



IRA Y AGRESIÓN COLÉRICA EN JUGADORES DE RUGBY UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA

David Camilo Garcés López

Facultad de Cultura física deporte y recreación

UNIVERSIDAD SANTO TOMAS

Gina Scarleth Torres Ortiz

Facultad de Cultura física deporte y recreación

UNIVERSIDAD SANTO TOMAS

RESUMEN

El objetivo de esta revisión sistemática es determinar la relación entre la agresión colérica y la ira, con el rendimiento deportivo; tendiendo como base 16 artículos extraídos de bases de datos, primarias, como (scopus, proquest, google académico), donde se implementaron dos criterios de elegibilidad, y tres criterios de exclusión, para orientar el proceso de selección de artículos a estudios que aportaran al cumplimiento del objetivo de la presente investigación. Para consolidar la viabilidad y validez de la información se implementó un diagrama de flujo, que permitió reconocer las etapas del proceso de búsqueda y el número de artículos de cada etapa, luego se realizó un listado de control de calidad teniendo en cuenta la relevancia y aporte de cada estudio en la investigación, para evitar el riesgo de sesgo de la información se implementó una modificación a la Escala de PEDro, con el fin de identificar importancia y relevancia de los artículos seleccionados, igualmente se realizó una evaluación de riesgo de sesgo por cada uno de los artículos implementados en la investigación. Los dieciséis artículos fueron realizados a nivel internacionales donde gran parte de los estudios resaltaban la importancia de los estados emocionales en el deporte; ocho estudios son investigaciones experimentales los cuales concluyen que el uso adecuado de los estados emocionales proporciona beneficios a los deportistas. La limitación de los ocho estudios experimentales fue el tiempo de intervención, el cual corresponde a menos de 8 semanas, por lo tanto, no contaban con el tiempo de intervención requerido para lograr una mejora en el rendimiento deportivo. La ira y la agresión colérica aporta beneficios para la mejora del rendimiento deportivo, del mismo modo que, el uso y manejo adecuado de estos estados emocionales permitirá que dichos beneficios sean alcanzados por el deportista.

PALABRAS CLAVE: Ira, Agresión colérica, rendimiento deportivo



1. Magnitud del problema

La RAE (2022), define el Rugby como, “Un juego entre dos equipos, de quince jugadores, cuyo objetivo es llevar un balón ovalado más allá de la línea de meta contraria”, en donde se puede observar que es fundamental, el contacto de las extremidades superiores e inferiores, como el contacto físico entre jugadores; para, (Macías, 2018) “El rugby es un deporte duro fisiológica y mentalmente, sin embargo, no se suele trabajar el aspecto psicológico en los jugadores”; Ahora bien, el contacto físico que se genera constantemente en la disputa de un balón, requiere ciertos factores psicológicos imprescindibles, que se relacionan directamente con el desempeño dentro del campo, como lo es, la dureza mental, la cual, según el estudio realizado por, (Ponce Carbajal, 2017), tal dureza se divide en tres sub escalas; compromiso, control y desafío, encontradas en la población seleccionada, (115 jugadores masculinos), todos con un desempeño deportivo diferente, con lo anterior, se logra concluir, que entre los jugadores internacionales y de primera división, no existe una desigualdad significativa, entre el nivel de dureza mental que cada jugador maneja; lo que quiere decir, que para todos los jugadores, sería un factor psicológico, que puede contribuir positivamente en los resultados de los encuentros deportivos. Otro de los factores psicológicos, que tiene gran relevancia en el Rugby, es el estrés, el cual según (Barnes & Swain, 2002) “Existen varias fuentes de estrés, que pueden afectar al jugador y al equipo, y que se presentan durante los entrenamientos, antes o durante del partido”, los efectos que ocasionan dichas fuentes pueden ser; internos (personales), externos (situacionales), las cuales dependerán de la importancia dada a cada competición, igualmente del entorno donde se ejecute la competencia.

El reconocimiento del Rugby como deporte, se ha dado gracias a las publicaciones médicas, de las cuales la gran mayoría, se encaminan hacia las lesiones generadas por dicho deporte; sin embargo, con el paso del tiempo, se han creado ciertas reglas para beneficio del deportista, por ende, las lesiones han disminuido significativamente. Según el International Rugby Board (IRB) en el 2007, “la implementación de las reglas, prohibió la brutalidad y la agresión entre jugadores”. Los estudios que poseen como población jugadores de Rugby, determinan que las deficiencias en el aspecto físico, las lesiones, y los desaciertos en las distintas situaciones de juego, corresponden a diversas causas de estrés, evidenciadas en los jugadores de rugby.

Haciendo referencia a lo anteriormente mencionado, los deportistas emplean distintos métodos, para lograr un mejor rendimiento deportivo, como lo es un incremento significativo de concentración y esfuerzo, junto con un trabajo psicológico, que les permita enfocar sus pensamientos en acciones netamente del juego, (A. R. Nicholls, Holt, Polman, & Bloomfield, 2006).



No obstante, es importante resaltar que no solo se origina estrés en el transcurso del encuentro deportivo; (A. R. Nicholls, 2006), indaga sobre el estrés, y diferentes métodos de confrontación de emociones en deportistas de rugby, a lo largo de 35 días de entrenamiento, encontrando que las causas de estrés señalados, se presentan con mayor reiteración en los entrenamientos en relación con los días de competencia. El bloqueo de ideas y pensamientos fue el método que más se implementó en los encuentros deportivos (partidos), mientras que el aumento de la concentración, es una estrategia que acostumbran implementar los jugadores, para los días de entrenamiento.

Para (Robazza & Bortoli, 2007) la ira y la ansiedad, es otro factor psicológico, efecto facilitador en el aumento del rendimiento deportivo, por lo tanto; según los autores citados anteriormente, se puede inferir, que el manejo adecuado de dichos factores, posiblemente, puede que influya en la obtención de logros, y metas propuestas por los jugadores, al igual que el cuerpo técnico respectivo. A través de los años, la psicología del deporte, se ha planteado como uno de sus objetivos, estudiar las causas, efectos y consecuencias de la agresión entre deportistas, haciendo énfasis únicamente en las características negativas de dichas agresiones, las cuales son vistas como responsables de la disminución del bajo rendimiento deportivo; esta agresión es generada por la IRA.

Según la RAE (2022), la Ira se define como, “un sentimiento de indignación, que causa enojo”, siendo estas emociones desfavorables, para llegar al alcance de los objetivos propuestos por el deportista, los cuales pueden llegar a presentarse antes, durante y después de un encuentro deportivo, por otra parte es necesario tener en cuenta otros estados emocionales, considerando que sus efectos, podrían llegar a mejorar las acciones dentro del campo de juego; como lo es la agresión colérica, definida como, (Nieto, Delgado, & León, 2008) "Una reacción emocional ocasionada por componentes fisiológicos conductas y sentimientos". Las respuestas fisiológicas, generadas por dichas emociones, se producen a través del Sistema nervioso central, el cual se encarga de regular, activar e integrar las reacciones que ocurren a lo largo de una emoción; la corteza cerebral se encarga de almacenar, identificar y proporcionar una respuesta a cierta emoción; es decir, si la emoción que llega a nuestro sistema nervioso central, corresponde a la ira, la corteza se encargara de hacer que el cuerpo reaccione de una forma negativa; a modo de ejemplo, una agresión física o verbal; ahora bien, si la emoción recibida, en un encuentro deportivo es intensa, se activara la rama simpática del SNA, la cual incrementara la tasa cardiaca, contrayendo los músculos y aumentando la sudoración del deportista, (Fernández-Abascal, Rodríguez, Sánchez, Díaz, & Sánchez, 2010).

Según (Fernández-Berrocal, 2009), “Cada emoción se acompaña de patrones de respuesta fisiológicamente específicos”, particularmente en la ira, su reacción fisiológica es caracterizada



por un aumento en la tensión arterial, una elevación en la frecuencia cardíaca, y a la vez un incremento en la resistencia vascular periférica (Llorens Soriano et al., 2011); es decir, la tensión arterial diastólica, se incrementa. La agresión colérica y la ira tienen como efecto, el aumento en los niveles de testosterona y disminución de los niveles de cortisol, los cuales hacen parte del sistema neuroendocrino.

