

Factores de estrés y ansiedad en el arbitraje de deportes de equipo: una revisión sistemática

Stress and anxiety factors in team sports refereeing: a systematic review

Manuel Gómez-López¹, Salvador Angosto¹, y José Francisco Ponce²

¹Universidad de Murcia, España; ²Federación de Balonmano de la Región de Murcia, España

Resumen

Mientras que la ansiedad ha sido objeto de estudio frecuentemente en muestras de deportistas y entrenadores, no lo ha sido tanto en el contexto de los árbitros. El objetivo del presente estudio fue realizar una revisión sistemática de la literatura existente en los últimos cinco años sobre el estrés y/o la ansiedad en el arbitraje en deportes de equipo. Se realizó una búsqueda en Scielo, MEDLINE, PsycARTICLES, PsycINFO, Psychology and Behavioral Sciences Collection, PSICODOC, Scopus y Web of Science (WoS). La búsqueda identificó un total de 138 artículos, de los cuales solo 12 de ellos fueron incluidos. Los resultados de estos artículos demostraron que el estrés es sufrido por todos los árbitros independientemente de su grado de experiencia, que las mujeres sufren más estrés que los hombres, que los árbitros sufren más estrés fuera del campo que dentro del terreno de juego, que la toma de decisiones puede verse afectada por ambientes extremos de calor y humedad y que para evitar que todos estos factores afecten en el rendimiento del árbitro es necesario establecer un programa de entrenamiento de habilidades psicológicas.

Palabras clave: árbitro, preocupación, estresores, deportes colectivos, rendimiento.

Abstract

While anxiety has been studied frequently in samples of athletes and coaches, it has not been so in the context of referees. The objective of the present study was to conduct a systematic review of the literature existing over the past five years on stress and/or anxiety in refereeing in team sports. Scielo, MEDLINE, PsycARTICLES, PsycINFO, Psychology and Behavioral Sciences Collection, PSICODOC, Scopus and Web of Science (WoS) were searched. The search identified a total of 138 articles, of which only 12 were included. The results of these articles showed that stress is suffered by all referees regardless of their level of experience, women suffer more stress than men, referees suffer more stress off the field than on the playing field, decision making can be affected by extreme environments of heat and humidity and to prevent all these factors from affecting the performance of the referee it is necessary to establish a psychological skills training programme.

Keywords: referee, concern, stressors, collective sports, performance.

Fecha de recepción: 22/09/2019

Fecha de aceptación: 14/10/2019

Correspondencia: Manuel Gómez-López, Universidad de Murcia, España.

Email: mgomezlop@um.es

Introducción

En los últimos años, la ansiedad y el estrés se han convertido en objetos de estudio frecuentes de la psicología del deporte, normalmente con muestras de deportistas y entrenadores, debido a las consecuencias de la inadecuada percepción, interpretación, y gestión del estrés y ansiedad, las cuales no sólo influyen en las respuestas emocionales, sino también en las conductuales (e.g., fallos de ejecución) y cognitivas (e.g., impulsividad), pudiendo llegar a afectar al rendimiento deportivo (Yerlikaya, Tok, Tatar, Binbonga, & Balyan, 2016). Aunque tradicionalmente el árbitro, como objeto de estudio, haya estado en un segundo plano, por detrás de los deportistas (González-Oya, 2004; González-Oya & Dosil, 2004), es imposible no considerar la importancia que tiene actualmente en el deporte de competición. Márquez (2004) señala que la ansiedad afecta constantemente a los árbitros debido a las importantes e influyentes decisiones que deben tomar durante la competición. Estas situaciones estresantes a las que se ven sometidos constantemente los árbitros durante las competiciones deportivas, en numerosas ocasiones fomenta alteraciones del funcionamiento psicológico tales como una menor capacidad de concentración, pérdida del foco atencional, incremento de la tensión muscular y aumento del estado de ansiedad (Márquez, 2004). Este nivel de ansiedad puede incrementarse incluso debido a que los posibles errores arbitrales pueden llegar a influir no solo en el ámbito deportivo, sino trascender a otros contextos como el social, político, económico e incluso cultural (Guillén, 2003; Samulski & Noce, 2003).

La figura del árbitro es imprescindible para el buen desarrollo de la competición, ya que es el responsable de hacer cumplir el reglamento con imparcialidad y justicia (García-Tardón, González-Millán, y Salinero, 2011). Es más, debido a esta importancia, se entiende que no debería errar nunca, ya que ante cualquier equivocación podría llegar a ser acusado de tomar decisiones erróneas a conciencia con el fin de favorecer a un determinado equipo (González-Oya, 2004). Según este autor, a esta responsabilidad, hay que sumarle además la dificultad que conlleva su labor, ya que en muchas ocasiones el propio reglamento deja a criterio del árbitro ciertos aspectos que dependiendo de la persona (posición y situación) puede ser considerada errónea para unos y no para otros. A esta problemática hay que añadirle que actualmente, incluso en el deporte profesional, dependiendo de la modalidad deportiva, muchos árbitros siguen teniendo otras actividades profesionales como principales fuentes de ingreso, siendo por lo tanto el arbitraje su segunda actividad profesional.

