, dimensiones de balón, porterías por nombrar algunas, además los componentes para el rendimiento son diferentes como son los aspectos físicos y psicológicos que son los que interesan en esta investigación; se realizó un revisión bibliográfica donde no se han encontrado mayores estudios en este deporte y en el ámbito femenino.

Teniendo la anterior premisa, se ha hecho un análisis de los antecedentes que nos parecen importantes, se han realizado diferentes investigaciones en el ámbito del futbol profesional y no- profesional, pero en el futsala femenino que es el tema que nos interesa, en nuestra investigación, se han encontrado en nuestro país estudios en la parte masculina, donde se evidencia que estadísticamente no existe mayores diferencias en los niveles de las habilidades mentales evaluadas en los tres equipos de fútbol de salón y que en las habilidades de autoconfianza y motivación los tres equipos obtiene en nivel más alto con respecto al resto de habilidades metales evaluadas (Burbano, M; Pulgarin L.2008).

Siguiendo con el orden de ideas según Martens, (1987) en Jover (2007) en Burbano, M; Pulgarin L.(2008)., el entrenamiento de las habilidades psicológicas tienen como objetivo ayudar al deportista a mejorar su capacidad de rendimiento, a disfrutar de la participación en el deporte y desarrollar actividades que vayan más allá del deporte y que les ayudara.

Este perfil permite mediante el psicodiagnostico y las pruebas pedagógicas determinar el grado en que cada uno de estos requerimientos que se expresa en el atleta (Moreno. L. E. 2011). Lo anterior hace parte fundamental del proceso de preparación de todo deportista, sin apartar al entrenador y preparador físico, todo orientado hacia el rendimiento deportivo, puesto que cuando mejor preparado psicológicamente, se dice que puede llegar a alcanzar las diferentes metas e ideales propuestos. Igualmente a este tipo de evaluaciones son importantes para los entrenadores como indicador y apoyo para todos los equipos competitivos o universitarios de esta modalidad deportiva de nuestro país para darle un mejor posicionamiento del fútbol sala de la nación. Se pueden llegar a programar entrenamiento y preparación psicológica, es decir entrenar diferentes aspectos como son la confianza, la concentración, la motivación, otros ítems relacionados con las presiones externas e internas, reforzar la unión de grupo y mejorar la relación con el entrenador-deportista.

Así mismo, es importante en estos últimos años para una adecuada disposición al entrenamiento y la competencia. Por consiguiente el entrenador puede ser informado por el psicólogo de los diferentes aspectos que pueden aquejar al deportista y que pueden ser factores limitantes e insuficientes en los diferentes procesos de preparación hacia el éxito deportivo.

Por otro lado, se han realizado investigaciones analizando a futbolistas de alto rendimiento para establecer parámetros ponderales referentes a cualidades físicas los cuales se relacionan con el rendimiento deportivo, y sus efectos en las adaptaciones que experimentan morfológicamente como consecuencia de la práctica repetitiva, por lo anterior, es importante aplicar una valoración multifuncional precisa para dar comienzo del trabajo de entrenamiento deportivo y técnico, guiándolos al alto rendimiento(Young DR.1993), además hace extensa revisión de indicadores para la selección de niños con aptitudes en futbol(Cuadrado, N 2002).

OBJETIVO

Determinar las características físicas y de personalidad de la selección de futsala femenino de la universidad pedagógica y tecnológica de Colombia seccional Chiquinquirá.

METODOLOGIA

La investigación se fundamenta en un estudio observacional, transversal y descriptivo un grupo de 10 mujeres de pertenecientes al equipo de futsala femenino de la universidad UPTC, con una edad promedio, 21 ± 4 años. La evaluación se realizó teniendo en cuenta los principios éticos de la investigación humana mencionada en la declaración de Helsinky, y el Ministerio de Salud de Colombia, donde cada deportista participo de forma voluntaria, firmando un consentimiento informado, contando con la aprobación del entrenador de la UPTC seccional Chiquinquirá, se les realizaron los test propuestos, El test S.T.A.I.C: consta de dos escalas (ansiedad-estado –AE- y ansiedad-rasgo –AR-) (Versión corta de 25 items) y test de Butt. Se evaluaron las capacidades físicas, a través de tests para medir la fuerza (abdominal, lumbar, de brazo (flexo – extensión)), y la agilidad (capacidad coordinativa) por medio del test de Illinois, Wells por ultimo frecuencia cardiaca y se establecieron las correlaciones (grado de asociación) entre las variables anteriormente mencionadas.