Según (Fernández-Abascal et al., 2010) “La ira provoca mayor actividad en la corteza prefrontal derecha, ocasionando, secreciones hormonales”, secreciones como la adrenalina, la cual es un estimulante endogámico, que ayuda a potenciar las actividades deportivas, además de aumentar la actividad muscular, ocasionando que las hormonas tiroideas, aceleren el metabolismo, y el cuerpo queme su combustible de una forma más acelerada. (Oliva & del Rocío Hernández-Pozo, 2009), afirma que la adrenalina, permite que sistemas, como el tracto digestivo se cierre, permitiendo que se canalice más sangre, en el movimiento de los músculos; es decir los músculos generan, contracciones rápidas y en el caso de lesiones, se liberan analgésicos, como lo son las endorfinas.

Lo efectos positivos de la ira y la agresión, no se encuentran, representados estadísticamente, sin embargo en el estudio sobre violencia en el deporte, desarrollado por la profesora Ana Ponce de León, de la universidad de La Rioja, donde se analizó 70.000 partidos oficiales, de todas las categorías y modalidades deportivas en los años (2011-2016) de los cuales el 2,72%; es decir 1904 encuentros deportivos se presentaron actos de agresión, donde el rugby ocupó el tercer puesto con el 5,92%, por debajo de Fútbol y Fútbol Sala, pero con un aumento significativo, comparado con los datos estadísticos de baloncesto y balonmano. Teniendo en cuenta lo anterior, se puede diferir, que más de la mitad de las conductas de agresión registradas (54.68%), se presentan solo en el 2,72% de los encuentros deportivos.

Dentro de la extensa búsqueda de información; sobre la consecuencia de la agresión colérica y la ira en jugadores de rugby, se observa que no existen datos epidemiológicos significativos, a nivel Nacional, regional y local, que tengan un gran aporte a la investigación en curso, sin embargo, la información a nivel mundial, que mencionan la agresión colérica y la ira, como emociones necesarias dentro la caracterización psicológica del deportista, son escasas; no obstante, una parte de los estudios mencionados anteriormente, hacen énfasis en el mal uso y manejo de las emociones dentro del deporte en general, por lo tanto, se presenta la necesidad de indagar, sobre la agresión colérica y la Ira, en jugadores de rugby, de esta manera aportar teóricamente sobre la importancia, y los efectos positivos, que estas emociones pueden generar en el perfil psicológico que caracteriza a los jugadores, de esta forma lograr que el presente estudio, contribuya a el rendimiento deportivo en los atletas, a su vez disminuir la violencia, dentro y fuera del campo para bienestar físico, y mental de cada una de las personas que intervienen y hacen parte del proceso deportivo.



1. Objetivos

1.1 Objetivo general

Determinar la relación entre la agresión colérica y la ira, con el rendimiento deportivo.

2.2 Objetivos específicos

- Seleccionar la estrategia de búsqueda
- Almacenar y registrar los resultados de búsqueda.
- Organizar los resultados de búsqueda.
- Redacción y conclusión de resultados.

2. Hipótesis

La pregunta que se planteó para la investigación es la siguiente; ¿El manejo de la agresión colérica y la ira, aportan a la mejora del rendimiento deportivo en jugadores de rugby?, con

base en lo anterior la creación de la hipótesis propuesta es; “Si se lleva un manejo adecuado de la ira y la agresión colérica se presentará una mejora en el rendimiento deportivo en los jugadores de rugby.

3. Justificación

La siguiente revisión sistemática tiene como fin, realizar un aporte significativo a las bases teóricas y científicas, haciendo énfasis en la importancia de las emociones, y características psicológicas de los jugadores de rugby; además de los beneficios que con lleva el uso adecuado de dichos aspectos psicológicos, para una mejora del rendimiento deportivo.

Según (Oliva & del Rocío Hernández-Pozo, 2009), “Al transcurrir de los años la ansiedad, la ira y otros estados emocionales se han visto como perjudiciales para el rendimiento deportivo”, teniendo en cuenta lo citado anteriormente, se pretende cambiar dicho estigma que tienen algunos autores, referente a que la presencia de estos estados emocionales, generan diversos efectos negativos directamente en el desempeño deportivo, ahora bien existe un porcentaje extremadamente bajo de las intervenciones, en que los jugadores, equipos y cuerpo técnico realizan específicamente un trabajo psicológico exhaustivo. Para poder suprimir este estigma, la revisión sistemática, incluye los beneficios y algunos aportes por parte de autores como, (Oliva & del Rocío Hernández-Pozo, 2009), quien plantea que, los deportistas pueden hacer uso de la agresión colérica y la ira, para dirigir la adrenalina que producen los estados emocionales, asimismo, encaminar los cambios fisiológicos generados por esta hormona hacia el desarrollo y el cumplimiento de los objetivos que se tienen planteados, cuando esta hormona se produce en gran cantidad, se aumenta la frecuencia cardiaca, y la energía se concentra en muchos de los distintos sistemas, haciendo que el individuo actúe con más velocidad y tenga respuestas motoras y cognitivas más acertadas, otorgando más eficacia en las acciones de juego tanto técnicas, como tácticas.



La agresión física y verbal, es una problemática de gran tamaño, con una tasa estadísticamente alta, resaltando el estudio de Ana Ponce de León, con la universidad de la Rioja donde mencionan, que de diez deportistas, ocho de ellos presentan acciones o conductas de agresividad, el cual viene aumentado de la mano con el reconocimiento del deporte, esto genera que se pierda el objetivo principal del deporte en general, el cual es, generar espacios que permitan unir a toda la población, sin ningún tipo de exclusión, teniendo en cuenta este objetivo, la investigación tiene una importancia significativa debido a que estos estados emocionales evitan que se cumpla la finalidad principal del deporte, asimismo lograra deshacer el vacío que tienen las bases teóricas sobre el manejo y la importancia que tiene la ira y la agresión colérica, y su relación en el aumento y mejora del rendimiento deportivo. Una vez se logre deshacer este vacío teórico sobre la importancia de las emociones y el manejo adecuado de ellas, va a permitir que los profesionales en el deporte y la salud tomen más en cuenta algunas emociones con el fin de hacer deportistas íntegros y altamente competitivos. Se debe tener en cuenta que todos los deportes, implican la interacción ya sea física o verbal con otro individuo, lo que puede ocasionar que estos estados emocionales; como la ira, la cual es generada por la corteza prefrontal derecha, y al no lograrse un control adecuado de esta emoción, se desencadene una agresión colérica; entendida como una respuesta generada por el organismo, la cual puede ser una respuesta física o verbal; que puede ser buena o mala dependiendo del camino por la que la enfoque el deportista y el manejo que este le dé a la misma.

Por medio de la presente investigación, se busca dar cumplimiento a él plan de desarrollo Nacional, teniendo en cuenta que Colombia para el año 2030, buscará promover la salud y bienestar mental, de esta manera se estará aportando, bases teóricas que van a permitir, la promoción de la salud mental en los deportistas. Por otra parte, el plan de desarrollo regional, se propone varios principios para seguir avanzando y lograr una sociedad más estable, haciendo énfasis en el respeto, y la dignidad humana, basado en principios éticos, y la creación de eventos que permita consolidar una unión entre sociedades, esto solo se obtiene por medio del deporte y de esta manera cumplir con el objetivo del plan de desarrollo y con el objetivo del deporte buscando la unión entre sociedades y el fomento de valores.