Según la literatura, las principales fuentes de estrés en los árbitros son el miedo al fracaso y los errores, fallar en los momentos decisivos, el daño físico, el cansancio físico y mental, la presión provocada por el tiempo y los conflictos interpersonales, con la prensa, espectadores y los deportistas (Anshel & Kaissidis, 1997; Bar-Eli, Levy-Kolker, Pie, & Tenenbaum, 1995; Rainey, 1999; Samulski & Noce, 2003). No hay que olvidar que en la actualidad las decisiones arbitrales en el deporte profesional suelen ser juzgadas por los comentaristas deportivos a través de las transmisiones televisivas influyendo de esta forma en el juicio de los espectadores.

Por lo tanto, aun conociendo la importancia de esta respuesta psicológica y el rol del árbitro, la ansiedad y el estrés no han sido tan estudiados en este contexto (Guillén, 2003; Marrero & Gutiérrez, 2002; Vasconcelos-Raposo & Carvalho, 2000). Por lo tanto, el objetivo de esta revisión sistemática fue analizar los principales factores que producen estrés y ansiedad en los árbitros de deportes de equipo.

Material y Método

Fuentes de información y estrategia de búsqueda

Se realizó una revisión sistemática con la intención de sintetizar e integrar los estudios que relacionan el estrés y/o la ansiedad con el arbitraje en los deportes de equipo. Esta revisión sistemática se completó de acuerdo con el método PRISMA (Moher, Liberati, Tetzlaff, Altman, & Prisma Group, 2009). Se realizó una búsqueda sistemática desde el 22 de marzo de 2019 hasta el 29 de marzo de 2019, con la intención de sintetizar e integrar los estudios sobre el estrés y la ansiedad en el arbitraje de deportes de equipo (e.g. balonmano, baloncesto, voleibol, etc.). Las bases de datos electrónicas utilizadas fueron: Scielo, MEDLINE, PsycARTICLES, PsycINFO, Psychology and Behavioral Sciences Collection, PSICODOC, Scopus y Web of Science (WoS). Se buscó en cada base de datos

individualmente, y como ejemplo de estrategia de búsqueda, se presenta la Tabla 1 para la base de datos WoS. También fue realizada una búsqueda en las referencias bibliográficas de los artículos encontrados.

Tabla 1.

Estrategia de búsqueda utilizada en WoS.

Categoría de búsqueda	Términos de búsqueda
Árbitro/ Arbitraje	("Referee*" OR "Judge*" OR "Refereeing*" OR "Refer*")
Estrés	("Stress")
Ansiedad	("Anxiety")
Combinación	1 y 2 y 3

Criterios de elegibilidad

Para los propósitos de esta revisión, los criterios de inclusión de los artículos de la búsqueda fueron: i) Artículos de revista y revisiones sistemáticas; ii) Estudios realizados en los últimos cinco años; y iii) Estudios realizados en el ámbito deportivo; iv) artículos publicados en inglés o español. Como criterios de exclusión se han utilizado: i) Actas de congresos, capítulos de libro, libros u otro tipo de publicaciones; ii) Estudios desarrollados en el ámbito de las clases de Educación Física; iii) Artículos duplicados; y iv) Estudios realizados en modalidades deportivas individuales.

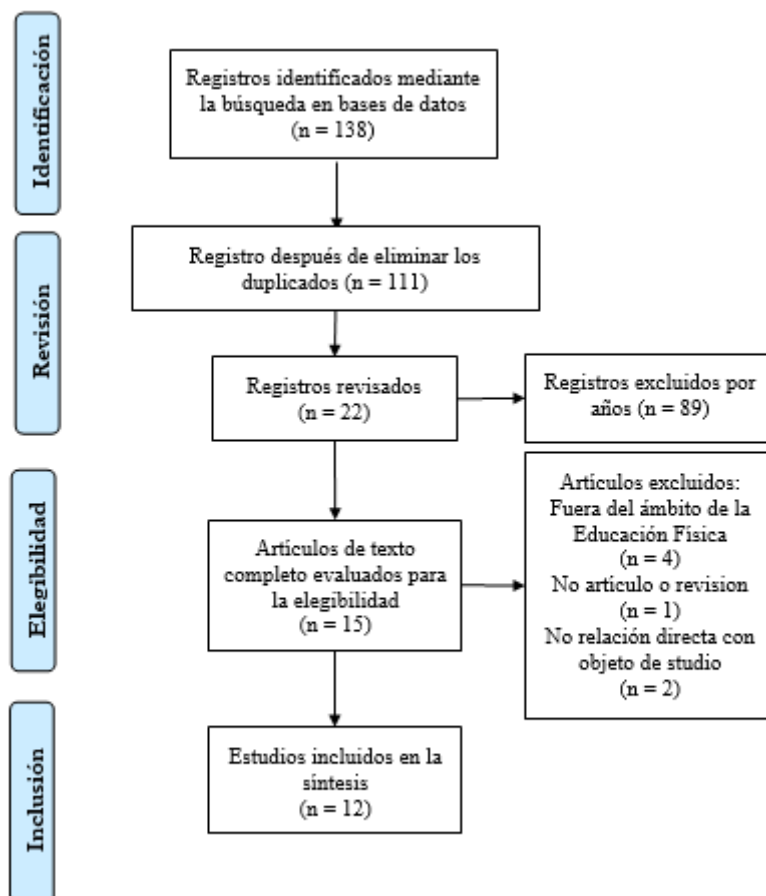


Figura 1. Diagrama de flujo de la revisión sistemática.

