

Análisis de la resiliencia, ansiedad y lesión deportiva en fútbol según el nivel competitivo

Analysis of resilience, anxiety and sports injuries in soccer by competition level

Félix Zurita-Ortega¹, Sonia Rodríguez-Fernández², Marta Olmo-Extremera³,
Manuel Castro-Sánchez¹, Ramón Chacón-Cuberos¹, Mar Cepero-González¹

1. Departamento de Expresión Corporal. Universidad de Granada (España).

2. Departamento de Métodos de Investigación y Diagnóstico en Educación. Universidad de Granada. España.

3. Grupo de investigación HUM-727.

CORRESPONDENCIA:

Manuel Castro-Sánchez

manue87@correo.ugr.es

Recepción: marzo 2016 • Aceptación: enero 2017

Resumen

El objetivo de este estudio fue determinar y analizar las relaciones existentes entre la resiliencia, los niveles de ansiedad (estado y rasgo) y las lesiones deportivas en base al nivel competitivo. Para ello se analizaron a 185 futbolistas de diversos clubes y categorías, mediante los cuestionarios CD-RISC y STAI-RASGO, así como una hoja de autoregistro de lesiones. Se realizó un análisis mediante ecuaciones estructurales y los resultados demostraron que a mayor nivel de profesionalidad mayor capacidad de resiliencia, concluyéndose que el nivel competitivo afecta de una manera directa a la capacidad de afrontar las lesiones independientemente de los niveles de ansiedad que tengan los futbolistas.

Palabras clave: Resiliencia, ansiedad, lesión deportiva, deporte, fútbol, profesional.

Abstract

The objective of this study was to establish and analyze the relationship between resilience, anxiety states and sports injuries, taking in account the level of competition. 185 soccer players of various clubs and categories participated, using diversity questionnaires such as: CD-RISC and STAI-RASGO, as well as an injuries register. Analysis with structural equations was carried out. Results showed that competitive level directly affects the capacity of confronting future injuries independently of the anxiety states players have.

Key words: Resilience, anxiety, sport injuries, sport, professional.

El deporte de rendimiento es objeto de análisis por parte de numerosos científicos, entre los constructos que se estudian, los derivados de la psicología del deporte son en los últimos años los más estudiados, algunos provienen de otros campos ajenos al deporte, como son los de la psicología de la salud o de la educación (Ortega, Zurita, Cepero, Torres, Ortega & Torres, 2013). En este emplazamiento la ocurrencia de lesiones deportivas se encuentran asociadas al deporte competitivo, y en ocasiones vienen generadas por factores estresantes, cronológicos o de fatiga (Díaz, Buceta, & Bueno, 2004; Rosenthal, Michael, Rainey, Tognoni, & Worms, 2012; Yuill, Pajackowsky, Jason, & Howitt, 2012), planteando Yabroudi y Irrgang (2012), que en la medida de lo posible se deben evitar las múltiples consecuencias adversas que estas pueden ocasionar.

Desde la perspectiva de la ansiedad y las lesiones, los trabajos de Abenza, Olmedilla y Ortega (2010) y Zurita, Fernández, Cachón, Linares y Pérez (2014), establecen la relación entre padecer lesiones en periodos de ansiedad y competir, planteando la prevención y la autoconfianza como elementos a considerar, si bien cuando estas medidas no son suficientes y se ocasiona la lesión es necesario utilizar procedimientos físicos y psicológicos adecuados que ayuden al deportista a recuperarse lo antes posible (Grubor & Grubor, 2012; Reuter & Mehnert, 2012). Algunos estudios citan la incidencia y prevalencia de lesiones deportivas en el contexto competitivo unidos a elementos de tipo psicológico (Díaz et al., 2004; García-Mas, Rubio, Fuster, Núñez, & Pujals, 2014; Olmedilla, Andreu, Ortín, & Blas, 2010; Olmedilla, García-Montalvo, & Martínez, 2006; Olmedilla, Laguna, & Blas, 2011; Rubio, Aguado, Hernández, Marcos, & Pujals, 2014; Zurita et al., 2014; Durán, Lavega, Salas, Tamarit & Invernó, 2015; García-Naveira, Locatelli & Ruíz, 2015). En el deporte de alta competición los estudios de Gucciardi, Jackson, Coulter y Mallett (2011); Fletcher y Sarkar (2012); Morgan, Fletcher, y Sarkar (2013); Sarkar y Fletcher (2014); White y Bennie (2015); Galli y González (2015); González, Moore, Newton y Galli (2016) analizaron a diversos deportistas de atletismo, balonmano, fútbol, gimnasia o hockey y su relación con la resiliencia.

Desde la perspectiva rehabilitadora o preventiva se debe de tener en cuenta el término resiliencia como efecto beneficioso para el afrontamiento de adversidades. Aunque existen diversas y variadas opiniones en cuanto a las teorías de su origen, se coincide en señalarla como una característica psicológica que promueve una adaptación positiva ante procesos o periodos adversos (Wagnild, 2003; Xiao-Nan et al., 2011).

