

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1232>

## **Efectos psicológicos del confinamiento COVID- 19 y su influencia en el rendimiento deportivo en nadadores**

### **Psychological effects of COVID-19 confinement and its influence on athletic performance in swimmers**

Nataly Rosalía Caldas-Calle  
[nataly.caldas@est.ucacue.edu.ec](mailto:nataly.caldas@est.ucacue.edu.ec)  
Universidad Católica de Cuenca, Azogues  
Ecuador  
<https://orcid.org/0000-0002-3018-108X>

Zoila Guillermina Torres-Palchisaca  
[ztorresp@ucacue.edu.ec](mailto:ztorresp@ucacue.edu.ec)  
Universidad Católica de Cuenca, Azogues  
Ecuador  
<https://orcid.org/0000-0003-3078-6465>

Recepción: 25 de enero 2021  
Revisado: 20 de febrero 2021  
Aprobación: 30 de abril 2021  
Publicación: 15 de mayo 2021

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

## RESUMEN

El objetivo del estudio fue determinar los efectos psicológicos del confinamiento y su influencia en el rendimiento deportivo de los nadadores con proyecciones internacionales, mediante un enfoque de investigación cuantitativo, de tipo descriptivo, corte transversal, con un total de 21 nadadores 9 mujeres y 12 hombres con edades comprendidas entre los 15 y 30 años. Los nadadores completaron la escala de estrés, ansiedad, y depresión DASS-21, además se utilizó los datos de los resultados del pre y post confinamiento y dentro de los resultados se encontró altos niveles de depresión, ansiedad y estrés durante el confinamiento, presentando un bajo rendimiento deportivo en los nadadores. En conclusión, la salud mental se afectó en el confinamiento y ha influenciado negativamente en el rendimiento deportivo de los nadadores.

**Descriptores:** Salud mental; estrés mental; psychological effects. (Palabras tomadas del Tesoro UNESCO).

## ABSTRACT

The objective of the study was to determine the psychological effects of confinement and its influence on the sports performance of swimmers with international projections, through a quantitative, descriptive, cross-sectional research approach, with a total of 21 swimmers, 9 women and 12 men. with ages between 15 and 30 years. The swimmers completed the DASS-21 stress, anxiety, and depression scale, in addition the data from the results of the pre and post confinement were used and within the results, high levels of depression, anxiety and stress were found during confinement, presenting a poor athletic performance in swimmers. In conclusion, mental health was affected in confinement and has negatively influenced the athletic performance of swimmers.

**Descriptors:** Mental health; mental stress; psychological effects. (Words taken from the UNESCO Thesaurus).

## INTRODUCCIÓN

A finales del 2019 en Wuhan, China se identificó una nueva enfermedad llamada COVID-19 enfermedad infecciosa causada por el coronavirus 2 del síndrome respiratorio agudo severo recientemente descubierto SARS-CoV-2 (Dunlop, et al. 2020), enfermedad que se extendió rápidamente por todo el mundo. El 11 de marzo la organización mundial de la salud (OMS, 2020), declara pandemia mundial, y el 16 marzo el presidente de la republica Lenin Moreno declara estado de excepción en el territorio ecuatoriano (Secretaría General de Comunicación de la Presidencia, 2020). Entre algunas medidas que se estableció fue la suspensión total de toda actividad social, educativa y deportiva, también un confinamiento domiciliario, por lo que se vio afectado en varios aspectos como la economía, educación, transporte, salud, y el deporte.

En lo deportivo afectó a deportistas aficionados y a deportistas que venían trabajando con miras a eventos internacionales , incluso con posibles participaciones en los Juegos Olímpicos en Tokio 2020, quienes tuvieron que parar sus actividades de entrenamiento diario y competencias programadas, es decir, uno de los grupos profesionales más claramente afectados por la pandemia de COVID-19 son los atletas de élite, debido a los cambios dramáticos en el mundo del deporte durante la pandemia (Håkansson, et al. 2020).