Proceso de selección y extracción de datos

Como se muestra en la Figura 1, la búsqueda inicial en la base de datos devolvió 138 resultados, reducidos a 12 una vez aplicados los criterios de exclusión. Después de seleccionados, fue extraída la información de cada uno, lo que incluyó: autores, fecha de publicación, modalidad deportiva, país de publicación objetivos, muestra, instrumentos, resultados, y conclusiones.

Resultados

La Tabla 2 muestra los estudios que abordaron los factores de estrés y/o ansiedad en el arbitraje en los deportes de equipo. Los resultados indicaron que los árbitros de fútbol fueron los más estudiados con un 75% del total de estudios, seguido del baloncesto (16,67%) y el rugby (8,33%). Respecto al país de publicación, una tercera parte fueron realizados por autores de España, un 25% por autores brasileños, en menor medida autores británicos (16,6%), noruegos y holandeses (8,33% cada uno). La muestra media total de árbitros utilizados fue de $103,27 \pm 121,5$, con edades comprendidas entre los 18 y 46 años, con experiencia mínima de un año en el arbitraje y sobre diferentes niveles desde categoría territorial hasta árbitros profesionales. Ningún estudio utilizó un mismo instrumento para evaluar las variables objeto de estudio. En general, la mayoría de árbitros presenta niveles moderados-altos de estrés o ansiedad en el desempeño de sus funciones siendo el sexo, la edad y la experiencia factores determinantes en los árbitros en cuanto al nivel de estrés o ansiedad percibido.

Tabla 2.

Estudios que abordaron los factores de estrés y/o ansiedad en el arbitraje en los deportes de equipo.

Autores (Año)	Revista	Deporte/País	Objetivo	Método		Resultados	Conclusiones
				Muestra/País	Instrumentos		
Anshel, Sutarso, Ekmekci, & Saraswati (2014)	Journal of Sports Sciences	Baloncesto/Estados Unidos	-Determinar si el factor estresante, están relacionadas con rendimiento menor -Conocer si un rendimiento menor está relacionado con el abuso verbal. -Estudiar los estilos de afrontamientos que utilizan los árbitros.	-125 árbitros de baloncesto hombres y mujeres). -18-36 años. -Experiencia 1-12 años.	-Basketball Officials Stress Inventory (BOSI).	-Relación significativa y positiva entre el estrés y un rendimiento inferior con regresión estandarizada estimación=0,33 y CR=3,92 o equivalente a $P < .001$ -Asociación entre rendimiento y abuso verbal, positivo y significativo (.23 y CR=2.63; $P < .01$).	-Rendimiento inferior, asociado al abuso verbal por parte de otros jugadores, entrenadores y aficionados. -Las distracciones se asociaban con rendimiento inferior. -Aumento de abuso verbal incrementa el uso de un estilo enfoque - cognitivo de afrontamiento.
Burim & de Oliveira (2018).	Revista Brasileira de Futsal e Futebol	Fútbol/Brasil	Caracterizar el nivel de estrés de los árbitros de la región de Londrina, Paraná, pertenecientes a la Federación Paranaense de Fútbol Sala.	-28 árbitros de Fútbol Sala.(25 hombres y 3 mujeres) - 21-46 años.	-Cuestionario "Critério Brasil 2015". -Cuestionario test de estrés psíquico de los árbitros de los deportes con y sin contacto.	-Los ítems "Competencia desorganizada" ($2,50 \pm 1,376$), "Falta de seguridad para llegar y sobre todo para volver a casa" ($2,50 \pm 1,239$) y "Llegar tarde o con retraso a la sede del partido" ($2,50 \pm 1,239$) son los mayores generadores de estrés -Prevalencia masculina en el desempeño (89,3%)	-Calificación educativa de los árbitros aumentó con el tiempo por los requisitos exigidos por las federaciones deportivas. - No hubo diferencias significativas -Estímulos provenientes del arbitraje y la percepción de amenaza pueden causar sentimientos de ansiedad.
Gaoua, de Oliveira, & Hunter (2017)	Frontiers in Psychology	Fútbol/Reino Unido	- Determinar el efecto de las temperaturas extremas sobre la toma de decisiones. - Discutir cómo las condiciones ambientales extremas afectan a la toma de decisiones. -Resumir los conocimientos actuales sobre la materia.	-Árbitros de fútbol		El funcionamiento en la toma de decisiones para diferentes ambientes es específico de cada persona.	La toma de decisiones de los árbitros se ve comprometida en ambientes extremos. Importante, la interacción entre los patrones de movimiento y los modos de ambulación en diferentes temperaturas extremas en el contexto de la toma de decisiones.
García-Santos, Vaquera, Calleja-González, González-Espinosa, & Ibáñez (2017)	Revista de Psicología del Deporte	Baloncesto/España	-Conocer las diferencias que existen en relación al género del árbitro, según su intervención técnica dentro de la pista y a las situaciones de estrés generadas por los diferentes factores que	-6 árbitros(4 hombres y 2 mujeres) -Categoría 1ª Nacional, de la Federación de	-IOVAB	Las mujeres poseen valores más altos de estrés en relación al nombre de entrenadores, jugadores, clasificación de los equipos, compañero de arbitraje, localidad, tipo de viaje y	El estrés afecta de forma diferente a los árbitros hombres y mujeres a la hora de dirigir un partido de baloncesto. Las mujeres sienten más estrés a la hora de arbitrar en