Connor, Davidson y Lee (2003) indican que es un canal adecuado para generar una mejora en la rehabilitación y niveles de ansiedad de las personas. En España son escasos los estudios que hablan de resiliencia, aunque se debe destacar los trabajos de De la Vega, Rivera y Ruiz (2011), en relación con el atletismo, o el de Ruiz, De la Vega, Poveda, Rosado y Serpa (2012) en el contexto del fútbol, el más reciente de Reche, Tutte y Ortín (2014) sobre judo o los de Morgan et al. (2013) y García-Secades et al. (2016) en equipos de primer nivel. Partiendo de la propia naturaleza que tiene el concepto, que es muy complejo y dependiente de diversos factores de tipo individual, familiar o sociocultural (Monroy & Palacios, 2011), se entiende que los niveles de ansiedad y la ocurrencia de lesiones deportivas puede estar influenciado por la resiliencia (capacidad de afrontamiento) y por el nivel competitivo de los deportistas analizados como planteaban Díaz et al. (2004) u Olmedilla et al. (2006).

En relación a este último aspecto, y como se ha expuesto anteriormente, ante la carencia de investigaciones que relacionen la resiliencia con la recuperación de las lesiones deportivas y ansiedad en función del nivel competitivo, se ha planteado el siguiente estudio con el objetivo general de determinar y analizar las relaciones existentes entre la resiliencia, los niveles de ansiedad y las lesiones deportivas en base al nivel competitivo; desglosándose en dos objetivos específicos: a) especificar y contrastar un modelo explicativo de la resiliencia en futbolistas y que integre al resto de variables y b) a partir de este modelo explicativo analizar el efecto de la resiliencia sobre la ansiedad y las lesiones deportivas en diversos niveles competitivos.

Método

Participantes

Participaron en esta investigación de carácter descriptivo y exploratorio un total de 185 jugadores de fútbol (90.3% masculinos y 9.7% femeninos), de entre 15 y 34 años ($M = 21.15$ años; $DT = 4.851$), pertenecientes a 10 clubes de fútbol que abarcaban desde la Primera División hasta la Tercera División; de ellos el 30.8% ($n = 57$) eran profesionales; el 10.3% ($n = 19$) eran semiprofesionales y los restantes 109 (58.9%) jugadores eran amateur.

Instrumentos

La presente investigación tomó como referencia las siguientes variables e instrumentos de medida:

a) Nivel Competitivo, determinado por tres niveles: Profesional, Semiprofesional y Amateur; para dictaminar cada uno de ellos se consideró *Profesional*, a todo jugador que disputaba la liga en 1ª y 2ª División; *Semiprofesional*, a aquellos jugadores de 2ª División B y División de Honor Juvenil en el fútbol, pues no dedican el mismo tiempo al entrenamiento y el reporte económico no es el mismo que el de un profesional, por lo que la modalidad deportiva no le da exclusividad en la realización de esta especialidad, estableciéndose para el resto la denominación de *Amateur*.

b) Tipología de Lesión, establecida según la gravedad de la misma en: *Leve* (no incapacidad para jugar), *Moderada* (incapacidad no superior a cuatro semanas), *Severa*, (más de un mes), *Varias Lesiones* y *No Lesión*, determinado por lo plasmado por Fernández-García et al. (2014) y Zurita et al. (2014) y extraído del Colorado Injury Reporting System de Hanson, Mc Cullagh, y Tonymon (1992), que determinaba la gravedad de la lesión a partir del tiempo de recuperación, y registrada en los deportistas mediante una hoja de autoregistro, donde se les solicitaban si tenían lesión o habían tenido alguna de ella en la última temporada y, en caso de padecerla, el tiempo que llevaban con ella o la duración de la inactividad.

c) Ansiedad Estado/Rasgo, para medir esta variable se utilizó el Cuestionario STAI Rasgo/Estado (Spielberger, Gorsuch, & Lushene, 1970). Compuesto por 40 ítems, evalúa el grado de ansiedad en un momento puntual (estado) así como la ansiedad mantenida en un período largo de tiempo (rasgo). Empleado en el ámbito deportivo (Johnson & Ivarsson, 2011) y que presenta un coeficiente de fiabilidad alpha de Cronbach ($\alpha = .930$) para los ítems que miden ansiedad/estado y $\alpha = .900$ para los ítems ansiedad/rasgo (Spielberger, Gorsuch, Lushene, Vagg, & Jacobs, 1983). En este trabajo presenta respectivamente un alpha $\alpha = .710$ y $\alpha = .723$.

d) Resiliencia, para analizar esta variable se empleó el cuestionario de CD-RISC (Connor-Davidson Resilience Scale) propuesto por Connor y Davidson (2003), y adaptado al castellano por Manzano-García y Ayala (2013) en una muestra de emprendedores formado por 25 ítems, donde se determina la capacidad de resiliencia del deportista, y se valora mediante una escala Likert de cuatro opciones de respuesta, donde el 1 corresponde con "Nada de acuerdo" y el 4 a "Totalmente de acuerdo". Utilizado en el contexto deportivo por Gucciardi et al. (2011) en su estudio en Australia, Ruiz et al. (2012) en España y recientemente por González et al. (2016). En nuestro trabajo presentó un alpha de Cronbach de $\alpha = .816$.