Boyacá busca obtener un avance en salud psicológica e igualdad deportiva por ello se enfoca en reconocer, cuáles son las características regionales y municipales, y de esta manera entender cuáles son las necesidades que evitan el avance del deporte en algunos departamentos del país, el plan de desarrollo resalta que, en el año 2019, Boyacá contaba con 104 escuelas deportivas, y para el año 2020 se propone, aumentar esta cantidad con el fin de mejorar la salud psicológica y el bienestar en las poblaciones con gran impacto de conflictos generados por la falta de manejo adecuado, de aspectos psicológicos, en la sociedad y en el deporte.



El deporte comunitario es una de las herramientas más implementadas por Boyacá, para el desarrollo de proyectos como, “JOVENES POR BOYACÁ”, el cual hace uso del deporte para generar espacios que fortalezcan los valores y la sana convivencia en las prácticas deportivas.

La Universidad Santo Tomas seccional Tunja, junto con los objetivos de desarrollo sostenible correspondientes al municipio de Tunja, los cuales tienen como fin buscar una evolución en la salud, por medio del manejo adecuado de las emociones en el deporte, se busca dar condiciones de salud psicológica, digna para los deportistas; si se cumple este objetivo, se relaciona uno de los aspectos más importantes, para cualquier ámbito, en calidad de vida, la cual es la inclusión, específicamente a poblaciones con trastornos psicológicos. Gracias a los dos objetivos mencionados anteriormente, se da cumplimiento a el reconocimiento del derecho a la práctica deportiva a la población ya mencionada.

En el artículo No 15 de la ley 181 del año 1995, la cual es conocida como la ley del deporte. Define el deporte como, “Conducta humana caracterizado por la actitud lúdica y de afán competitivo, que estará regida por medio de disciplinas y normas preestablecidas, orientadas a generar valores, morales cívicos y sociales”, por ende, el deporte busca que la violencia, se minimice, o incluso se elimine por completo, mas no que se convierta una actividad que aumente los conflictos, agresiones, y situaciones de intolerancia, en el deporte. Por ello la ley 1356 del año 2009, especificado en el artículo No 1, tiene como objetivo la creación, implementación de un sistema nacional de educación y prevención de Violencia, en eventos deportivos, la cual castiga legalmente a quien infrinja esta ley; después de la implementación de esta ley se ha visto una disminución significativa de las conductas violentas por parte de los espectadores, más sin embargo no ha disminuido la violencia, agresiones y casos de exclusión, entre deportistas.

El título N°3 del decreto 1085 del año 2015, perteneciente a el sector administrativo del deporte, considera como una falta grave, la incitación a la violencia por parte de los espectadores, y nombra al instituto nacional de deportes como el encargado de tomar las medidas correspondientes al incumplimiento de dicha ley, esta ley, al igual que la ley 1007 del año 2012, busca castigar y regular la violencia en los escenarios deportivos, pero solo aquella violencia que se genera fuera del campo de juego, es decir solo abarcara a los aficionados, entrenadores, seguridad, comentaristas y deportistas, por ende, se consideró necesario una ley que permita disminuir la violencia entre jugadores, lo anterior mencionado estará a cargo de las diferentes asociaciones deportivas; en este caso para evitar la violencia en el rugby, se tendrá que cumplir las funciones que están incluidas en el reglamento de la asociación, WORLD RUGBY, donde se especifica que ningún jugador debe agredir física, o verbalmente, a otro jugador, entrenador, aficionado, o demás personas que hagan parte de los eventos deportivos, en dado caso, que se



haga caso omiso a esta regla, está especificado en el reglamento que se tendrá una sanción máxima, en diversos casos, la cual es la suspensión en 52 partidos oficiales y en el peor de los casos, una destitución del jugador, y como sanción mínima, de 4 a 8 semanas, de penalización en caso de que se infrinja respectivamente al reglamento de la asociación Mundial de Rugby.

El ministerio de la presidencia, por medio del real decreto, de la ley 203 del 26 de febrero del año 2010, de corte constitucional, aprueba el reglamento de prevención de la violencia, racismo, la xenofobia, y la intolerancia en el deporte. Por medio de la presente ley se logra disminuir la incidencia en los casos de violencia tanto verbal como física a la población que hace parte del deporte, y de sus eventos externos, para ello, se logró un convenio europeo sobre la violencia, e irrupciones de espectadores en distintos eventos deportivos. Teniendo en cuenta lo mencionado anteriormente, se puede resaltar que el proyecto es de gran utilidad para lograr identificar los motivos y la importancia, de la implementación de especialistas que generen herramientas, que permita que los deportistas implementen la agresión y la ira como ayuda no dañina en el deporte, y se realice un aprovechamiento del mismo, para el rendimiento deportivo. Según diversos estudios, la agresión verbal o física, entre deportistas, desencadenan que los aficionados se conviertan en personas agresivas y violentas, y por ende generen daños graves, materiales y físicos, a la sociedad en general.

Según (Cagigal & Carballo, 1990), “La agresión no solo se da por parte de jugadores, si no también se puede evidenciar por parte de los cuerpos técnicos de un equipo”, quienes a veces no tienen en cuenta que el deporte debe beneficiar a todos, mas no dañar a unos y beneficiar a otros, teniendo en cuenta esto, se resalta que, gracias a esta revisión sistemática se podrá disminuir los casos de agresión , y se lograra radicar el problema desde su punto de vista, el cual son los deportistas, y cuerpo técnico; de esta manera la sociedad, tendrá menos violencia y menos daños por conflictos deportivos, dichos conflictos, que se ocasionan por el mal uso y control erróneo de las distintas emociones que se llegan a presentar en el campo de juego.

Esta investigación, es netamente teórica, pero con una ayuda adecuada, y la población necesaria, en este caso los jugadores de rugby, se puede llegar a convertir en una investigación de tipo experimental, llegar a arrojar teorías y herramientas de medición, que permitan reconocer los niveles de agresión e ira, en los que se encuentra un deportista; los cuales permitirán la prevención de agresiones físicas o verbales en el deporte. lo que se pretende alcanzar con esta investigación, es generar una base bibliográfica que justifique e identifique la importancia de los estados emocionales, todo bajo fundamentos científicos argumentados fisiológicamente, junto con el funcionamiento de dichas emociones.

4. Metodología

Según (Manterola, Astudillo, Arias, Claros, & MINCIR, 2013), la revisión sistemática es una “síntesis de la evidencia disponible” una investigación con un enfoque cualitativo y cuantitativo, la cual asume una realidad subjetiva, dinámica y compuesta por multiplicidad de contextos (Barrantes, 2014). Dentro de la revisión sistemática, se analizaron, jerarquizaron, sintetizaron y clasificaron alrededor de 31 artículos, usando como estrategia de búsqueda, la implementación de palabras clave, como lo son, agresión colérica, ira, y deporte; se manejó 2 tipos de bases de datos, primarias, (scopus, proquest, Google académico, y Google books), secundarias, (repositorio Universidad Santo Tomas, Dialnet, La rioja).

Para la realización de la revisión sistemática fue necesario aplicar los criterios, procedimientos y protocolos de la metodología de PRISMA, (Ciapponi, 2021), de modo que se implementaron una serie de ítems.

4.1 Criterios de inclusión y exclusión

4.1.1 Criterios de inclusión

Los criterios de inclusión, tomaron como enfoque los artículos segregados geográficamente, (1) realizados a nivel municipal, regional, nacional, e internacional, donde 31/31 investigaciones fueron realizadas a nivel internacional. (2) Se dio mayor importancia a los estudios los cuales su metodología correspondía a revisiones sistemáticas, literarias, empíricas y de tipo experimental. (3) Estudios publicados entre los años, (2006 & 2022), entre los cuales se destacan que sus participantes o sujetos de estudio, eran jugadores de la disciplina de rugby. Los criterios de inclusión se basaron, en el nivel de relevancia y significancia, en la revisión sistemática, y se jerarquizaron respectivamente como se muestra en la Fig.1

APORTE AL ESTUDIO	RELEVANCIA	CARACTERÍSTICAS
EXPLICACIÓN FISIOLÓGICA, DE LOS ESTADOS EMOCIONALES.	Muy relevante	Permitió reconocer por que se genera, y cómo reaccionan los estados emocionales en los deportistas.
IMPORTANCIA DE LOS ESTADOS EMOCIONALES EN LOS DEPORTISTAS	Relevante	Permitió reconocer el funcionamiento, importancia y características de los estados emocionales, en la mejora del rendimiento deportivo.
CARACTERIZACIÓN DEL DEPORTE	Medianamente Relevante	Se indago sobre la caracterización psicológica, física, técnica y táctica de la disciplina del rugby.