La pandemia COVID- 19 ha provocado que estos deportistas con proyecciones internacionales adquieran condiciones psicológicas negativas, así lo menciona (Schinke, et al. 2020), los deportistas que han enfrentado algún evento imprevisto y que hayan cesado su planificación de entrenamiento están expuestos a contraer alteraciones a su salud mental, de este modo las consecuencias del confinamiento podrían ser tanto emocional como en su condición física.

En efecto, estudios previos han demostrado que después de un periodo de descanso obligatorio, los deportistas presentan cambios en su cuerpo debido a la poca actividad deportiva (Fernández-Martín, et al. 2018), estos cambios según los autores (Desiderio & Bortolazzo, et al. 2020), se vincula con la pérdida de la masa muscular, disminución de

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

la fuerza, de la potencia y del equilibrio, provocando además de un cambio físico, un afecto en su rendimiento deportivo.

De acuerdo a lo expuesto, el objetivo de esta investigación es determinar cuáles son los efectos psicológicos por el Covid-19 y su influencia en el rendimiento deportivo en nadadores con proyección internacional.

### **Referencial teórico**

Investigaciones anteriores determinaron como el confinamiento produce fuertes efectos en la salud mental de los deportistas, no solamente durante, sino después de este suceso, incluso puede ser permanentemente si no es tratado, además describen que estos efectos psicológicos negativos pueden ser: estrés, ansiedad, miedo y depresión (Clemente-Suárez, et al. 2020) y (Leguizamo, et al. 2021).

Sin lugar a duda, este tiempo ha sido fuerte para los deportistas, (Andreato, et al. 2020), consideran que los atletas al encontrarse imprevisiblemente inactivos, o sin dirección, tienden a sufrir un estrés psicológico sustancial y una posible enfermedad mental. Por su parte (Burtscher, et al. 2020), aseguran que el estrés en el deporte durante la pandemia se reflejó en un estado de tensión emocional y físico, representado en situaciones o pensamientos estresantes como la frustración, nerviosismo e ira, ya que, un aislamiento donde se restringen los escenarios deportivos, se limita la actividad física, además de suspender eventos deportivos, son motivos por el cual el deportista se encuentra emocionalmente estresado, con actitudes y reacciones desequilibrantes en el deportista y más aún en la práctica de la disciplina de natación se va a sentir en un estado de frustración, dado que su actividad de entrenamiento diario es en un escenario acuático, para un nadador desarrollar sus capacidades físicas en el agua es fundamental.

Dentro de este marco esta la depresión, la misma que es causada de acuerdo a (Tayech, et al. 2020), por un estado emocional de tristeza permanente y como respuesta a este, se percibe una sensación de nostalgia por el camino desfavorable que están llevando y además una pérdida de interés por su crecimiento deportivo, si bien el atleta se encuentra

desorientado por tales situaciones hay que considerar que su pérdida de interés es también al no contar presencialmente con su equipo profesional, de este modo (Desiderio & Bortolazzo, et al. 2020), plantean que en el deporte competitivo a más de la seriedad en el cumplimiento de objetivos también se considera un desahogo para el atleta, siempre y cuando sea en un estado presencial y proyecte una formalidad entre entrenador- atleta y la de su equipo, en una relación humana y profesional más positiva con inmediatas consecuencias sobre la actividad, en la cual existe una práctica clara y concisa en la que se aprende con mayor rapidez y profundidad.

En este sentido el atleta al no tener una relación directa, donde el entrenador vea un refuerzo positivo en él, en cuanto a sus aspectos físicos, biológicos y psicológicos ocasionara un desbalance psicológico negativo en el atleta, de la misma manera el atleta que estuvo acostumbrado a entrenamientos diarios en un ambiente social con sus compañeros el cual enfrentaban mejor sus cargas de entrenamiento y al momento de no gozar de estas situaciones se registró como una tristeza y nostalgia. Así mismo la rutina de los atletas se ve afectada, pues la mayor parte de su tiempo como deportista de nivel competitivo lo distribuían entre el entrenamiento, y muchas de las veces en doble y triple jornada, el descanso y el estudio o trabajo, pero ahora la falta de objetivos provoca una gran incertidumbre y depresión.