El análisis estadístico se llevó a cabo con el software SPSS 18, para analizar la relación entre las variables de composición corporal y las de capacidades físicas, se efectuaron previamente pruebas de normalidad de Kolmogorov – Smirnov y Shapiro – Wilk. Se calculó las correlaciones bivariadas de los datos, con spearman o Pearson según el caso, para analizar su nivel de significancia positiva o negativa entre las variables.

INSTRUMENTOS Y PROCEDIMIENTO

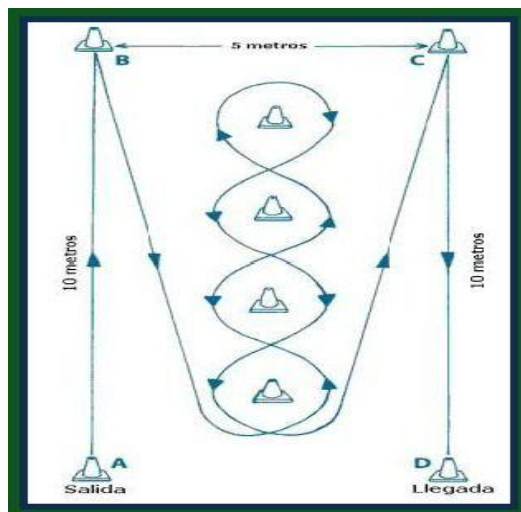
Test de butt: Test de Motivos deportivos (Butt) Este cuestionario consta de 25 ítems. En ellos se valoran cinco aspectos: Conflicto. Seguridad (C.F), suficiencia (S), rivalidad. y cooperación; a cada uno de estos aspectos, le corresponden 5 ítems. Por eso los puntos por área serian hasta 5 puntos como máximo, a conocer un punto por cada respuesta de Sí; en caso de responder No. No se otorga punto.

El test S.T.A.I.: consta de dos escalas (ansiedad-estado –AE- y ansiedad-rasgo –AR-) y cada una de ellas consta de veinte ítems que se puntúan de 0 a 3.. La AE se considera una condición emocional transitoria y la AR indica una propensión ansiosa relativamente estable. Se consideran patológicas cuando rebasan el percentil-50.

Test de Wells (Flexión profunda de tronco valoración de músculos posteriores antigravitatorios): Creado por Wells y Dillons y modificado por leger en1981, tiene como objetivo medir la flexión global del tronco y extremidades (Musculatura isquiotibial y musculatura extensores del tronco). Es necesario utilizar una base sobre la que se sitúa una escala métrica con un punto cero y números positivos y negativos, base ajustable a la talla de los pies.

AGILIDAD ILLINOIS

La agilidad es la capacidad de cambiar rápidamente de dirección sin la pérdida de velocidad, balance, o control.



Una vez ubicados como indica el gráfico, se comienza la prueba en posición acostado boca abajo con las manos en el nivel del hombro, debiendo levantarse tan rápidamente como sea posible y recorrer la trayectoria del sistema (puede ser en cualquiera de los dos sentidos- empezando en A o en D)

PROTOCOLO

El alumno se coloca frente al flexómetro descalzo apoyando la planta de los pies los cuales deben permanecer durante el tiempo de ejecución totalmente apoyadas contra la base del flexómetro, la cual determina el punto cero en la escala de medición. Se realiza una flexión anterior de tronco, con los pies separados a lo ancho de la cadera sin flexionar rodillas (para lo cual se puede acudir a una ayuda sosteniendo las rodillas del ejecutante, para evitar su flexión) la pelvis debe estar ajustada contra la pared. Una de las manos se posa sobre la otra haciendo coincidir las puntas de los dedos medios de las dos manos, de manera que estos lleguen lo más adelante posible sobre la escala métrica puntas de los dedos son las que determinan la medida. La posición debe mantenerse (2-3 Seg.) hasta que la distancia, expresada en centímetros, sea leída por el examinador.