Fig. 1 Lista de control de calidad, según la relevancia y el aporte al estudio.

5.1.2 Criterios de exclusión

(1) Poblacional; estudios realizados a personas que no realizan práctica deportiva, pero que presentan, ira y agresión colérica, en diferentes ámbitos laborales. (2) Estudios cuyo contenido

se fundamentaba en deportistas de disciplinas deportivas individuales, y que su objetivo se basa en analizar la ira y la agresión colérica. (3) Según el nivel de importancia para la presente investigación.

5.2 Estrategias de búsqueda

La respectiva búsqueda bibliográfica se llevó a cabo mediante la guía PRISMA, (Ciapponi, 2021), teniendo en cuenta las bases de datos anteriormente mencionadas, en los idiomas, inglés y español, igualmente se implementaron estrategias de búsqueda con otros medios visuales; como videos, imágenes, parámetros, (agresión colérica + Ira + Rugby), los documentos con mayor relevancia fueron aquellos los cuales su metodología estaba basada en un estudio de tipo experimental, y la cual su población correspondía a deportistas de la disciplina de rugby.

5.3 Evaluación de riesgo

Para la evaluación de riesgo se implementó el sesgo de información, y de publicación respectivamente, se evaluó la metodología de la evidencia científica cuya selección dependió del año de publicación de la misma. Para lograr un sesgo más acertado se implementó la Escala de PEDro, (Herbert, Moseley, Sherrington, & Maher, 2000), la cual tiene como propósito identificar los ensayos que tienen información verídica y significativa de dicho tema, logrando la obtención de datos estadísticos. Fig. 2

CRITERIOS	SI	NO
Efectos de la agresión colérica en el desempeño deportivo en deportes de contacto: una revisión empírica. Oliva, Félix Jesús 2009		
1. Los criterios de elección fueron especificados.	X	
2. Los sujetos fueron asignados al azar a los grupos.		X
3. La asignación fue oculta.		X
4. Los grupos fueron similares al inicio en relación a los indicadores de pronostico más importantes.	X	
5. Todos los artículos fueron sesgados.	X	
6. Todos los evaluadores que midieron al menos un resultado fueron sesgados.		X
7. Los resultados claves fueron obtenidos de más del 85% de los artículos.	X	
8. Se presentaron resultados de todos los artículos seleccionados.	X	
9. Los resultados de comparaciones estadísticas, fueron informados para al menos 1 resultado clave.	X	
10. El estudio proporciona información verídica para al menos un resultado clave.	X	

Fig. 2 Escala de PEDro. Identificación de la importancia y relevancia del artículo, efectos de la agresión colérica en el desempeño deportivo en deportes de contacto: una revisión empírica.

5.4 Selección y recolección de datos

Con el fin de permitir al lector una comprensión rápida, del procedimiento implementado en la revisión literaria, se realizó un diagrama de flujo, el cual según, (de Dios, Álvarez, & Rodrigo, 2011) “el diagrama de flujo se convierte en un elemento esencial en la revisión, en donde se valora el número de registros en cada etapa: identificación, cribado, elegibilidad e inclusión”, de esta manera patentar los distintos estudios, facilitando visualmente la información que se requirió para el presente estudio. Fig. 3. La selección de los documentos se realizó por medio de las directrices PRISMA. Los autores de la presente investigación, (D.C.G Y G.S.T) seleccionaron analizaron y jerarquizaron de manera minuciosa cada uno de los artículos con el fin de eliminar manualmente lo artículos duplicados y de poca relevancia, por medio de los criterios de exclusión anteriormente mencionados. La información de estos artículos fue extraída y reportada siguiendo el enfoque PICO del estudio (participantes, rendimiento deportivo, nivel de los estados emocionales y tipo de estudio.

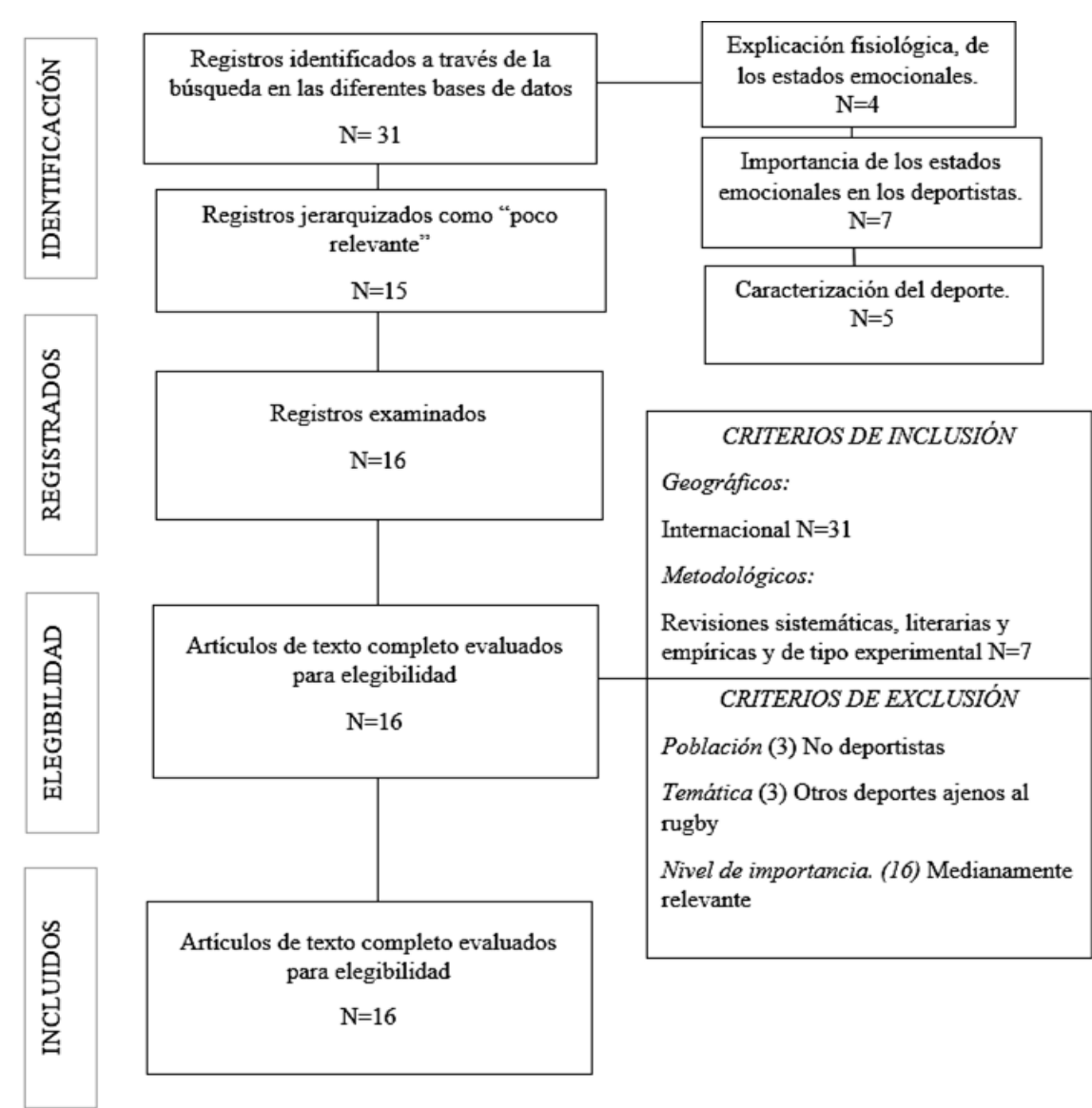


Fig. 3 Diagrama de flujo de prisma en donde se valora el número de registros en cada etapa: identificación, cribado, elegibilidad e inclusión.