Para la recogida de los datos se utilizó un autorregistro de lesiones deportivas, así como los cuestionarios

anteriormente descritos, de forma específica en este estudio para registrar determinadas variables de tipo sociodemográfico, así como la severidad de las lesiones ocurridas durante la temporada 2013/14.

Procedimiento

Se solicitó la colaboración de los equipos seleccionados a partir de un muestreo de conveniencia dentro de las categorías objeto de estudio y se les envió una carta a cada uno de los clubes exponiéndoles de forma breve el objetivo del estudio y solicitando la colaboración de sus equipos; la administración de los cuestionarios se realizó durante el mes de mayo siguiendo los pasos del protocolo de aplicación, indicándoles el total anonimato de los respuestas. Los investigadores estuvieron presentes durante la recogida de los datos para que los jugadores pudieran esclarecer las posibles indecisiones o dudas. La recogida de los datos se desarrolló sin ningún tipo de problema. Se debe señalar que se eliminaron un total de 17 cuestionarios, por negativa de los deportistas o por cambio de equipo durante ese periodo.

Análisis de los Datos

Para analizar las relaciones existentes entre las variables de analizadas se realizó un modelo de relaciones estructurales de los efectos entre los diferentes constructos implicados en el estudio utilizando el programa AMOS 21.

Resultados

Según los objetivos planteados anteriormente se contemplan los supuestos teóricos que sustentan este trabajo, especificando el siguiente modelo hipotético (Figura 1), el cual está compuesto por diez variables observables o indicadores y dos variables latentes o constructos que se presupone que miden los indicadores (Bollen, 1989).

En este modelo se formulan explicaciones causales sobre las variables latentes a partir de las relaciones observadas entre los indicadores, teniendo en cuenta la fiabilidad de las medidas, ya que incluye los errores de medida en el modelo, lo que permite controlarlos directamente positivo (Connors et al., 2003), igualmente interfiere sobre la lesión (variable observable) y la ansiedad que actúa sobre la lesión pero a través de la resiliencia como plantean entre otros Olmedilla et al. (2010) o Zurita et al. (2014), y como se formula en el modelo teórico.

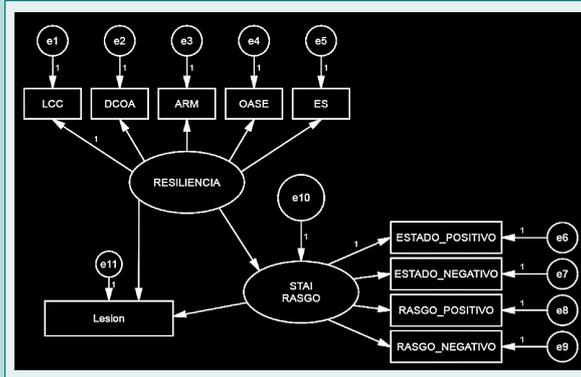


Figura 1. Modelo teórico: Resiliencia, ansiedad y lesión deportiva.

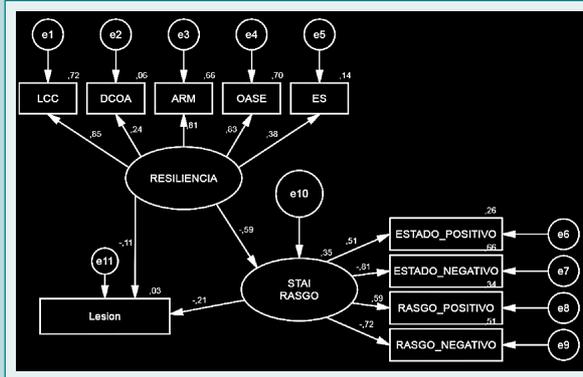


Figura 2. Modelo de ecuaciones estructurales multigrupo: Profesionales.

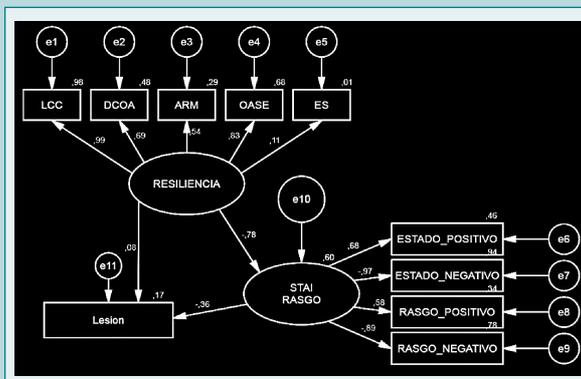


Figura 3. Modelo de ecuaciones estructurales multigrupo: Semiprofesionales.