			intervienen directa o indirectamente en el juego.	Baloncesto de Castilla y León (FBCyL).		existencia de un delegado; antes y después del partido.	diversas situaciones, siendo necesario un programa de intervención para regular esta ansiedad.
Gillué, Laloux, Álvarez, & i Feliu (2018).	Apunts. Educación Física y Deportes	Fútbol/España	-Identificar las situaciones que más estresan a los árbitros. -Explorar las posibles fuentes de estrés de dentro y fuera del partido. -Conocer la relación entre el nivel de experiencia y la percepción de estrés para las fuentes de dentro y fuera del partido.	-128 árbitros de fútbol. -18-39 años. -Categorías de 3ª división, 1ª territorial y 2ª territorial de la Federación Catalana de Fútbol. -Experiencia de 2 a 22 temporadas.	-Sources of Officiating Stress Questionnaire (SOSQ) de Voight (2009). -Cuestionario de estrés de árbitros de fútbol (CEAF) de Alonso-Arbiol, Falcão, López, y Ramírez (2005).	-Valores medios/altos en diez estresores. -Diferencia de medias significativa, $t(127) = -3.297, p=0.00, d = .29$. -Asociación positiva entre las fuentes de estrés de partido y fuera de partido. Asociación negativa entre las temporadas de experiencia y las fuentes de estrés dentro de partido.	-Tener una mala actuación, cometer errores y lesionarse obtienen las puntuaciones más altas. -El funcionamiento del CTA y la conciliación del arbitraje con la vida personal, las fuentes más estresantes fuera del campo. -Fuera del partido, más estrés que dentro.
Hill, Matthews, & Senior(2016)	The Sport Psychologist	Rugby/Reino Unido	-Investigar el proceso de estrés de los árbitros profesionales de rugby cuando actúan bajo presión.	-7 árbitros profesionales hombres de rugby. -Experiencia mínima de 7 años. -Árbitros profesionales entre 1 y 16 años.	-Entrevista semiestructurada.	-5 factores estresantes clave, todos ellos negativos y que provocaban ansiedad: desconocimiento, errores de desempeño, conflictos interpersonales, importancia del juego y preocupaciones de auto-presentación.	-Los participantes experimentaron unos estresores que fueron evaluados como amenazantes y conducían a un bajo rendimiento y a la asfixia bajo presión. -Los árbitros fueron capaces de hacer frente con eficacia a los factores estresantes.
Johansen & Haugen (2013)	International Journal of Sport and Exercise Psychology	Fútbol/Noruega	-Examinar el nivel de ansiedad entre los árbitros de fútbol de primera clase noruegos. -Conocer las percepciones de los árbitros sobre cómo el ruido del público, molestias de jugadores y entrenadores, fallos en el arbitraje y agresividad de los jugadores y entrenadores influyen en su toma de decisiones.	83 árbitros (73 hombres y 10 mujeres) de élite en fútbol de Noruega, de entre 20 y 46 años.	-Survey Xact.	-El nivel medio de ansiedad fue de 28 (DT=5.4) -El modelo de regresión representó el 22% ($F(df)=6.66(3), p<0.01, R^2=0.22$) de la variación en el nivel de ansiedad. -La mayoría de los árbitros (informó que el ruido, jugadores/entrenadores agresivos, y/o errores durante el partido no afectaron su toma de decisiones.	-Los árbitros no experimentan más que una cantidad moderada de estrés. -El nivel de ansiedad de los árbitros en estado óptimo -La experiencia emocional de los árbitros de fútbol antes y durante un partido no es perjudicial para su actuación.
Kilic, Johnson, Kerkhoffs, Rosier, & Gouttebarge, (2018).	BMJ Open Sport & Exercise Medicine	Fútbol/Holanda	Explorar la asociación de los factores de estrés físico y psicosocial (lesiones graves, cirugías, eventos recientes de la vida, apoyo social) con la aparición de síntomas de	-440 árbitros de fútbol de las Federaciones de Bélgica, Finlandia, Francia, Alemania,	-Elementos estresantes físicos y síntomas de desórdenes mentales comunes.	-La relación entre lesiones graves y síntomas de ansiedad/depresión presentó un OR de 2,63 (1,14 a 6,10). -El análisis entre satisfacción de apoyo social y los	-Prevalencia de los síntomas de CMD entre el 5,9% para la angustia y el 19,2% para los trastornos alimentarios.