En el mismo sentido, (Moreno-Leiva, 2020) indica que, eventos como este inéditos, impredecibles y aciagas hace que los deportistas sean vulnerables y susceptibles a que generen síntomas de ansiedad, como cansancio constante, problemas para concentrarse, preocupaciones y alteraciones sin sentido.

De acuerdo con (Uğraş, et al. 2021), la ansiedad en el atleta competitivo, se refleja con sentimientos de miedo, temor y preocupación, al recibir información negativa, lo que causa pensamientos indeseables constantes, acerca de su futuro deportivo, de cuando será su regreso a los entrenamientos, o de su retorno competitivo a eventos importantes, además de cómo se encuentre su nivel de rendimiento deportivo. Este cúmulo de emociones negativas se pueden manifestar incluso a nivel fisiológico como lo manifiesta

(Dirinó-Piña, 2020) en los deportistas causa aceleraciones del pulso o una agitada respiración, como también síntomas físicos tales como mucho apetito y ansias de tomar agua excesivamente, además de los impulsos nerviosos que provocan respuestas a nivel muscular y neuronales, por lo que deja una huella en su estado emocional cambiando su calidad de vida.

De este modo, en el estudio, el impacto significativo de las medidas de la enfermedad por coronavirus (COVID-19) en los atletas sudafricanos de élite y semi-élite realizado por (Pillay, et al. 2020) demostró que muchos de los atletas se sentían deprimidos 52% y un 55%, requerían motivación para mantenerse activos. En un sentido similar, (Di-Fronso, et al. 2020), ha comprobado que los atletas de competencia, durante la crisis del COVID han percibido niveles altos de estrés.

Con lo mencionado anteriormente resulta oportuno decir que en la actualidad el confinamiento ha terminado y se ha retornado a una nueva normalidad de vida, sin embargo, la pandemia continua con estrictas restricciones en el aspecto deportivo, con relación a los entrenamientos deportivos se ha regresado paulatinamente aunque las condiciones no son las más óptimas para el deportista con proyecciones internacionales por lo que está afectando no solamente su salud mental, sino también en su rendimiento deportivo, así lo confirman (Muriel et al. 2020), los atletas de competencia han perdido su rendimiento del 1% al 19%.

Así mismo, (González-Carrillo, 2020), sostiene que un atleta que no trabaja sistemáticamente en su sesión de entrenamiento sus capacidades físicas puede tener atrofia muscular que aparece por la poca actividad, esto reduce la resistencia anabólica y la capacidad aeróbica y otras funciones esenciales para su mantenimiento y es motivo por lo cual el atleta ha disminuido su rendimiento deportivo. Para completar la idea, (Núñez-Prats & Garcia-Mas, 2017) mencionan que, el rendimiento deportivo es el producto de varios recursos, para obtener eficientes resultados y estos depende de varios factores como físicos, psicológicos, materiales, técnicos y tácticos, es decir que el

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

resultado deportivo del deportista compone diferentes aspectos en cual debe estar en condiciones para emplear su máximo nivel.

En cuanto al rendimiento deportivo enfocado a deportes acuáticos especialmente la natación, los autores (Mooney, et al. 2015), argumentan que el rendimiento en nadadores está compuesto por diversos factores como una preparación física en agua y en tierra para que desarrolle sus capacidades de resistencia, fuerza, estiramiento y coordinación, además un adecuado análisis biomecánico, y una oportuna preparación psicológica. Es decir, para que los nadadores se encuentren en su mejor rendimiento deportivo, no solamente necesitan una preparación física si no también requieren una preparación en un medio acuático y puedan desarrollar todas sus capacidades.

## **MÉTODO**

El presente estudio responde a un enfoque de investigación cuantitativo, de tipo descriptivo, de corte transversal, (Erazo & Narváez, 2020). La población de estudio está considerada con un total de 21 nadadores con proyecciones internacionales (9 mujeres y 12 hombres) con edades comprendidas entre los 15 y 30 años. Aplicando el muestreo no probabilístico por cuotas se determinará la muestra de estudio. Como criterio de inclusión se considera dentro de la muestra a deportistas que hayan participado en eventos internacionales.