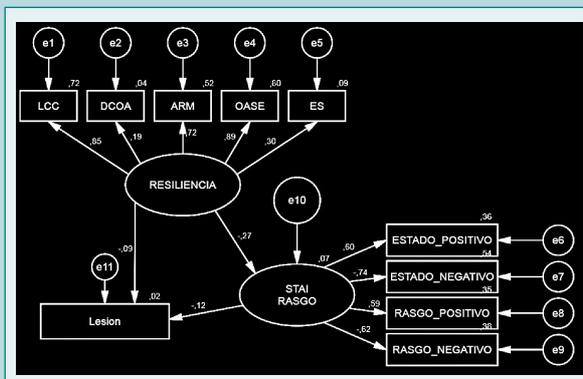


Figura 4. Modelo de ecuaciones estructurales multigrupo: Amateur.

LCC = Locus de control y compromiso. DCOA = Desafío de conducta orientada a la acción. ARM = Autoeficacia y resistencia al malestar. OASE = Optimismo y adaptación a situaciones estresantes. ES = Espiritualidad.

Se ha definido como variable latente exógena aquella que afecta a otra variable latente y que por el contrario no es afectada por alguna otra. En este sentido, la *resiliencia* actúa como variables latente exógena, puesto que no es afectada por ninguna otra pero ella sí afecta a otra variable latente (ansiedad) por lo que se considera endógena.

La *resiliencia* actúa como variables latente exógena y la ansiedad estado-rasgo constituye una variable latente endógena y está inferida por cuatro indicadores, dos de ellos relacionado con el estado y formuladas positiva y negativamente, al igual que los otros dos indicadores referentes al rasgo. Por último, la variable observable *lesión* que hace referencia a diferentes tipos de lesiones según su gravedad en los deportistas. Para la estimación de los parámetros se utilizó el método de máxima verosimilitud (ML) por considerarlo coherente, no sesgado e invariante al tipo de escala y normalmente distribuido si las variables observables responden a las condiciones de normalidad.

Para comenzar el análisis se recuerda que el modelo está compuesto por diez variables observables o indicadores y dos variables latentes o constructos que se

presupone miden los indicadores, de esta manera la *resiliencia* actúa como variable latente exógena y es inferida por cinco indicadores. Los niveles de ansiedad medida a través del *Stai-Rasgo* constituye una variable latente endógena y está inferida por cuatro indicadores, y la variable observable *lesión* que hace referencia a diferentes grados de lesiones en los deportistas. Pretendemos observar los efectos unidireccionales directos o relaciones mediadas entre estos constructos a través de un análisis multigrupo del efecto moderador del nivel profesional de los jugadores de fútbol. En este sentido, se realizó dicho análisis para comprobar si las relaciones entre las variables del modelo diferían en función del nivel profesional de la muestra participante: profesional, semiprofesional y amateur.

En la Figura 2 se observan los pesos estandarizados de regresión entre las variables observables y los constructos teniendo en cuenta a los profesionales del fútbol, dentro de la variable “nivel profesional”. Podemos destacar cómo la *resiliencia* contribuye directa y negativamente a la ansiedad rasgo (-.59) siendo significativa al nivel .05. Igualmente, la *resiliencia* y la ansiedad rasgo contribuyen directa y negativa-

mente con la variable lesión, aunque con coeficientes inferiores.

Con respecto al modelo multigrupo referido a los semiprofesionales (Figura 3) podemos observar cómo el peso estandarizado de regresión entre la Resiliencia y la ansiedad rasgo es mayor que en el anterior referido a los profesionales (-.78). Al igual que la relación directa y negativa entre la ansiedad rasgo y lesiones deportivas. Por el contrario, los efectos entre la resiliencia y las lesiones deportivas son bajos.

El modelo relacionado con el nivel profesional amateur de los futbolistas se puede observar en la Figura 4. Las relaciones directas que se establecen entre la Resiliencia, la ansiedad rasgo y las Lesiones Deportivas son significativas aunque los pesos de regresión estandarizados son inferiores a los anteriores modelos referidos a los profesionales y semiprofesionales.

Por último, y para comprobar la compatibilidad entre el modelo propuesto y la información empírica recogida, evaluamos el ajuste del modelo. Así, Chi-cuadrado presenta un valor asociado de p no significativo ($\chi^2 = 75.791$; $gl = 33$; $p = .001$), aunque debemos de tener en cuenta que este estadístico, como índice, no tiene límite superior, por lo que no puede interpretarse de manera estandarizada, además del problema que plantea su sensibilidad al tamaño muestral. Por ello, se muestran otros índices de ajuste estandarizados que son menos sensibles al tamaño de la muestra (Jöreskog, 1977).