5. Resultados

Durante el proceso de identificación, selección y jerarquización de los artículos recolectados en la presente investigación se implementaron parámetros PRISMA, *Fig. (3)*, donde se logró una síntesis detallada de 16 artículos que son considerados, como los más importantes o de mayor relevancia para el estudio; se agruparon en tres categorías, (1) explicación fisiológica de los estados emocionales, (2) importancia de los estados emocionales, (3) caracterización del deporte, *Fig. (1)*, permitiendo reconocer el proceso de recolección más adecuado para evitar el sesgo o la información mal interpretada por parte del lector y los investigadores (GSTO – DCGL).

De los 31 artículos encontrados, todos fueron realizados a nivel internacional, logrando observar que existe un vacío teórico – científico a nivel local, regional y nacional, que permita reconocer la importancia del manejo adecuado de los estados emocionales, por medio de los criterios de elegibilidad fueron eliminados 15, una vez realizado este proceso, se implementó una modificación a la escala de PEDro, con el fin de conocer la importancia y relevancia que tienen los artículos incluidos en la revisión, de esta manera se le dio un mejor manejo a los estudios considerados como relevantes o importantes en el proceso de inclusión. En el análisis de los estudios se resaltaron (4) cuatro, artículos que mencionaban la explicación fisiología de los estados emocionales, (7) siete, que resaltaban la importancia de los estados emocionales, y (5) cinco, que permitieron conocer las características físicas y psicológicas del deporte.

Los tipos de estudios donde se dio una mayor importancia, fueron aquellos los cuales son de tipo experimental, descriptiva, revisiones literarias, empíricas, y sistemáticas con el fin de tener información más precisa sobre los beneficios, manejo y el uso adecuado de las emociones en pro de la mejora del rendimiento deportivo.

AUTOR	ESTUDIO	MÉTODO	PAÍS	POBLACIÓN	CONCLUSIÓN	E. RIESGO DE SESGO
(Oliva & del Rocío Hernández -Pozo, 2009)	Efectos de la agresión colérica con el desempeño deportivo en deportes de contacto.	Revisión empírica	México	8 artículos	El 50% de los estudios mostraron una relación positiva entre agresión colérica y la actuación deportiva.	Moderado
(A. R. Nicholls. 2006)	Stressors, coping, and coping effectiveness among professional rugby union players.	Investigación cuantitativa De tipo exploratoria	Canadá	8 jugadores masculinos de Rugby	Los factores de estrés de mayor frecuencia fueron ocasionados por lesiones, errores mentales y errores estresantes.	Bajo
(Robazza & Bortoli, 2007)	Perceived impact of anger and anxiety on sporting performance in rugby players.	Diseño de estudio transversal	Italia	197 jugadores de rugby Italianos	Los hallazgos revelaron que los jugadores de rugby experimentan una frecuencia regulada de síntomas de ira y se interpretó como facilitadores, en lugar de debilitantes.	Bajo
(García, Muñoz, & Morales, 2021)	Ira y éxitos deportivos en deportes individuales y colectivos.	Estudio transversal con muestreo incidental	España	366 deportistas de diferentes deportes, femenino y masculino	Los atletas de deportes colectivos presentan mayores niveles de ira.	Bajo
(Macías, 2018)	Perfil psicológico de los jugadores de rugby: estudio de revisión.	Estudio de revisión	España	24 artículos	Un seguimiento Psicológico puede ayudar a los jugadores a controlar las emociones negativas y de esta manera mejorar significativamente el rendimiento deportivo.	Moderado
(Chirivella & Esquiva, 2012)	Estados emocionales y su relación con las atribuciones y las expectativas de autoeficacia en el deporte.	Tipo exploratoria Muestra incidental	España	60 deportistas Una media de edad de 21.87 Deportistas de sexo masculino y femenino Deportistas de karate do y futbol.	Las emociones experimentadas son iguales tanto en hombres como en mujeres, sin embargo, los niveles de ansiedad son altos según el deporte.	Bajo



(Fernández -Abascal et al., 2010)	Psicología de la emoción.	Libro	España	Libro Electrónico	Los procesos psicológicos cumplen un papel importante dentro de una adaptación en relación con el comportamiento de los deportistas.	Alto
(García & Muñoz, 2018)	Influencia del apoyo familiar en los niveles de ira en deportistas.	Investigación cuantitativa De tipo exploratoria	España	496 deportistas y practicantes de actividad física de nacionalidad española, masculinos y femeninos	El apoyo familiar es una de las variables más importantes para la obtención del alto nivel del rendimiento deportivo de un atleta.	Bajo
(i Barata, 2012)	Emociones en el deporte y sociología.	Estudio de revisión	España	Artículo descriptivo	El estudio de las emociones puede aportar a el conocimiento y consecuencia de los logros que se hayan fijado, a lo que se le denomina “Estrategia de trabajo emocional”.	Moderado
(Martín, 2013)	La violencia en el deporte.	Libro electrónico	España	Libro electrónico	Una de la problemáticas más grandes en la sociedad es la violencia en el deporte, y la raíz del problema son los estados emocionales de los deportistas	Moderado
(Muñoz & de Los Fayos, 2008)	Evolución teórica de un modelo explicativo de la agresión en el deporte	Diseño de estudio transversal	España	13 artículos	Un entorno negativo puede hacer que la estabilidad personal del deportista se deteriore y de esta manera hacer que realice acciones negativas dentro y fuera del campo de juego.	Alto
(A. Nicholls, Jones, Polman, & Borkoles, 2009)	Sport-related stressors, coping, and emotion among professional rugby union players during training and matches	Investigación cuantitativa De tipo experimental	Reino Unido	5 jugadores profesionales de rugby con un mínimo 5 años de experiencia, 2 de ellos con nivel deportivo internacional	La ira es el estado emocional más evidenciado en los encuentros deportivos (partido). Esta emoción negativa puede afectar significativamente el nivel del rendimiento físico del deportista.	Bajo

(Nieto et al., 2008)	Aproximaciones a la emoción de ira: de la conceptualización a la intervención psicológica	Estudio de revisión	España	19 artículos	La ira es una respuesta emocional que se caracteriza por poseer una activación significativamente alta en el sistema simpático que se relaciona con las conductas del individuo, el mismo puede tener un control sobre ellas y evitar acciones negativas	Moderado
(Oliva Mendoza & Calleja Bello, 2010)	Medición de la ira en el deporte de combate: Validación del STAXI-2 en deportistas mexicanos.	Tipo experimental Muestra de tipo intencional no probabilística	México	303 deportistas 12-15 años, masculino y femenino, pertenecientes a la selección nacional mexicana, de diferentes deportes de combate	Los deportistas reaccionan ante situaciones de frustración, sin embargo los deportistas mostraron un control interno de la ira.	Bajo
(Ramos Flores, 2015)	Nivel de irritabilidad, cólera y agresión en adolescentes de la IE Wilma Sotillo de Bacigalupo de Tacna.	Estudio descriptivo, transversal, prospectivo, no experimental	Peru	198 estudiantes de sexo femenino y masculino.	Con una mayor intervención familiar son menores las indicaciones de cólera y a la vez un mejor control de los estados emocionales.	Bajo
(Sofia & Cruz, 2017)	Unveiling anger and aggression in sports: The effects of type of sport, competitive category and success level.	Experimental descriptivo	España	231 atletas de sexo femenino, 15- 39 años de deportes de conjunto e individuales	Los atletas que practican deportes con mayor contacto físico tienden a tener comportamientos más agresivos en comparación con los deportes con menor contacto físico.	Bajo

Fig. 4. Descripción de artículos Analizados en la investigación

Los autores y artículos destacados en esta investigación reconocen la importancia y resaltan que el manejo de los estados emocionales en el deporte, permiten que los deportistas aumenten los niveles hormonales, lo que con lleva a que los deportistas realicen acciones más rápidas, y ejecución de movimientos más complejas, por lo tanto, el logro deportivo se alcanza con mayor facilidad. El rendimiento deportivo está relacionado con diversos factores, tanto psicológicos, fisiológicos y emocionales que evitan que el deportista disminuya el nivel del mismo, por lo tanto, si se tienen presentes dichos factores, el deporte local, regional y nacional, obtendrá un mayor reconocimiento.