Se realizan dos tentativas y se valora la mayor.

Consideraciones especiales:

Evitar cualquier flexión de rodillas, ya que esto puede alterar el resultado.

Los pies deben estar totalmente unidos a la base durante todo el test, de manera que estén perpendiculares con respecto al suelo.

FUERZA

Abdominales: el sujeto estará colocado en posición de cubito supino con las piernas flexionadas. Piernas abiertas a la ancho de hombros. Los brazos cruzados las manos las mantendrá tocando los hombros opuestos, de forma que los hombros toquen la colchoneta y los codos sobrepasen las rodillas. El sujeto se le contara tres faltas si no cumple con lo anterior. Los pies estarán inmovilizados por un compañero.

El sujeto repetirá el ejercicio cuantas veces se pueda durante un periodo de 60 seg, contabilizándose el número de repeticiones realizadas correctamente en el periodo determinado.

Extensión de tronco: Posición inicial: el sujeto está colocado en posición en cubito prono sobre un plinto y en sentido longitudinal del mismo. El apoyo será completo sobre los miembros inferiores hasta la cadera, sobresaliendo el resto del cuerpo por el extremo del banco, y mantenido las manos entrelazadas tras la nuca.

Para contrarrestar el desequilibrio del cuerpo hacia delante se situara un compañero encima del plinto, pudiendo estar sentado a horcajadas sobre las pantorrillas del ejecutante o sujetado las mismas con ambas manos. A la señal del controlador, el ejecutante realizara una inflexión completa del tronco adelante, hasta tocar con el pecho sobre la superficie vertical del plinto.

Se registrara el número de repeticiones correctas realizadas por ejecutante.

Se podrá asimismo, fraccionar la prueba en periodos de tiempo de 60 seg, así como anotar el número de repeticiones correctas que puede realizar el ejecutante en el periodo de tiempo determinado.

No se registrara aquellas repeticiones en las que el sujeto no acabe el recorrido, llegado hasta el punto final, o separe las manos de la nuca.

Flexión de brazos en el suelo:

Posición inicial: el ejecutante se colocara de cubito prono, con apoyo de las manos en suelo y una separación aproximada a la anchura de los hombros. Los brazos permanecerán extendidos y los pies estarán apoyados sobre el suelo, de forma que el cuerpo formara un plano inclinado, pero manteniendo una línea recta entre los tobillos, cadera y hombros.

Ejecución: a la señal del controlador, el alumno realizara un descenso del cuerpo mediante flexión de brazos y mantenimiento el cuerpo recto hasta tocar con el pecho el suelo. A continuación extenderá los brazos, elevando el cuerpo hasta la posición inicial.

Se anotara el número de repeticiones (flexión - extensión) realizadas correctamente. No se contabilizara medias flexiones.

AGILIDAD ILLINOIS

La agilidad es la capacidad de cambiar rápidamente direcciones sin la pérdida de velocidad, balance, o control. La capacidad de combinar fuerza muscular, fuerza de arranque, fuerza explosiva, balance, aceleración y desaceleración determina la agilidad.

Se utilizan ocho marcadores. Esta proporciona un buen indicador de la capacidad de una persona para acelerar, desacelerar, dar vuelta en diversas direcciones y correr a diversos

ángulos. Se varía la posición del comienzo y la posición del final, haciendo que la dirección de vueltas sea invertida.

Cuatro conos forman un área de 10 metros de largo por 5 metros ancho, A marcan el comienzo, B y C marcar los puntos de la vuelta, y D marcar el final. Cuatro conos en el centro de la zona de pruebas con 3.3 metros de separación. Se comienza la prueba en posición acostado boca abajo con las manos en el nivel del hombro. Al comando de partida, se enciende el cronómetro.