Como instrumento de medición para los efectos psicológicos se utilizó la versión de la escala de estrés, ansiedad y depresión DASS-21 de (Antony, et al. 1998) y esta validada por la versión española de (Ruiz, et al. 2017). Para la determinación del rendimiento deportivo se procedió a recoger los resultados obtenidos antes del confinamiento del 2020 y los resultados actuales del 2021 en eventos realizados a nivel nacional e internacional en los deportistas.

Se utilizó el programa informático Excel y el paquete estadístico SPSS versión 27 para el análisis estadístico de verificación de los resultados del estudio, aplicando un análisis descriptivo para las variables. Para el levantamiento de la información del test aplicado

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

se utilizó la herramienta drive formularios Google, para una escala de Likert de 21 ítems con 4 puntos de referencia el cual se tuvo información relevante en cuanto a la depresión, ansiedad, y estrés (Castro-Castro, et al. 2020).

## RESULTADOS

Una vez recolectados los datos se presenta los siguientes resultados, en relación a los datos demográficos de género y edad, el total de los 21 nadadores, el 42.9% son mujeres (n=9), y los hombres representan el 57,1% de un total (n =12), en referencia a la edad, el rango de 15- 18 años del 42.9% y de los 19-21 años de edad con 23.8% y en el rango de 22-30 años con el 33.3%.

**Tabla 1.**  
Edad y Género.

	Género	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Mujer	9	42,9
	Hombre	12	57,1
	Total	21	100,0
	Edad	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	15-18	9	42,9
	19-21	5	23,8
	22-30	7	33,3
	Total	21	100,0

**Fuente:** Elaboración propia.

En el análisis de los resultados del nivel de depresión los nadadores tienen una depresión extremadamente severa con un 61.9% de (n=13), además de una depresión severa de 28.6% (n=6), y el nivel más bajo que es la depresión moderada de (n=2) que es 9.5%.



Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

**Tabla 2.**  
Nivel de Depresión.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Moderada	2	9,5
	Severa	6	28,6
	Extremadamente Severa	13	61,9
	Total	21	100,0

**Fuente:** Elaboración propia

En cuanto al análisis del nivel de ansiedad se refleja que el 81.0% de los n= 17 encuestados tienen ansiedad extremadamente severa y el 19% que es el n=4, tiene una ansiedad severa.

**Tabla 3.**  
Nivel de ansiedad.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Severa	4	19,0
	Extremadamente Severa	17	81,0
	Total	21	100,0

**Fuente:** Elaboración propia.

En el estado emocional del estrés los resultados pusieron manifiesto que los deportistas tienen valores predominantes en un estrés severo de 47.6%, un estrés extremadamente severo de 38.1%, mientras que un nivel leve de estrés con 9.5%, y un moderado estrés de 4.8%.

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

**Tabla 4.**  
Nivel de estrés.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje
Válidos	Leve	2	9,5
	Moderada	1	4,8
	Severa	10	47,6
	Extremadamente Severa	8	38,1
	Total	21	100,0

**Fuente:** Elaboración propia.

En el análisis del rendimiento deportivo se recolectó datos de los resultados de la prueba de los 5km en un pre confinamiento y post confinamiento de cada deportista, de este modo en el análisis se indica, que en el resultado del rendimiento deportivo el 80.95% (n=17) de los deportistas aumentaron su tiempo después del confinamiento en un 88.23%, lo que significa un bajo rendimiento, y por lo contrario el 19.05% (n=4) de los deportistas disminuyeron su tiempo en un 17.62%, lo que indica que tuvieron un alto rendimiento deportivo.