Los estados emocionales son una herramienta fundamental para mejorar el rendimiento deportivo, además el uso adecuado de los mismos son la base principal para disminuir las cifras de agresiones físicas y verbales presentadas en el deporte; dando respuesta a una sociedad más estable y la obtención de mejores resultados en el deporte y en la comunidad.

6.1 Evaluación de Riesgo de sesgo

	Selección de pacientes u artículos	Prueba diagnóstica	Referencia estándar	Metodología
(i Barata, 2012)	?	?	?	?
(Martin, 2013)	+	-	-	+
(Muñoz & de Los Fayos, 2008)	+	?	?	-
(A. Nicholls, Jones, Polman, & Borkoles. 2009)	+	+	+	+
(Nieto et al., 2008)	+	-	-	+
(Oliva Mendoza & Calleja Bello, 2010)	+	+	+	+
(Ramos Flores, 2015)	+	+	+	+
(Sofía & Cruz, 2017)	+	+	+	+

+

BAJO

?

POCO CLARO

-

ALTO

Fig. 5 Evaluación de riesgo de sesgo de los artículos implementados en la investigación

	Selección de pacientes u artículos	Prueba diagnóstica	Referencia estándar	Metodología
(Oliva & del Rocío Hernández-Pozo, 2009)	+	?	-	+
(A. R. Nicholls et al., 2006)	+	+	+	+
(Robazza & Bortoli, 2007)	+	+	+	+
(García, Muñoz, & Morales, 2021)	+	+	+	+
(Macías, 2018)	+	-	+	-
(Chirivella & Esquivia, 2012)	+	+	+	+
(Fernández-Abascal et al., 2010)	-	-	-	-
(García & Muñoz, 2018)	+	+	+	+

+

BAJO

?

POCO CLARO

-

ALTO

Fig. 5 Evaluación de riesgo de sesgo de los artículos implementados en la investigación

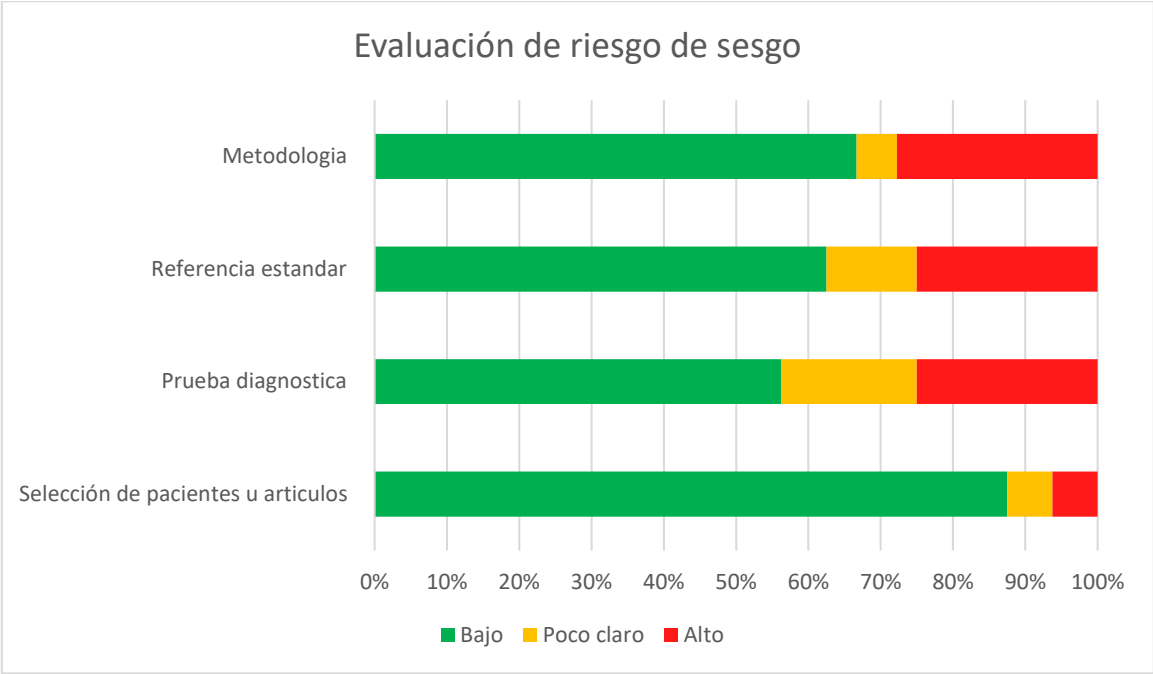


Fig. 5 Evaluación de riesgo de sesgo de los artículos implementados en la investigación

6.2 Evaluación de la certeza.

Se implementó la metodología Grade, (Sanabria et al., 2015), donde se siguieron seis pasos, (1) reconocer cual es el tipo de estudio implementado en los artículos, (2) formular la pregunta o hipótesis que buscaba responder la implementación de dichos artículos, (Si se lleva un manejo adecuado de la ira y la agresión colérica, se presentara una mejora en el rendimiento deportivo de los jugadores de rugby, (3) realizar un selección de los desenlaces de la investigación, Fig. 6. (4) realizar una búsqueda de la evidencia presentada por cada uno de los artículos, (5) una vez presentada la evidencia se realizó el resumen de cada uno de los artículos, Fig. 4. (6) Por ultimo se realizo una evaluación de la calidad de la evidencia.



Fig. 6 Selección de desenlaces de la investigación



AUTOR	NIVEL DE EVIDENCIA	JUSTIFICACIÓN
(Oliva & del Rocío Hernández-Pozo, 2009)	MODERADO	Implementan una selección de artículos, pero no realizan pruebas diagnósticas, por lo tanto, no se maneja una referencia estándar.
(A. R. Nicholls et al., 2006)	ALTO	Cumple con cada uno de los parámetros de la evaluación de riesgo de sesgo.
(Robazza & Bortoli, 2007)	ALTO	Implementan una selección de población a los cuales se les realiza las respectivas pruebas diagnósticas.
(García et al., 2021)	ALTO	Cumple todos los parámetros de riesgo de sesgos.
(Macías, 2018)	MODERADO	Cumple con la selección de artículos pero no cumple con las pruebas de diagnostico
(Chirivella & Esquivá, 2012)	ALTO	La cifra de participantes y pruebas es alta
(Fernández-Abascal et al., 2010)	MUY BAJO	Libro para conceptualización e información importante.
(García & Muñoz, 2018)	ALTO	Su metodología está basada es estudios experimentales
(i Barata, 2012)	BAJO	No se da a conocer, si cumple con los parámetros requeridos en la evaluación de riesgo de sesgo.
(Martín, 2013)	MODERADO	No se implementa prueba diagnóstica.
(Muñoz & de Los Fayos, 2008)	BAJO	No se tiene conocimiento respecto a la prueba diagnóstica, ni a la referencia estándar
(A. Nicholls et al., 2009)	ALTO	Cumple con cada uno de los parámetros de la evaluación de riesgo de sesgo
(Nieto et al., 2008)	MODERADO	No se implementa prueba diagnóstica.
(Oliva Mendoza & Calleja Bello, 2010)	ALTO	Cumple con cada uno de los parámetros de la evaluación de riesgo de sesgo.
(Ramos Flores, 2015)	ALTO	Cumple con cada uno de los parámetros de la evaluación de riesgo de sesgo.
(Sofia & Cruz, 2017)	ALTO	Cumple con cada uno de los parámetros de la evaluación de riesgo de sesgo.

Fig. 7. Evaluación de la calidad de la evidencia.