			desórdenes mentales comunes en árbitros profesionales europeos de fútbol.	Noruega, Rusia, Escocia y Suecia.	-Cuestionario electrónico en inglés y francés.	síntomas de los trastornos alimentarios resultó, respectivamente, en un OR de 1,10 (1,01 a 1,21) y un quirófano de 1,10 (1,00 a 1,21)	-Mayor número de lesiones graves y menor grado de satisfacción con el apoyo social asociados a factores estresantes. -Árbitros que sufrieron lesiones graves, tres veces más propensos a reportar síntomas de ansiedad y depresión.
Monteiro, Froeseler, & Mansur-Alves (2018).	Psicologia: Ciência e Profissão	Fútbol/Brasil	Evaluar el impacto de la prueba física FIFA en los niveles de estrés y Coping de los árbitros de fútbol activos en los campeonatos estatales y nacionales.	-59 árbitros Estado de Minas Gerais, Brasil. -Edad media de 32,73 años. -El tiempo medio de experiencia en arbitraje de 10,15 años.	-Escala de Estrés Percibido, (Cohen et al., 1983)	-Edad de los participantes se correlaciona de manera positiva y significativa con la cantidad de pruebas físicas ya realizadas por el árbitro ($r=0,653$; $p=0$) y con experiencia, ($r=0,654$; $p=0$). -Dimensión de la percepción del afrontamiento se correlaciona positiva y significativamente con el número de pruebas físicas realizadas por el árbitro ($r=0,369$; $p=0,004$) y con experiencia en arbitraje ($r=0,410$; $p=0,001$).	-No hay asociación entre el número de años de experiencia, y el estrés que conlleva. - Los árbitros nacionales difieren significativamente en el número de veces que han pasado las pruebas físicas, que entrenan por semana y años de experiencia de los árbitros regionales. -A más experiencia y más grande la prueba, mayor percepción de capacidad de lidiar con acontecimientos estresantes. -La experiencia en el arbitraje y en la participación en situaciones estresantes en los partidos pueden actuar de manera positiva para la percepción del árbitro.
Pedrosa & García-Cueto (2016)	Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación e Avaliação Psicológica	Fútbol/España	-Estudiar la relación del síndrome de Burnout en árbitros de 1ª y 2ª división española (LFP), con el estrés, ansiedad y apoyo social.	-123 árbitros, principales y asistentes, -1ª y 2ª División de la Liga de Fútbol Profesional (LFP) española.	-Athlete Burnout Questionnaire (ABQ; Pedrosa & García-Cueto, 2012).	-Las variables predictoras del síndrome se dieron en el apoyo social ($r=.94$) y el estrés ($r=.78$). -La relevancia de las variables estrés, ansiedad y apoyo social sobre el padecimiento del síndrome de burnout, mostrando una elevada correlación ($r=.78$). - No hay diferencias en función del rol y la División.	En función de las características sociodemográficas, existe una tendencia general a que el riesgo de padecer el síndrome de burnout sea mayor en árbitros principales, de 1ª División y con más experiencia, se confirma la relación entre el síndrome de burnout y las variables de estrés, ansiedad y apoyo social.

Simim, Ferreira, Souza, Marques, & da Silva (2018).	Revista Brasileira de Futsal e Futebol	Fútbol/Brasil	Analizar la percepción del estrés de los árbitros de la Liga Uberabense de Fútbol.	-26 árbitros de fútbol (2 mujeres y 24 hombres).	Teste de Estresse para Árbitros - TEPA (Silva, 2004).	-No se encontraron diferencias entre las dimensiones (Test de Friedman=5,232(2)2; p=0,07). -No se encontraron diferencias estadísticas entre los ítems muy estresantes para los árbitros (Friedman Test=16.817(15); p=0.33).	-Las situaciones con mayor percepción de estrés son: falta de seguridad para llegar y regresar a casa, campos con condiciones inadecuadas, falta de responsabilidad y reconocimiento del compañero, no cobrar por el arbitraje, en situaciones claras.
Vela & Ibarzábal (2018).	Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte	Fútbol/España	Analizar el comportamiento del Listado de Situaciones Estresantes para el Arbitraje (LISEA) inicialmente desarrollado en árbitros de baloncesto aplicado a árbitros de fútbol.	-111 árbitros de fútbol Huelva y Sevilla. -Edad media 21.75 años. -Media de años de experiencia en el arbitraje de 2.67 años -Media de años de experiencia en la categoría arbitral actual de 1.23 años.	-Listado de Situaciones Estresantes para el Arbitraje (LISEA) elaborado por Jaenes, Bohórquez, Caracuel, y López (2012)	-Correlaciones significativas en variables edad, años de experiencia y años de experiencia en la categoría vigente. -Correlaciones negativas en años de experiencia en el arbitraje. -Correlación negativa de los años de experiencia en la categoría actual.	-Cuantos más años de experiencia en el arbitraje, en menor grado afecta la presencia de un evaluador. -Influencia negativa de la preocupación de lo que piensen los responsables del colectivo arbitral, los evaluadores de sus actuaciones y sus propios compañeros.