El índice de bondad de ajuste (GFI) obtiene un valor de .925, lo que indica un ajuste aceptable al modelo, al igual que el valor del índice comparativo de ajuste (CFI), que presenta un valor de .922 (Hu & Bentler, 1998) y el TLI con .900. El valor del índice de incremento de ajuste (IFI) también obtiene valores aceptables (.924) (Bollen, 1989). El índice de bondad de ajuste corregido (AGFI) obtiene valores superiores a .85, lo que también indica un ajuste aceptable. Por último, el valor de RMSEA es inferior a .1, lo que indica un ajuste aceptable (.052) a los parámetros establecidos (Browne & Cudeck, 1993). En suma, se observa un buen ajuste del modelo a los datos empíricos.

Discusión

En este estudio realizado sobre jugadores de fútbol de tres niveles competitivos (Profesional, Semiprofesional y Amateur) de Jaén y Granada (España), de carácter descriptivo y exploratorio que se ha centrado en conocer las relaciones existentes entre la resiliencia, la ansiedad estado y rasgo y lesiones deportivas, en primer lugar debemos señalar que en cuanto a la consis-

tencia interna de los ítems, tanto el Stai-Rasgo como el CD-RISC superaron los estándares establecidos; por tanto, los valores pueden considerarse de una manera satisfactoria. Estos coeficientes de fiabilidad armonizan con los obtenidos en estudios previos tanto para el Stai-Rasgo como para el CD-RISC por Zurita et al. (2014), Belem, Caruzzo, Andrade, Lopes, y Fioresse (2014), o Martin, Viljoen, Kidd, y Seedat (2014).

Por otra parte, se considera que la propuesta de la resiliencia como elemento integrador en el mundo del deporte, es congruente con los trabajos que en esta última década se están desarrollando en este contexto (Chacón, Castro, Espejo, & Zurita, 2016; De la Vega et al., 2011; Reche et al., 2014; Ruiz et al., 2012); asimismo si se añaden otras variables como ansiedad o lesión deportiva el modelo teórico de la resiliencia se completa en todos los casos como se ha apreciado en el apartado de resultados.

Han sido numerosos los trabajos que han desarrollado el afrontamiento positivo ante la adversidad en diversos ámbitos de la sociedad (Martin et al., 2014; Newsome & Sullivan, 2014), pero como se ha señalado anteriormente, ha sido muy escueto en el mundo deportivo y más concretamente en el fútbol donde como plantean Gioftsidou y Malliou, (2006) y Fernández-García et al. (2014), el riesgo de tener lesiones es mayor a otras especialidades deportivas, motivado por los compromisos con los patrocinadores, compensaciones económicas, la diferencia en el número de horas de entrenamiento o la cantidad de competiciones a largo de la temporada, aspectos que se desarrollarán en futuros estudios.

En nuestro caso los índices de afrontamiento de las lesiones es mayor en jugadores de fútbol profesional que en amateur o semiprofesionales, de tal forma que cuando aumenta la resiliencia disminuye la capacidad para lesionarse y la ansiedad; por lo que se deduce que a mayor nivel competitivo los niveles de ansiedad son menores y el riesgo de lesión disminuye, se entiende que viene ocasionado por el equipo multidisciplinar que rodea a un equipo profesional, que trabaja en la disminución de anomalías tanto en el campo físico como en el mental.

En semiprofesionales la resiliencia actúa en mayor medida sobre la ansiedad y en amateur, si bien las tres variables son significativas, presentan valores inferiores a los profesionales, por lo que se le da menor importancia a estos parámetros cuanto más bajo sea el nivel competitivo, al igual que se manifiestan Fernández-García et al. (2014), Liberal, Escudero, Cantallops, y Ponseti (2014) y Olmedilla et al. (2010).

Así, resulta especialmente relevante saber que afrontar de una manera positiva los contratiempos genera

un menor nivel de ansiedad y, por ende, un menor riesgo de padecer lesiones; sin embargo, entendemos que es necesario profundizar aún más en la temática, pues los estudios en el contexto deportivo son bastante escasos con relación a la resiliencia. Igualmente es relevante conocer que el nivel de ansiedad disminuye en importancia conforme se aumenta el nivel competitivo, esto entendemos que viene promovido por el papel del psicólogo deportivo encargado de trabajar con el jugador en diversas situaciones. (De la Vega, Ruiz, García, & Del Valle, 2011; Leo, Sánchez, Sánchez-Oliva, Amado, & García-Calvo, 2014), y que le provoca un bienestar generalizado.