Una vez desarrollado este proceso se realizó las recomendaciones, teniendo en cuenta el nivel de evidencia de los artículos, procediendo a un análisis exhaustivo de los datos arrojados por la metodología de Grade, la cual basa las recomendaciones en dos tipos, fuertes y débiles; como se puede observar en la Fig,8.

NIVEL DE EVIDENCIA	RECOMENDACIONES FUERTES	RECOMENDACIONES DEBILES
ALTO	Se debe tener un control y seguimiento de los estados emocionales en cada una de las disciplinas deportiva.	Es necesario la colaboración del entorno familiar.
MODERADO	Se deben implementar los beneficios de los estados emocionales en los entrenamientos y encuentros deportivos.	Como factor principal se tiene que tener en cuenta las situaciones problema que afecten el rendimiento del deportista, tanto internas como externas.
BAJO	El manejo adecuado de la ira y la agresión colérica no solo tiene un aporte significativo en el deportista, sino también a la sociedad en general.	Se debe disminuir las agresiones físicas o verbales, dentro de todo el núcleo deportivo.

Fig. 8. Recomendaciones fuertes y débiles para la implementación de los estados emocionales en el deporte.

6. Discusión

El presente proyecto tuvo como objetivo realizar una revisión sistemática que permitiera reconocer la relación entre la agresión colérica y la ira con el rendimiento deportivo.

El proceso realizado durante la revisión sistemática mostro, que los estados emocionales como la ira y la agresión colérica llevados de la mano con un control, seguimiento y uso adecuado puede tener beneficios morfo fisiológicos y físicos en pro del rendimiento deportivo. En los estudios exploratorios analizados en la investigación se reconoció que la implementación de la ira y la agresión colérica en los jugadores de rugby permite el aumento de la adrenalina, hormona que tiene un efecto estimulante para disminuir la fatiga en actividades como entrenamientos y encuentros deportivos además se obtiene un aumento en la actividad muscular, un incremento de la tasa cardiaca y se generan contracciones musculares mas rápidas, por lo tanto el deportista realiza acciones y movimientos con mayor rapidez, y mejora la ejecución del gesto técnico. Este efecto positivo de dichos estados emocionales se observó en el 50% de los estudios analizados, y el otro 50% de los estudios, eran revisiones sistemáticas, empíricas, literarias y libros electronicos, los cuales permitían reconocer el proceso fisiológico, de la ira y la agresión colérica, así mismo se resaltó la importancia de la implementación del manejo adecuado de los estados emocionales en el ámbito deportivo, específicamente en aquellos deportes que generan contacto físico entre sus participantes.



Por lo tanto, los investigadores, (DCGL – GSTO) de este estudio consideran importante que la implementación de los estados emocionales es fundamental para alcanzar un mayor rendimiento deportivo y disminuir las conductas violentas de los deportistas, de esta manera se formaran deportistas íntegros y altamente competitivos.

Cinco de los dieciséis artículos indican que un seguimiento psicológico puede ayudar a los jugadores a controlar las emociones negativas y de esta manera mejorar significativamente el rendimiento deportivo, sin embargo, dicho seguimiento debe estar acompañado de otros factores, como el compromiso, el desafío y el control, los cuales contribuyen a que el deportista logre un manejo adecuado de la ira y la agresión colérica dentro y fuera del campo de juego. Otros tres artículos reconocen que los factores de estrés de mayor frecuencia fueron ocasionados por lesiones, errores mentales y errores estresantes y que los atletas pertenecientes a deportes colectivos como el rugby, tienden a presentar niveles altos de ira y agresión física o verbal, también se debe tener en cuenta que un entorno negativo, puede hacer que la estabilidad personal del deportista se deteriore y de esta manera realice acciones negativas dentro y fuera del campo de juego.

Los otros Ocho artículos que equivalen al 50% de estudios analizados en la revisión sistemática enfocan su atención en reconocer los estados emocionales, como estimulantes que permiten mejorar la eficacia de los jugadores de rugby en el ámbito deportivo.

Los dieciséis artículos analizados fueron realizados a nivel internacional, por lo tanto, no existe un aporte teórico que permita reconocer si los deportistas locales, regionales y nacionales presentan los mismos niveles de ira y agresión, o por el contrario se identifica una disminución o un aumento de los mismos. La mayoría de los artículos presentan un tiempo de intervención de menos de ocho semanas lo que quiere decir que no todos se encuentran en el tiempo de intervención requerido para lograr una mejor en el deportista, esto se debe a que para este tipo de intervenciones psicológicas se deben tener varios factores externos al deporte los cuales pueden ocasionar alteraciones en los datos, proporcionados por las evaluaciones realizadas por las investigaciones anteriormente mencionadas.

(Oliva & del Rocío Hernández-Pozo, 2009), en su estudio denominado efectos de la agresión colérica en el desempeño deportivo en deportes de contacto, toman como base ocho artículos, los cuales concluyen que son escasos los modelos que permiten reconocer la relación entre la agresión colérica y la ejecución de acciones y/o movimientos.

Sin embargo la mitad de los artículos, sugieren que la agresión colérica favorece la actuación en deportes de contacto; por otro lado (Chirivella & Esquiva, 2012), realizo un estudio exploratorio por medio de un muestreo incidental de 60 deportistas, en el cual destaca en los resultados obtenidos, que la ira y la agresión colérica presentan una relación importante con el



entrenamiento deportivo, en ese caso tanto (Chirivella & Esquivia, 2012), como (Oliva & del Rocío Hernández-Pozo, 2009), concluyen que son fundamentales en el desempeño deportivo, no obstante, ninguno de los estudios centran su atención en el rugby. Ahora bien (A. Nicholls., 2009) implemento 95 días de juego con deportistas de rugby, donde se logró evidenciar que el estado emocional que más se reflejó en los deportistas, fue la IRA, por tratarse de un deporte colectivo que contiene un constante contacto físico, el cual provoca factores psicológicos que desencadenan la aparición de los estados emocionales; dichos estados emocionales deben tener un uso adecuado y control, para evitar que estos estados desenlacen conductas violentas.

La limitación de la revisión sistemática realizada, fue la complejidad de su proceso y el hecho de que algunos parámetros PRISMA, no fueron incluidos en la investigación por el hecho de no tratarse de una revisión médica o científica. Durante la revisión y análisis de la literatura implementada en la investigación se logra identificar que este estudio, es la primera revisión sistemática que se enfoca en reconocer la relación entre la ira y la agresión colérica con el rendimiento deportivo, en cuanto a nivel local, regional y nacional.

Esta revisión sistemática abre el camino a futuros estudios realizados en el país, además de ser un paso importante para la integración de programas psicológicos, que permitan que los deportistas empleen los estados emocionales para mejorar el rendimiento deportivo. Las investigaciones futuras deben estar enfocadas a la creación de instrumentos de medición y protocolo de reconocimiento de la presencia de estados emocionales en deportistas.

El presente estudio puede tener limitaciones en la viabilidad de dos de sus artículos por el hecho de tratarse de libros escritos por un solo autor, y en los cuales no se tiene en cuenta la opinión de otros autores, sin embargo, los artículos restantes presentan un riesgo de sesgo mínimo permitiendo reconocer que la información presentada es netamente verídica y comprobada.

7. Conflictos de intereses

Los autores de la investigación anteriormente presentada declaran no tener conflictos de interés en cuanto a los resultados obtenidos.

8. Agradecimientos y financiación

El estudio se desarrolló durante el proceso académico de investigación de la facultad de Cultura física, deporte y recreación de la universidad SANTO TOMAS SECCIONAL TUNJA, motivo por el cual no necesitó de financiamiento para lograr la realización de dicho proyecto.

Se le dirige un grato agradecimiento al docente del área investigativa de la facultad de cultura física, deporte y recreación, Luis Andrés Téllez Tinjacá, al igual que al señor decano de la facultad por el seguimiento y apoyo presentado a los integrantes del proyecto investigativo.