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

**Tabla 5.**  
Resultados deportivos pre- confinamiento y post confinamiento de los deportistas.

Deportistas	Distancia	Pre confinamiento	Post confinamiento	Resultado Rendimiento
1	5km	1:04:11	1:07:04	Bajo
2	5km	1:00:00	1:04:34	Bajo
3	5km	1:00:36	1:05:24	Bajo
4	5km	1:04:32	1:11:51	Bajo
5	5km	1:05:30	1:11:02	Bajo
6	5km	1:08:30	1:10:08	Bajo
7	5km	1:10:12	1:18:14	Bajo
8	5km	1:01:14	1:04:43	Bajo
9	5km	1:02:57	1:06:05	Bajo
10	5km	1:04:46	1:10:00	Bajo
Válidos 11	5km	1:05:31	1:04:18	Alto
12	5km	1:06:52	1:10:00	Bajo
13	5km	1:07:34	1:09:59	Bajo
14	5km	1:00:44	57:58:00	Alto
15	5km	1:00:45	57:59:01	Alto
16	5km	55:52:00	58:01:03	Bajo
17	5km	1:11:01	1:14:54	Bajo
18	5km	1:02:03	58:05:05	Alto
19	5km	1:15:22	1:20:12	Bajo
20	5km	1:12:09	1:21:16	Bajo
21	5km	52:30:00	1:10:05	Bajo

**Fuente:** Elaboración propia.

**Tabla 6.**  
Nivel de Rendimiento deportivo post- confinamiento.

	Nivel	Frecuencia	Porcentaje	Tiempo %
Válidos	Alto	4	19,05	17,62
	Bajo	17	80,95	88,23
	Total	21	100,0	

**Fuente:** Elaboración propia

## DISCUSION

En la presente investigación se obtuvo información importante en relación a los efectos psicológicos del confinamiento COVID 19 y su influencia en su rendimiento deportivo de los nadadores, debido a que la pandemia presentó una nueva normalidad de vida llena de dificultades por lo que estos deportistas confrontan una situación alarmante en su físico y en su salud mental.

Ahora bien, en este estudio se obtuvo datos demográficos de género y edad respectivamente, el cual refleja que existe una predominancia en los hombres con relación a las mujeres deportistas y con respecto a la edad, existe un rango mayor en los nadadores de edad juvenil, mientras que la otra diferencia, son edades ya absolutas, estos deportistas de alto nivel participan en eventos internacionales de esta disciplina.

En cuanto al nivel de depresión los nadadores tienen altos porcentajes como: extremadamente severo en un 61.9%, severo de 28.6%, esto refleja que el deportista está pasando por momentos duros en cuanto a su salud mental con respecto a la depresión. Los autores (Senişik, et al. 2020) señalan que, los altos estados de depresión influyen en la vida deportiva del atleta dado que los pensamientos negativos a causa de la incertidumbre que se vive hacen que pierda su identidad atlética al sentirse muy poco como persona, es decir que en estos momentos el deportista deberá ser tratado para mejorar su salud mental pues su bienestar emocional no se encuentra equilibrado y es un factor de riesgo no solamente psicológico sino físico.

Por ello, los autores (Uroh & Adewunmi, 2021), mencionan que, para tratar esta alteración de depresión es conveniente que el deportista reajuste sus objetivos y se adapte a estas nuevas circunstancias cambiantes que ocasionó la pandemia del coronavirus, por tanto, los entrenadores y el resto del equipo profesional deberá mantenerse en contacto mediante las diversas plataformas virtuales o por llamadas telefónicas para ser tratados cada uno de los deportistas.

Al analizar los resultados con respecto a la ansiedad, resulta muy alarmante encontrar que el 81.0% de los deportistas presenta estados de ansiedad extremadamente severo,

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

es decir los sentimientos de nerviosismo, inquietud y preocupación de lo que podría pasar con su futuro deportivo se han apoderado de su ser, ante esto (Leguizamo, et al. 2021), advierten que la ansiedad debe ser limitada y adaptada a tiempo, puesto que es un factor de riesgo para la salud del deportista, ya que es una alarma para poner diversas componentes de defensa frente a situaciones que comprometan la estabilidad psicofísica de los deportistas.