Por otro lado, la Tabla 3 refleja la distribución según la revista de publicación del número de artículos sobre el estrés y/o la ansiedad en el arbitraje en deportes de equipo. Respecto al año de publicación de los artículos de esta revisión, la Figura 2 muestra como no existen publicaciones en el año 2015 mientras que sobresale el año 2018 por el número de publicaciones.

Tabla 3.

Distribución del número de publicaciones sobre arbitraje en deportes de equipo, estrés y/o ansiedad según la revista.

Título de la Revista	Artículos publicados
Revista Brasileira de Futsal e Futebol	2
Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte	1
Apunts. Educación Física y Deportes	1
Psicologia: Ciência e Profissão	1
BMJ Open Sport & Exercise Medicine	1
Frontiers in Psychology	1
Revista de Psicología del Deporte	1
The Sport Psychologist	1
Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación e Avaliação Psicológica	1
Journal of Sports Sciences	1
International Journal of Sport and Exercise Psychology	1
TOTAL	12

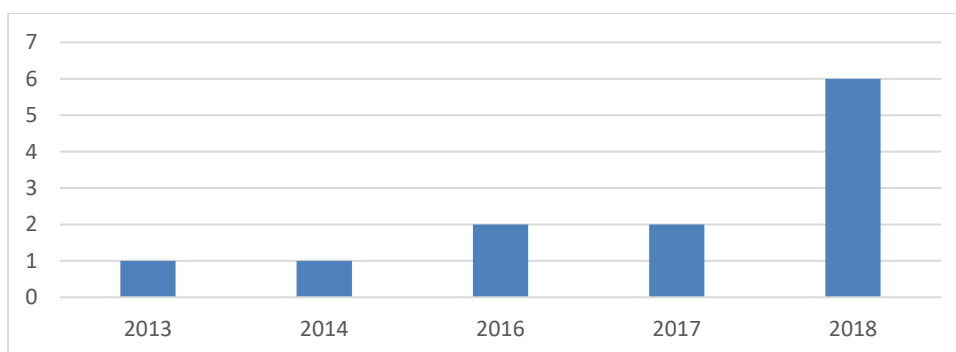


Figura 2. Distribución del número de publicaciones según el año de publicación.

Discusión

El objetivo de esta revisión sistemática fue analizar los principales factores que producen estrés y ansiedad en los árbitros de deportes de equipo. Los resultados mostraron que los árbitros experimentan un moderado nivel de estrés (Johansen & Haugen, 2013). Aun así, es importante conocer cuáles fueron los factores que más estrés causan en ellos y que podrían además provocarles y sufrir un síndrome de burnout (Pedrosa & García-Cueto, 2016). Los árbitros están expuestos a muchos factores que pueden provocar estrés en su labor como profesionales. Estos factores según Gillué et al. (2018) se clasificaron en función del momento en el que se originaron, es decir en dos momentos claves para el árbitro, el antes y después de la competición y durante la competición.

Con respecto al primero de ellos, la mayoría de estudios que abordaron esta diferenciación, coincidieron en que las fuentes más estresantes para los árbitros son: a) la falta de seguridad para llegar a la competición y sobre todo para volver a casa tras la misma (Burim & Oliveira, 2018; Simim et al., 2018), b) el funcionamiento del Comité Técnico de Árbitros, c) la conciliación del arbitraje con la vida

personal (Gillué et al., 2018), y d) el nombre del entrenador y de los jugadores (Vela & Ibarzábal, 2018; García-Santos et al., 2017). Asimismo, existen otras fuentes de estrés como a) el no cobrar por arbitrar (Simim et al., 2018), b) la lejanía de casa al partido (Vela & Ibarzábal, 2018; Garcia-Santos et al., 2017), o c) llegar tarde a la sede de la competición (Burim & Oliveira, 2018). Johansen y Haugen (2013) afirmaron que este estrés percibido, no necesariamente tiene que influir negativamente en su rendimiento, ya que podría considerarse un recurso adaptativo. Otro aspecto que también reflejaron los árbitros es la designación del partido, ya que, si un árbitro no se siente preparado físicamente y/o psicológicamente para dicho partido, puede favorecer la aparición de ansiedad (Kilic et al., 2018).