9. Conclusiones

La revisión sistemática realizada sobre la ira y la agresión colérica en el rugby deja un aporte significativo para los profesionales en el deporte y genera nuevos espacios para la realización de investigaciones e intervenciones en dicha práctica deportiva.

Los treinta y uno artículos analizados y de los cuales se realizó la selección únicamente de diez y seis, considerados como relevantes para la investigación y que presentaban un riesgo de sesgo mínimo, aportaron fundamentos teóricos que permiten reconocer que los estados emocionales en especial la ira y la agresión colérica son una herramienta fundamental para la mejora del rendimiento deportivo, y que los deportistas están frecuentemente expuestos a conductas violentas por la constante presión en la que se encuentra durante los entrenamientos y encuentros deportivos, sin embargo un manejo adecuado de la ira y la agresión colérica permite disminuir las conductas violentas y de esta manera enfocar la energía generada por las hormonas que los estados emocionales ocasionan, logrando la ejecución de movimientos con mayor eficacia y un mejor gesto técnico.

El manejo adecuado de la ira y la agresión colérica debe tener un acompañamiento psicológico y deportivo para lograr cada uno de los beneficios de dichos estados emocionales, por ende cumplir con los objetivos del deportista y de la práctica deportiva, el acompañamiento familiar y el riguroso seguimiento de las situaciones que se presentan durante la práctica, deben ser tenidas en cuenta para reconocer cuales deportistas presentan momentos de ira y agresión colérica, de esta manera se evitara que el deportista tenga conductas de violencia físicas o verbales. Se puede concluir que existe poca información teórica que respalde la importancia de la ira y la agresión colérica, sin embargo, esta investigación genera la oportunidad de realizar diversos estudios experimentales con el fin de implementar los estados emocionales como ayuda para el rendimiento deportivo.

La investigación cumplió con el objetivo general planteado, el cual era determinar la relación entre la agresión colérica y la ira, con el rendimiento deportivo.

REFERENCIAS

- Barnes, K., & Swain, A. (2002). Using stress for a competitive advantage. *Rugby tough*, 113-133.
- Barrantes, R. (2014). Investigación, Un camino al conocimiento, Un Enfoque Cualitativo, Cuantitativo y Mixto. *San José, Costa Rica: EUNED*.



Cagigal, J. M., & Carballo, J. R. (1990). *Deporte y agresión*: Alianza.

Chirivella, E. C., & Esquivá, I. C. (2012). Los estados emocionales y su relación con las atribuciones y las expectativas de autoeficacia en el deporte. *Revista de psicología del deporte*, 21(1), 171-176.

Ciapponi, A. (2021). La declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para reportar revisiones sistemáticas. *Evidencia, actualización en la práctica ambulatoria*, 24(3), e002139-e002139.

de Dios, F. J. G., Álvarez, J. C. B., & Rodrigo, M. A. (2011). Listas guía de comprobación de revisiones sistemáticas y metaanálisis: declaración PRISMA. *Evidencias en pediatría*, 7(4), 20.

Fernández-Abascal, E. G., Rodríguez, B. G., Sánchez, M. P. J., Díaz, M. D. M., & Sánchez, F. J. D. (2010). *Psicología de la emoción*: Editorial Universitaria Ramón Areces.

Fernández-Berrocal, P. (2009). Darwin y el misterio de las emociones.

García, H. G., & Muñoz, A. P. (2018). Influencia del apoyo familiar en los niveles de ira en deportistas. *EJIHPE: European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 8(3), 169-183.

García, H. G., Muñoz, A. P., & Morales, A. T. (2021). Ira y éxitos deportivos en deportes individuales y colectivos. *e-balonmano. com: Revista de Ciencias del Deporte*, 17(1), 85-92.

Herbert, R., Moseley, A., Sherrington, C., & Maher, C. (2000). Escala PEDro-Español. *Physiotherapy*, 86(1), 55.

i Barata, N. P. (2012). Emociones en el deporte y sociología. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 8(28), 106-108.

Llorens Soriano, P., Miró i Andreu, Ò., Martín Sánchez, F. J., Herrero, P., Jacob, J., Gil Espinosa, V., . . . Valero, A. (2011). Manejo de la insuficiencia cardiaca aguda en los servicios de urgencias, emergencias y unidades adscritas. Documento de consenso del Grupo de Insuficiencia Cardiaca Aguda de la Sociedad Española de Medicina de Urgencias y Emergencias (ICA-SEMES). *Emergencias*, 2011, vol. 23, num. 2, p. 119-139.



Macías, M. Á. F. (2018). Perfil psicológico de los jugadores de rugby: estudio de revisión. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 23(239), 118-129.

Manterola, C., Astudillo, P., Arias, E., Claros, N., & MINCIR, G. (2013). Revisiones sistemáticas de la literatura. Qué se debe saber acerca de ellas. *Cirugía española*, 91(3), 149-155.

Martín, O. F. (2013). *La violencia en el deporte*: Palibrio.

Muñoz, A. P., & de Los Fayos, E. J. G. (2008). Evolución teórica de un modelo explicativo de la agresión en el deporte. *EduPsykhé: Revista de psicología y psicopedagogía*, 7(1), 3-21.

Nicholls, A., Jones, C., Polman, R., & Borkoles, E. (2009). Acute sport-related stressors, coping, and emotion among professional rugby union players during training and matches. *Scandinavian journal of medicine & science in sports*, 19(1), 113-120.

Nicholls, A. R., Holt, N. L., Polman, R. C., & Bloomfield, J. (2006). Stressors, coping, and coping effectiveness among professional rugby union players. *The sport psychologist*, 20(3), 314-329.

Nieto, M. Á. P., Delgado, M. M. R., & León, L. (2008). Aproximaciones a la emoción de ira: de la conceptualización a la intervención psicológica. *Reme*, 11(28), 5.

Oliva, F. J., & del Rocío Hernández-Pozo, M. (2009). Efectos de la agresión colérica en el desempeño deportivo en deportes de contacto: una revisión empírica. *Journal of Behavior, Health & Social Issues*, 1(1), 162-180.

Oliva Mendoza, F. J., & Calleja Bello, N. (2010). Medición de la ira en el deporte de combate: Validación del STAXI-2 en deportistas mexicanos. *Liberabit*, 16(1), 51-59.

Ponce Carbajal, N. (2017). *Contexto social, personalidad resistente y dureza mental en deportistas centroamericanos y del caribe*. Universidad Autónoma de Nuevo León,

Ramos Flores, D. M. (2015). Nivel de irritabilidad, cólera y agresión en adolescentes de la IE Wilma Sotillo de Bacigalupo de Tacna, 2014.

Robazza, C., & Bortoli, L. (2007). Perceived impact of anger and anxiety on sporting performance in rugby players. *Psychology of sport and exercise*, 8(6), 875-896.



UNIVERSIDAD
SANTO TOMÁS
TUNJA
VIGILADA MINEDUCACIÓN - SINIES 1732

Sanabria, A. J., Rigau, D., Rotaeché, R., Selva, A., Marzo-Castillejo, M., & Alonso-Coello, P. (2015). Sistema GRADE: metodología para la realización de recomendaciones para la práctica clínica. *Atención Primaria*, 47(1), 48-55.

Sofia, R., & Cruz, J. F. A. (2017). Unveiling anger and aggression in sports: The effects of type of sport, competitive category and success level. *Revista de psicología del deporte*, 26(2), 21-28.

USTATUNJA.EDU.CO

NIT: 860.012.357-6 - **PBX: (60 8) 744 0404 - Tunja, Boyacá - Colombia**

Campus Centro Histórico - Cll. 19 N° 11 - 64

Campus Avenida Universitaria
Edificio Fray Giordano Bruno O.P.: Av. Universitaria - Cll. 48 No. 1-235 este
Edificio Santo Domingo de Guzmán - Av. Universitaria No. 45 - 202

Santoto Store - Centro Comercial Unicentro Tunja, Local 1-106

más ALLÁ
de tus límites
22-25



SC4289-1