Es de interés resaltar que una de las principales limitaciones de este estudio ha sido el número de futbolistas, por lo que sería interesante ampliar el número de ellos y, más concretamente, el de jugadoras para hacer más homogénea la muestra y de especialidades deportivas. Por otro lado, sería interesante realizar estudios posteriores albergando a modalidades individuales que nos permitiesen una comparación entre deportes y si entendemos el carácter multifactorial de las lesiones cobra interés por tanto el desarrollo de adecuados procedimientos de prevención deportiva que tengan en cuenta los aspectos de tipo nutricional, tácticos, fisiológicos y psicológicos (Olmedilla, Andreu, & Redondo, 2011), también sería de interés realizar una inva-

rianza por género (Chacón-Cuberos, Chacón-Borrego, Zurita-Ortega & Cachón-Zagalaz, 2016).

Se podría concluir que el nivel competitivo afecta de una manera directa a la capacidad de afrontar las lesiones independientemente de los niveles de ansiedad que tengan los futbolistas.

Las repercusiones prácticas que puede tener este concepto son bastante amplias, aportando aspectos que tienen que ver con los estudios clásicos sobre la prevención de lesiones (Olmedilla et al., 2011; Zurita et al., 2014). En el contexto del deporte de rendimiento, y al hilo de los hallazgos de este trabajo, la implementación por parte del psicólogo del concepto de resiliencia puede propiciar la disminución del riesgo de padecer lesiones. Asimismo, conocer la capacidad resiliente de los jugadores puede ofrecer al entrenador y preparador físico herramientas importantes para la adhesión a los diferentes programas y periodos de entrenamiento, aumentando en ellos la capacidad de trabajo.

Tal y como se ha expresado en el trabajo, resulta bastante factible su aplicabilidad en los procesos de tipo psicológico en aras de la prevención de lesiones o en el desarrollo de las interacciones entrenador-deportista o lo que es aún más importante el desarrollo de las cualidades potenciales del deportista desde su estado de ánimo (De la Vega, Ruiz, Borge, & Tejero, 2014).

ANEXO

COLORADO INJURY REPORTING SYSTEM DATOS RELATIVOS A LAS LESIONES DEPORTIVAS

1. Durante las tres últimas temporadas ¿Has sufrido alguna lesión?
 Sí No
2. Indica cuantas veces se ha lesionado en el último año (señalar con número)
3. Indique con número, el tipo de lesión que ha sufrido

| GRADO DE SEVERIDAD | CRITERIO |
|------------------------|---|
| (1) Lesiones leves | Tratamiento y no modificación de la actividad |
| (2) Lesiones Moderadas | Tratamiento y modificación de la actividad |
| (3) Lesiones Severas | No participación 1 y 4 semanas |