En el mismo sentido (Ramírez-Barajas, et al. 2021), demostró que el 70.6% tiene una ansiedad alta, un nivel moderado de ansiedad de 28.8% y un nivel bajo de ansiedad de 3.05%, por lo que el autor interpreta que se debe dar importancia requerida en cuanto a estos estados emocionales presentados ante un psicólogo deportivo, de esta manera el deportista podrá seguir sus consejos y recomendaciones; completando la idea (Edwards & Thornton, 2021), indican que el deportista podrá reducir la ansiedad cambiando su campo de visión a un presente real, de este modo el deportista sentirá menos presión por su futuro, además, es importante que el deportista maneje por sí mismo técnicas de relajación y estrategias de afrontamiento adaptativas.

En cuanto al nivel de estrés demostraron valores predominantes en severo, con 47.6%, un estrés extremadamente severo de 38.1%, al respecto (Makarowski, et al. 2020), expresan que el estrés elevado durante la pandemia induce a consecuencias estructurales y funcionales en el cerebro, resultando un comportamiento social alterado que limita la capacidad de un deportista para hacer frente a las condiciones estresantes, en el caso de un nadador en estos momentos de pandemia, estarían relacionados con la falta de contacto con su medio básico de entrenamiento que es la piscina.

Así lo ratifica (Fernández-Martín, et al. 2018), al referirse que, el entrenamiento para los nadadores es un proceso sumamente complejo por la cantidad de factores y variables que interactúan para manifestar su mejor forma óptima y por lo tanto, al no tener un contacto requerido en el agua es la manera más fácil para un nadador perder su forma deportiva. La cancelación de eventos deportivos incluyendo el más grande de todos: los Juegos Olímpicos de Tokio y demás torneos también han contribuido a que los niveles

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

de estrés se vean elevados aún más, con consecuencias que van más allá de efectos negativos en cuanto a la atención, o disminución de la confianza, llegando a casos más graves incluso de abandono de la práctica deportiva, como lo manifiestan (Reardon, et al. 2020), el deportista puede tomar decisiones desacertadas como un temprano retiro deportivo a causa de la falta de adaptación a estas circunstancias imprevistas, al mal manejo de sus emociones y el consecuente estrés diario.

En el análisis sobre el rendimiento deportivo, se recolectó datos de los resultados de cada deportista del antes y después del confinamiento, de este modo se indica que, el 80.95%, bajaron su rendimiento, situación totalmente esperada pues su condición emocional se encontró inestable y más aún por la falta de entrenamiento por las restricciones del acceso la piscina, lo que a decir (Heath, 2020) va generar que, en pocos días el nadador comience a producir pérdida total o parcial de las adaptaciones orgánicas inducidas por el entrenamiento. Sin embargo y a pesar de la situación de confinamiento se pudo observar que un porcentaje de deportistas de la muestra de estudio correspondientes al 19.05% aumentaron su rendimiento, lo cual se justifica por la permanente preparación mantenida al acceder a centros deportivos particulares.

## **CONCLUSIONES**

Una vez culminada la investigación y realizado los debidos análisis de los resultados obtenidos del instrumento de investigación aplicado se concluye que, el confinamiento ha afectado grandemente a los nadadores de proyección internacional de la muestra de estudio, en el campo psicológico, especialmente a lo que tiene que ver con niveles de depresión, ansiedad y estrés debido al cambio en su vida deportiva por las restricciones en la práctica deportiva como también en la cancelación de eventos deportivos a nivel nacional e internacional, además de la falta comunicación directa del entrenador y compañeros, el cual desequilibra su estado emocional.

Por tanto, estos efectos psicológicos negativos del confinamiento, determinaron de manera directa que el rendimiento deportivo disminuya, tal como lo demuestran los

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

resultados pre y post pandemia de competencia; situación totalmente esperada por las condiciones particulares de la natación, la cual tiene como su principal escenario la piscina y al no disponerla por efectos de las condiciones de restricción a este y otro tipo de escenarios deportivos, dieron como resultado la baja de rendimiento, a pesar de los esfuerzos realizados por los deportistas de mantenerse físicamente activos.

Probablemente uno de los deportes que más estragos sufrió en esta pandemia fue la natación y en particular los nadadores, para quienes urge una reestructuración de planificaciones, y considerar dentro de estas las necesidades psicológicas que se vieron enormemente afectadas.