Los diferentes test realizados con las deportistas se distribuyeron en dos sesiones y fueron llevados a cabo al inicio de la etapa competitiva. La primera sesión de test comenzó con las personalidad y la segunda sesión test físicos.

Procedimiento

Reunión con el entrenador para explicarles el proyecto.

Reunión deportista que conforman la muestra.

Selección de las pruebas a utilizar.

Aplicación de las pruebas. Se diligenciaron fichas de evaluación morfofuncional en las que se registrara un perfil físico, personalidad que incluía:

Butt

Staic

Test físicos de fuerza, agilidad y flexibilidad.

Recolección y análisis de la información.

RESULTADOS

Las características físicas que existen en las deportistas de futsala, Se establecen correlaciones significativas en una gran cantidad de variables, nos muestra una correlación

inversa significativa de FC con lumbares y flexo - codo, (-0,50 y -0,56), la segunda toma de Illinois con abdominales, lumbares y flexo - codo (0,79), (ver tabla 1), y una correlación directa con FC y la segunda toma de illinois (0,47), también se observa una asociación directa de flexión codo con abdominales y lumbares (0,79).

Tabla 1.

Correlaciones		FCB	abdominales	lumbares	Flexión codo	wells	Itoma1
FCB	Correlación de Pearson						
	Sig. (unilateral)						
Abdominales	Correlación de Pearson	-0,11					
	Sig. (unilateral)	0,38					
Lumbares	Correlación de Pearson	-0,50	0,54				
	Sig. (unilateral)	0,06	0,04				
Flexión codo	Correlación de Pearson	-0,56	0,79	0,79			
	Sig. (unilateral)	0,04	0,00	0,00			
Wells	Correlación de Pearson	-0,20	0,41	0,39	0,44		
	Sig. (unilateral)	0,28	0,11	0,12	0,09		
Itoma1	Correlación de Pearson	0,24	-0,56	-0,37	-0,64	0,21	
	Sig. (unilateral)	0,24	0,04	0,13	0,02	0,27	
Itoma2	Correlación de Pearson	0,47	-0,66	-0,55	-0,69	-0,08	0,66
	Sig. (unilateral)	0,07	0,01	0,04	0,01	0,41	0,01

* La correlación es significativa al nivel 0,05 (unilateral).

** La correlación es significante al nivel 0,01 (unilateral).

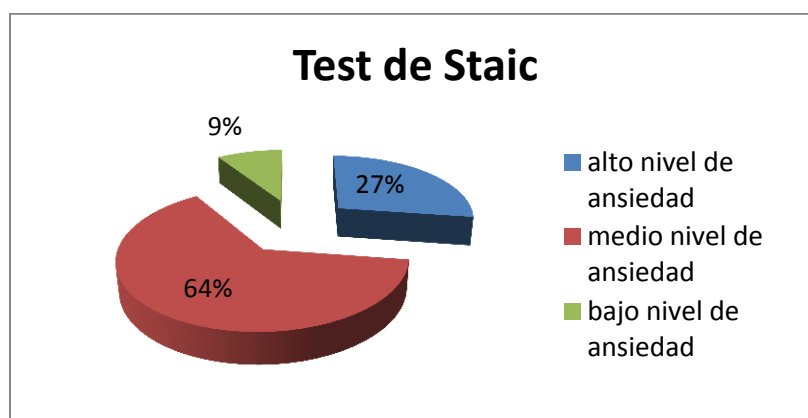
Para las variables consideradas en el estudio, se encontró que la Itoma2 indica una distribución homogénea de todas, con un promedio de 28,45, con una desviación de típica de 3,53 y el promedio para la muestra fue de 24,91, con una desviación de típica de 11,32 lumbares, nos indica una muestra heterogénea.