BIBLIOGRAFÍA

- Abenza, L. A., Olmedilla, A., & Ortega, E. (2010). Efectos de las lesiones sobre las variables psicológicas en futbolistas juveniles. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 42(2), 265-277. doi:10.14349/rfp.v42i2.479.
- Belem, I. C., Caruzzo, N. M., Andrade, J.R., Lopes, J. L., & Fioresse, L. (2014). Impact of coping strategies on resilience of elite beach volleyball athletes. *Revista Brasileira Cineantropometria Desempenho Humano*, 16(4), 447-455. doi:10.5007/1980-0037.2014v16n4p447.
- Bollen, K. A. (1989). *Structural equations with latent variables*. New York: John Wiley y Sons, Inc.
- Browne, M. W., & Cudeck, R. (1993). Alternative ways of assessing model fit. En K. A. Bollen & J. S. Long (Eds.), *Testing structural equation models* (pp. 136-162). Beverly Hills, CA: Sage.
- Chacón, R., Castro-Sánchez, M., Espejo, T., & Zurita, F. (2016). Estudio de la resiliencia en función de la modalidad deportiva: Fútbol, balonmano y esquí. *Revista Retos*, 29, 157-161.
- Chacón-Cuberos, R., Chacón-Borrego, F., Zurita-Ortega, F., & Cachón-Zagalaz, J. (2016). Perfiles deportivos según sexo y edad en la población adulta de Sevilla. Un modelo de regresión. *Cultura_Ciencia_Deporte*, 11(33), 207-215. doi:10.12800/ccd.v11i33.765.
- Connor, K. M., Davidson, J. R., & Lee, L.C. (2003). Spirituality, resilience, and anger in survivors of violent trauma: A community survey. *Journal Trauma Stress*, 16, 487-494. doi:10.1023/A:1025762512279.
- Connor, K. M., & Davidson, J. R. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depress Anxiety*, 18(2), 76-82. doi:10.1002/da.10113.
- De la Vega, R., Rivera, O., & Ruiz, R. (2011). Personalidad resistente en carreras de fondo: Comparativa entre ultra fondo y diez kilómetros. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 445-454.
- De la Vega, R., Ruiz, R., Borge, P. J., & Tejero, C. M. (2014). Una nueva medida tridimensional del estado de ánimo: El POMS-VIC. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 37-46.
- De la Vega, R., Ruiz, R., García, G. D., & Del Valle, S. (2011). El estado de ánimo precompetitivo en un equipo de fútbol profesional: Un estudio entre jugadores titulares y suplentes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 11(2), 107-117.
- Díaz, P., Buceta, J. M., & Bueno, A. M. (2004). Situaciones estresantes y vulnerabilidad a las lesiones deportivas: Un estudio con deportistas de equipo. *Revista de Psicología del Deporte*, 14(1), 7-24.
- Durán, C., Lavega, P., Salas, C., Tamarit, M., & Invernó, J. (2015). Educación Física emocional en adolescentes. Identificación de variables predictivas de la vivencia emocional. *Cultura_Ciencia_Deporte*, 10(28), 5-18. doi:10.12800/ccd.v10i28.511
- Fernández-García, R., Zurita, F., Ambris, J., Pradas, F., Linares, D., & Linares, M. (2014). Relación entre la ansiedad estado/rasgo, posición en el terreno de juego y ocurrencia de lesiones deportivas. *Universitas Psychologica*, 13(2), 15-23. doi:10.11144/Javeriana.UPSY13-2.reae
- Fletcher, D. & Sarkar, M. (2012). A grounded theory of psychological resilience in Olympic Champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(5), 669-678. doi:10.1016/j.psychsport.2012.04.007
- Galli, N., & Gonzalez, S. P. (2015). Psychological resilience in sport: A review of the literature and implications for research and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13, 243-257. doi:10.1080/1612197X.2014.946947
- García-Mas, A., Rubio, V. J., Fuster, P., Núñez, A., & Pujals, C. (2014). Determinación de las variables psicológicas y deportivas relevantes a las lesiones deportivas: Un análisis bayesiano. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 423-429.
- García-Naveira, A. S., Locatelli, L., & Ruiz, R. (2015). Análisis de la matutinidad-vespertina en jóvenes atletas de alto rendimiento. *Cultura_Ciencia_Deporte*, 10(29), 125-134. doi:10.12800/ccd.v10i29.550
- García-Secades, X., Molinero, O., Salguero, A., Ruiz-Barquín, R., De la Vega, R., & Márquez, S. (2016). Relationship between resilience and coping strategies in competitive sport. *Perceptual Motor and Skills*, 122(1), 336-349. doi:10.1016/j.sbspro.2010.07.180
- Gioftsidou, A., & Malliou, P. (2006). Preventing lower limb injuries in soccer players. *Strength and Conditioning Journal*, 28(1), 10-13. doi:10.1519/1533-4295(2006)28[10:PLLIIS]2.0.CO;2
- Gonzalez, S. P., Moore, E. W., Newton, M., & Galli, N. A. (2016). Validity and reliability of the Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC) in competitive sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 23, 31-39. doi:10.1016/j.psychsport.2015.10.005
- Grubor, P., & Grubor, M. (2012). Treatment of Achilles tendon rupture using different methods. *Vojnosanitetsky Pregled*, 69, 663-668.
- Gucciardi, D. F., Jackson, B., Coulter, T. J., & Mallett, C. J. (2011). The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC): Dimensionality and age-related measurement invariance with Australian cricketers. *Psychology of Sport and Exercise*, 12, 423-433. doi:10.1016/j.psychsport.2011.02.005.
- Hanson, S. J., Mc Cullagh, P., & Tonymon, P. (1992). The relationship of personality characteristic, life stress and coping resources to athletic injury. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 14, 262- 272. doi:10.1123/jsep.14.3.262.
- Hu, L. T., & Bentler, P. M. (1998). Fit indices in covariance structure modeling: Sensitivity to underparameterized model misspecification. *Psychological Methods*, 3, 424-453.
- Johnson, U., & Ivarsson, A. (2010). Psychological predictors of injuries among junior soccer players. *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sport*, 21(1), 129-136. doi:10.1111/j.1600-838.2009.01057.x
- Jöreskog, K. G. (1977). Structural equation models in the social sciences: Specification estimation and testing. En P. R. Krishnaiah (Ed.), *Applications of Statistics* (pp. 265-287). Amsterdam: North Holland.
- Leo, F. M., Sánchez, P. A., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. G. (2014). Análisis de los procesos grupales y el rendimiento en fútbol semiprofesional. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 53, 10-16.
- Liberal, R., Escudero López, J. T., Cantalpos, J., & Ponseti, J. (2014). Impacto psicológico de las lesiones deportivas en relación al bienestar psicológico y la ansiedad asociada a deportes de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 23, 451-456.
- Manzano-García, G., & Ayala, J. C. (2013). Psychometric properties of Connor-Davidson Resilience Scale in a Spanish sample of entrepreneurs. *Psicothema*, 25(2), 245-251. doi:10.7334/psicothema.2012.183.
- Martin, L., Viljoen, M., Kidd, M., & Seedat, S. (2014). Are childhood trauma exposures predictive of anxiety sensitivity in school attending youth? *Journal of Affective Disorders*, 168, 5-12. doi:10.1016/j.jad.2014.06.035
- Monroy, B. G., & Palacios, L. (2011). Resiliencia: ¿Es posible medirla e influir en ella? *Salud Mental*, 34(3), 237-246.
- Morgan, P. B., Fletcher, D., & Sarkar, M. (2013). Defining and characterizing team resilience in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 14(4), 549-559. doi:10.1016/j.psychsport.2013.01.004.
- Newsome, J., & Sullivan, C. J. (2014). Resilience and vulnerability in adolescents: Genetic influences on differential response to risk for delinquency. *Journal Youth Adolescence*, 43, 1080-1095. doi:10.1007/s10964-014-0108-9.
- Olmedilla, A., Andreu, M. D., Ortín, F. J., & Blas, A. (2010). Competitive anxiety and injuries: Sports factors, types and injury gravity. *International Journal of Hispanic Psychology*, 3(2), 34-46. doi:10.1111/j.1600-838.2009.01057.x
- Olmedilla, A., Andreu, P., & Redondo, B. (2011). Psychosocial stress and sport injuries in tennis players. *Universitas Psychologica*, 10, 909-922.
- Olmedilla, A., García-Montalvo, C., & Martínez, F. (2006). Factores psicológicos y vulnerabilidad a las lesiones deportivas: Un estudio en futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1), 37-52.
- Olmedilla, A., Laguna, M., & Blas, A. B. (2011). Lesiones y características psicológicas en jugadores de balonmano. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 4(1), 6-12. doi:10.1136/bjmsm.2005.018341.
- Olmedilla, A., Prieto, J. M., & Blas, A. (2010). Relaciones entre estrés psicossocial y lesiones deportivas en tenistas. *Universitas Psychologica*, 10(3), 909-922.
- Ortega, M., Zurita, F., Cepero, M., Torres, B., Ortega, M., & Torres, J. (2013). La percepción e insatisfacción corporal en el alumnado de