En cuanto al segundo momento, durante la competición, los resultados de los estudios mostraron que las fuentes de estrés son menores (Gillué et al., 2018; Vela & Ibarzábal, 2018) y que los árbitros experimentan un nivel de ansiedad óptimo (Johansen & Haugen, 2013). Entre las fuentes más estresantes se encuentra la percepción de amenaza, el marcador, la magnitud de las faltas (Burim y Oliveira, 2018), la presión y tensión generada por los jugadores, técnicos y afición, la presencia de un evaluador arbitral en la grada -aunque esta fuente de estrés disminuye a media que el árbitro tiene mayor experiencia- (Vela & Ibarzábal, 2018) y cometer una mala actuación en situaciones claras del juego (Gillué et al., 2018; Simim et al., 2018; Hill et al., 2016). Para Anshel et al. (2014) el abuso verbal también es una de las fuentes de estrés y lleva aparejada una pérdida de rendimiento en el arbitraje, además de que en los últimos estudios se detecta también que los árbitros afirman tener miedo a lesionarse (Gillué et al., 2018). Los árbitros con síntomas de ansiedad, triplican el riesgo de padecer lesiones graves (Kilic et al., 2018). Sin embargo, Johansen y Haugen (2013) afirman que tener ansiedad o estrés, quizás no sería tan negativo a la hora de dirigir un encuentro, ya que puede favorecer que el árbitro se concentre y dirija su foco de atención a lo que está sucediendo en el terreno de juego. Resaltar que éstos niveles de ansiedad y estrés se da por igual entre árbitros nacionales de primera categoría y de segunda categoría (Pedrosa & García-Cueto, 2016).

Siguiendo con la diferenciación de cómo afecta este estrés según las características sociodemográficas de los árbitros, en concreto el género, los resultados reflejan que a las mujeres les afecta significativamente más el estrés que a los hombres, tanto antes y después del partido, como durante el mismo (García-Santos et al., 2017).

Según la experiencia del árbitro, los resultados aportaron resultados contradictorios. Algunos estudios confirmaron que una mayor experiencia influye positivamente en una menor percepción de estrés y que el rendimiento arbitral no se ve tan afectado (Vela e Ibarzábal, 2018; Anshel et al., 2014; Johansen & Haugen, 2013). Otros estudios en cambio señalaron que el nivel de estrés al que se expone el árbitro no se relaciona con los años de experiencia, si bien es cierto que también sostuvieron que, aunque no existiese relación entre ambas variables, el árbitro con mayor experiencia se ve capaz de aumentar su autoconfianza ante pruebas más complicadas (Monteiro et al., 2018). Gillué et al. (2018) indican que, aunque dentro del terreno de juego el nivel de experiencia se hizo notar a la hora de percibir el estrés, gestionándolo de forma positiva; fuera del terreno de juego la experiencia fue irrelevante, ya que los problemas externos de conciliación con la vida y relación con el Comité Técnico de Árbitros no tienen por qué estar reñidos con los años de arbitraje.

El estudio de la figura del árbitro en el deporte está adquiriendo cada vez mayor atención por parte de los investigadores como puede observarse el número de publicaciones que ha habido en el año 2018. Sin embargo, una limitación de este estudio puede ser la limitación temporal marcada en los criterios de elegibilidad donde solamente se han contemplado estudios publicados en los últimos años, pudiéndose ampliar a todos los años en futuras revisiones permitiendo observar con mayor detenimiento la atención que han recibido los árbitros dentro de la literatura. Ampliando el rango de años de publicación podrían observarse la evolución en el estrés y ansiedad del árbitro en diferentes momentos y cómo ha podido variar estas variables psicológicas desde décadas anteriores a la actualidad con la introducción de las nuevas tecnologías dentro del deporte que ayuden y facilitan la labor arbitral. Otra limitación del estudio podría ser que se han determinado únicamente dos variables psicológicas (estrés y ansiedad) dentro de la revisión, pudiendo ser aconsejable en estudios posteriores poder revisar qué variables psicológicas han sido evaluadas en el colectivo arbitral.

Conclusiones

A modo de conclusión, esta revisión sistemática ha demostrado la escasa literatura que existe sobre el estudio del origen de la ansiedad y el estrés en el arbitraje de los deportes colectivos. De ahí la necesidad de futuras investigaciones en este campo de estudio. Además, se constató que el estrés y sus factores han sido más estudiados que la ansiedad en el contexto arbitral.