Tabla 2

Estadísticos descriptivos		
	Media	Desviación típica
FCB	71,73	6,29
abdominales	29,64	7,13
lumbares	24,91	11,32
Flexión codo	23,55	9,57
wells	-1,18	6,82
Itoma1	29,32	5,40
Itoma2	28,45	3,53

Se puede estimar que el 100% de los integrantes de la muestra presenta altos niveles de ansiedad situacional, Se puede estimar que el 27% de los integrantes de la muestra presenta altos niveles de ansiedad personal, el 64% de los integrantes de la muestra presenta niveles medio de ansiedad personal 1, el 9% de los integrantes de la muestra presenta bajo nivel de ansiedad personal. (Ver gráfico 1).

Grafico 1



Se puede apreciar que el 90,9% de la muestra presenta en la escala general un bajo estado motivacional, reflejado en las sub-escalas de rivalidad, Suficiencia, agresividad, cooperación, también se ve que 6 integrantes de la muestra presentan conflicto.

CONCLUSIONES

No cabe duda que el entrenamiento psicológico como el entrenamiento físico y táctico son importante en la competición actual, son elementos que no pueden ir por separado, ya que se quiere un rendimiento óptimo.

Todos los resultados nos proporcionan una información muy útil acerca de las características antropométricas de personalidad de las deportistas elite de la selección femenina de futsal.

Se establece que de acuerdo a los resultados la población no es homogénea, por lo tanto el estado físico no es óptimo, aspecto que se puede reflejar en la indiferencia, falta de concentración, irritabilidad, ausencia a los entrenamientos y que a su vez se pueden reflejar en falta de concentración, irritabilidad, incapacidad para interpretar órdenes o información etc.

REFERENCIAS.

1. Barrios Duarte, R. (2002) Consideraciones sobre métodos de control psicológico en el entrenamiento de resistencia. <http://www.efdeportes.com/>, revista digital. Año 8, nº 45. Buenos Aires.
2. Correa J E. (2008) determinación del perfil antropométrico y cualidades físicas de niños futbolistas de Bogotá. Rev. Cienc. Salud. Bogotá (Colombia) 6 (2): 74-84.
3. Gonzáles, F. (2007). Instrumentos de evaluación psicológica. La Habana. Editorial ciencias médicas.
4. Jover Isaac. C, (2007.) Proyecto “entrenamiento psicológico para deportistas”. (En línea). España, (Citado el 6 de febrero de 2008) disponible desde: http://www.prodep.com/es/pdf/autoconfianza_prodep.pdf
5. López Chicharo, J. & Fernández, A. (2006) Fisiología del Ejercicio. 3º edición Madrid: Panamericana.

6. Martínez López, E. (2008) pruebas de aptitud física, 2 edición, Editorial Paidotribo.
7. Mazza J.C. (1995). Fundamentos fisiológicos de la evaluación e investigación deportiva, en Rufino, 2003 <http://www.efdeportes.com/> Revista Digital - Buenos Aires - Año 8 - N° 58 - Marzo de 2003
8. Medina Burbano, M; Puerta Pulgarin, L. M et al. (2008.) Perfil de habilidades mentales en tres equipos juveniles de futbol de salón masculino del eje cafetero 2006, Universidad tecnológica de Pereira.
9. Morales, G. Sarola, J & Urdampilleta, A (2012). El boxeo: sistema de competición, características fisiológicas, antropométricas y hábitos dietético-nutricionales.
10. Moreno González, A. Moreno Lavaho, E. A. Jaramillo Pechene, C. A. (2011) características de deportistas universitarios de karate do, baloncesto, y voleibol: antropometría, composición corporal y saltabilidad Vol. 3 N° 8 2011. Revista EDU-FISICA.
11. Moreno González, A.; Moreno Lavaho, E. A et al. (2010) características antropométricas y de personalidad de la selección Colombia de wushu modalidad combate. vol. 2, n° 5 marzo 2010, Revista EDU-FISICA
12. Moreno Lavaho, E. A. Moreno González, A.(2010) parámetros físicos y antropométricos en niños de 11 años que practican taekwondo en la liga del Tolima. Vol. 2, N° 6 Septiembre 2010. Revista EDU-FISICA
13. Taskin, H. (2008). Evaluating sprinting ability, density of acceleration, and speed dribbling ability of professional soccer players with respect to their positions. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 22 (5), 1481-1486.