## FINANCIAMIENTO

No monetario.

## AGRADECIMIENTO

A la Universidad Católica de Cuenca y la Jefatura de Posgrados por apoyar el desarrollo de la investigación

## REFERENCIAS CONSULTADAS

Andreato, L. V., Coimbra, D. R., & Andrade, A. (2020). Challenges to Athletes During the Home Confinement Caused by the COVID-19 Pandemic. *Strength & Conditioning Journal*, 42(3), 1–5. <https://doi.org/10.1519/SSC.0000000000000563>

Antony, M. M., Cox, B. J., Enns, M. W., Bieling, P. J., & Swinson, R. P. (1998). Psychometric properties of the 42-item and 21-item versions of the Depression Anxiety Stress Scales in clinical groups and a community sample. *Psychological Assessment*, 10(2), 176–181. <https://doi.org/10.1037/1040-3590.10.2.176>

Burtscher, J., Burtscher, M., & Millet, G. P. (2020). (Indoor) isolation, stress, and physical inactivity: Vicious circles accelerated by COVID-19? *Scandinavian Journal of Medicine and Science in Sports*, 30(8), 1544–1545. <https://doi.org/10.1111/sms.13706>

- Castro-Castro, L., García-Herrera, D., Ávila-Mediavilla, C., & Erazo-Álvarez, J. (2020). Impacto de COVID-19 en Educación básica y bachillerato: Unidades educativas urbanas de Suscal – Ecuador [Impact of COVID-19 on Basic and High School Education: Urban Educational Units of Suscal - Ecuador]. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 5(5), 163-177. <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v5i5.1038>
- Clemente-Suárez, V. J., Fuentes-García, J. P., De-la-Vega-Marcos, R., & Martínez-Patiño, M. J. (2020). Modulators of the Personal and Professional Threat Perception of Olympic Athletes in the Actual COVID-19 Crisis. *Frontiers in Psychology*, 11(August), 1–7. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.01985>
- Desiderio, W. A., & Bortolazzo, C. (2020). Impacto de la pandemia por covid-19 en los deportistas [Impact of the covid-19 pandemic on athletes]. *Revista de La Asociación Médica Argentina*, 52(2), 187–189.
- Di-Fronso, S., Costa, S., Montesano, C., Di Gruttola, F., Ciofi, E. G., Morgilli, L., Robazza, C., & Bertollo, M. (2020). The effects of COVID-19 pandemic on perceived stress and psychobiosocial states in Italian athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 0(0), 1–13. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1802612>
- Dirinó-Piña, L. A. (2020). Reflexión crítica sobre el impacto psicoemocional en atletas de alto rendimiento generado por la pandemia del COVID-19 [Critical reflection on the psycho-emotional impact on high performance athletes generated by the pandemic of COVID-19]. *Revista Ciencias de La Educación*, 30, 1230–1244.
- Dunlop, C., Howe, A., Li, D., & Allen, L. N. (2020). The coronavirus outbreak: The central role of primary care in emergency preparedness and response. *BJGP Open*, 4(1), 3–5. <https://doi.org/10.3399/bjgpopen20X101041>
- Edwards, C., & Thornton, J. (2021). Athlete Mental Health and Mental Illness in the era of COVID-19 Sport. Recuperado de <https://n9.cl/nc1a9>
- Erazo-Álvarez, J., & Narváez-Zurita, C. (2020). Medición y gestión del capital intelectual en la industria del cuero - calzado en Ecuador [Measurement and management of intellectual capital in the leather industry - footwear in Ecuador]. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 5(9), 437-467. <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v5i9.662>
- Fernández-Martín, M., Cáceres-Ponce, M. L., Nobrega-Pérez, L., y Morejon-Rey, R. (2018). Plan de actividades orientadas al desentrenamiento de los nadadores retirados del deporte activo [Plan of activities guided to the untraining of the retired swimmers from the active sport]. *Accion*, 14, 1–8.