Referencias

- Anshel, M. H. & Kaissidis, A. N. (1997). Coping style and situational appraisals as predictors of coping strategies following stressful events in sport as a function of gender and skill level. *British Journal of Psychology*, 88, 262-275.
- Anshel, M. H., Sutarso, T., Ekmekci, R., & Saraswati, I. W. (2014). A model linking sources of stress to approach and avoidance coping styles of Turkish basketball referees. *Journal of Sports Sciences*, 32(2), 116-128. doi:10.1080/02640414.2013.816762
- Bar-Eli, M., Levy-Kolker, N., Pie, J. S., & Tenenbaum, G. (1995). A crisis-related analysis of perceived referees' behavior in competition. *Journal of Applied Sports Psychology*, 7(1), 63-80. doi:10.1080/10413209508406301
- Burim, M. L., & de Oliveira, A. R. (2018). Analysis of stress level of the futsal referee from the region of Londrina, Paraná. *Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 10(38), 252-261.
- Gaoua, N., de Oliveira, R. F., & Hunter, S. (2017). Perception, action, and cognition of football referees in extreme temperatures: impact on decision performance. *Frontiers in Psychology*, 8, 1479. doi:10.3389/fpsyg.2017.01479
- García-Santos, D., Vaquera, A., Calleja-González, J., González-Espinosa, S., & Ibáñez, S. J. (2017). Estrés y técnica de arbitraje en baloncesto en función del género. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(1), 51-57.
- García-Tardón, B., González-Millán, C., & Salinero, J. J. (2011). Características psicológicas de los árbitros de waterpolo en España. *AGON International Journal of Sport Sciences*, 1(2), 63-72.
- Gillué, G. S., Laloux, Y. R., Álvarez, M. T., & Feliu, J. C. (2018). Fuentes de estrés dentro y fuera del partido en árbitros de fútbol. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 2(132), 22-31. doi:10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/2).132.02
- González-Oya, J. L. (2004). *Características psicológicas en árbitros de fútbol*. Tesis Doctoral, Universidad de Vigo, España.
- González-Oya, J. L., & Dosil, J. (2004). Características psicológicas de los árbitros de fútbol de la comunidad autónoma gallega. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 4(1-2), 53-66.
- Guillén, F. G. (2003). Panorama actual en el estudio del arbitraje y el juicio deportivo desde una perspectiva psicológica. En F. Guillén (Dir.), *Psicología del arbitraje y el juicio deportivo* (pp. 7-24). Barcelona: Inde.
- Hill, D. M., Matthews, N., & Senior, R. (2016). The psychological characteristics of performance under pressure in professional rugby union referees. *The Sport Psychologist*, 30(4), 376-387. doi:10.1123/tsp.2015-0109
- Johansen, B. T., & Haugen, T. (2013). Anxiety level and decision-making among Norwegian top-class soccer referees. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(2), 215-226. doi:10.1080/1612197X.2013.773665
- Kilic, Ö., Johnson, U., Kerkhoffs, G. M., Rosier, P., & Gouttebauge, V. (2018). Exposure to physical and psychosocial stressors in relation to symptoms of common mental disorders among European professional football referees: a prospective cohort study. *BMJ Open Sport & Exercise Medicine*, 4(1), e000306. doi:10.1136/bmjsem-2017-000306
- Márquez, S. (2004). *Ansiedad, estrés y deporte*. Madrid: EOS Instituto de Orientación Psicológica.
- Marrero, G., & Gutiérrez, C. (2002). Las motivaciones de los árbitros de fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 11(1), 69-82.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D. G., & Prisma Group. (2009). Preferred reporting items for systematic reviews and meta-analyses: the PRISMA statement. *PLoS Medicine*, 6(7), e1000097. doi:10.1371/journal.pmed.1000097

- Monteiro, A. C. P., Froeseler, M. V. G., & Mansur-Alves, M. (2018). Estresse e coping de árbitros de futebol no Teste Físico FIFA. *Psicologia: Ciência e Profissão*, 38(1), 102-115. doi:10.1590/1982-3703003492016
- Núñez, A., & García, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *Retos*, 32, 172-177.
- Pedrosa, I., & García-Cueto, E. (2016). Síndrome de Burnout en árbitros de élite: la liga de fútbol profesional española (LFP) a estudio. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación Psicológica*, 42(2), 59-68. doi:10.21865/RIDEP42_59
- Rainey, D. W (1999). Sources of stress, burnout, and intention to terminate among basketball referees. *Journal of Sport Behavior*, 22(4), 578-590.
- Samulski, D. M., & Noce, F. (2003). Estrés Psicológico en árbitros de deportes colectivos. En, F. Guillén (Dir.), *Psicología del arbitraje y el juicio deportivo* (pp. 109-132). Barcelona: Inde.
- Simim, M. A. D., Ferreira, R. M., Souza, M. V. C., Marques, A. C., & da Silva, B. V. C. (2018). Fatores psicológicos e sociais são fontes de estresse subjetivo em árbitros de Futebol. *RBFF-Revista Brasileira de Futsal e Futebol*, 10(39), 475-480.
- Vasconcelos-Raposo, J. J. B., & Carvalho, R. (2000). Ansiedad cognitiva, somática y autoconfianza em árbitros de balonvolea. *Revista de Psicología del Deporte*, 9(1-2), 135-142.
- Vela, D., & Ibarzábal, F. A. (2018). Aplicación del listado de situaciones estresantes para el arbitraje (LISEA) en árbitros de fútbol. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 13(2), 281-287.
- Yerlikaya, K., Tok, S., Tatar, A., Binboga, E., & Balyan, M. (2016). The relationship among personality, competitive anxiety, somatic anxiety, physiological arousal, and performance in male athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 10(1), 48-58. doi:10.1123/jcsp.2015-0013