- Educación Secundaria de la ciudad de Jaén. *Revista de Investigación en Educación*, 11(2), 123-139.
- Reche, C., Tutte, V., & Ortín, F. J. (2014). Resiliencia, optimismo y burnout en judokas de competición uruguayos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 9(2), 271-286. doi:10.1186/1472-6920-13-2
- Reuter, I., & Mehnert, S. (2012). Nerve entrapment syndromes in athletes. *Aktuelle Neurologie*, 39, 292-308. doi:10.1055/s-0033-1355484
- Rosenthal, M., Michael, D., Rainey, C., Tognoni, A., & Worms, R. (2012). Evaluation and management of posterior cruciate ligament injuries. *Physical Therapy in Sport*, 13, 196-208.
- Rubio, V. J., Aguado, D., Hernández, J. M., Marcos, V., & Pujals, C. (2014). Autoeficacia y lesiones deportivas: ¿Factor protector o de riesgo? *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 439-444.
- Ruiz, R., De la Vega, R., Poveda, J., Rosado, A., & Serpa, S. (2012). Análisis psicométrico de la escala de resiliencia en el deporte del fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 143-151.
- Sarkar, M., & Fletcher, D. (2014). Psychological resilience in sport performers: A review of stressors and protective factors. *Journal of Sports Sciences*, 32, 1419-1434. doi:10.1080/02640414.2014.901551
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R., & Lushene, R. (1970). *The state-trait anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Psychologist Press.
- Spielberger, C. D., Gorsuch, R., Lushene, R., Vagg, P. R., & Jacobs, G. A. (1983). *Manual for the state-trait anxiety inventory*. Palo Alto, CA: Consulting Psychologists.
- Wagnild, G. M. (2003). Resilience and successful aging: Comparison among low and high income older adults. *Journal Gerontology Nursing*, 29, 42-49. doi:10.3928/0098-9134-20031201-09
- White, R. L., & Bennie, A. (2015). Resilience in youth sport: A qualitative investigation of gymnastics coach and athlete perceptions. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 10, 379-393. doi:10.1016/j.ypmed.2008.12.013
- Xiao-Nan, Y., Lau, J., Mak, W., Zhang, J., Lui, W., & Zhang, J. (2011). Factor structure and psychometric properties of the Connor-Davidson Resilience Scale among Chinese adolescents. *Comprehensive Psychiatry*, 52, 218-224. doi:10.1016/j.comppsy.2010.05.010
- Yabroudi, M., & Irrgang, J. (2012). Rehabilitation and return to play after anatomic anterior cruciate ligament reconstruction. *Clinics in Sports Medicine*, 32, 165-175.
- Yuill, E., Pajackowsky, J., Jason, A., & Howitt, S. (2012). Conservative care of sport hernias within soccer players: A case series. *Journal of Bodywork and Movement Therapies*, 16(4), 540-548.
- Zurita, F., Fernández, R., Cachón, J., Linares, D., & Pérez, A. J. (2014). Aspectos psicossomáticos implicados en las lesiones deportivas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(2), 81-88.