- González-Carrillo, R. (2020). Deporte, Bienestar y la Pandemia del Covid-19 [Sports, wellness and the Covid-19 pandemic]. *Conferencia Interamericana de Seguridad Social (CISS)*. Recuperado de <https://n9.cl/ksvt>
- Håkansson, A., Jönsson, C., & Kenttä, G. (2020). Psychological distress and problem gambling in elite athletes during covid-19 restrictions—a web survey in top leagues of three sports during the pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 1–17. <https://doi.org/10.3390/ijerph17186693>
- Heath, S. (2020). Original Research: Disjuncture as Well-Being in Youth Swimming: The Effects of the COVID-19 Pandemic on Everyday Associations and Routines. *Health & Well-Being in Uncertain Times: Centering Children & Youth*, 12(2), 15–18.
- Leguizamo, F., Olmedilla, A., Núñez, A., Verdaguer Posenti, F. J., Gómez Espejo, V., Ruiz Barquín, R., & Garcia Mas, A. (2021). Personality, Coping Strategies, and Mental Health in High-Performance Athletes During Confinement Derived From the COVID-19 Pandemic. *Frontiers in Public Health*, 8(January), 1–15. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2020.561198>
- Makarowski, R., Piotrowski, A., Predoiu, R., Görner, K., Predoiu, A., Mitrache, G., Malinauskas, R., Bochaver, K., Dovzhik, L., Cherepov, E., Vazne, Z., Vicente Salar, N., Hamzah, I., Miklósi, M., Kovács, K., & Nikkhah Farkhani, Z. (2020). Stress and coping during the COVID-19 pandemic among martial arts athletes – A cross-cultural study. *Archives of Budo*, 16, 161–171. <http://archbudo.com/view/abstract/id/13812>
- Mooney, R., Corley, G., Godfrey, A., Quinlan, L. R., & ÓLaighin, G. (2015). Inertial sensor technology for elite swimming performance analysis: A systematic review. *Sensors (Switzerland)*, 16(1). <https://doi.org/10.3390/s16010018>
- Moreno-Leiva, G. (2020). Deporte y actividad física en tiempos de pandemia [Sport and physical activity in times of pandemic]. *Revista Observatorio Del Deporte ODEP*, 6(2), 53–54.
- Muriel, X., Courel Ibáñez, J., Cerezuela Espejo, V., & G Pallarés, J. (2020). Training Load and Performance Impairments in Professional Cyclists During COVID-19. *International journal of sports physiology and performance*, 1, 1-4. <https://doi.org/10.1123/ijspp.2020-0501>
- Núñez-Prats, A., & Garcia-Mas, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática [Relationship between performance and anxiety in sports: a systematic review]. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 32(2), 172–177. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i32.53297>

- Pillay, L., Christa Janse van Rensburg, D. C., Jansen van Rensburg, A., Ramagole, D. A., Holtzhausen, L., Dijkstra, H. P., & Cronje, T. (2020). Nowhere to hide: The significant impact of coronavirus disease 2019 (COVID-19) measures on elite and semi-elite South African athletes. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 23(7), 670–679. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.05.016>
- Ramírez-Barajas, M. A., Figueroa Conde, J. A., Martínez Landz, P., y Gamiz Matuk, A. L. (2021). Síndrome de ansiedad y depresión de integrantes del Club Deportivo Guadalajara durante la COVID-19 [Anxiety and depression syndrome of Club Deportivo Guadalajara members during COVID-19]. *Revista Especializada En Ciencias de La Cultura Física y Del Deporte*, 18(47), 69–78.
- Reardon, C. L., Bindra, A., Blauwet, C., Budgett, R., Campriani, N., Currie, A., Gouttebauge, V., McDuff, D., Mountjoy, M., Purcell, R., Putukian, M., Rice, S., & Hainline, B. (2020). Mental health management of elite athletes during COVID-19: A narrative review and recommendations. *British Journal of Sports Medicine*, 1–10. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2020-102884>
- Ruiz, F. J., García Martín, M. B., Suárez Falcon, J. C., & Odriozola Gonzalez, P. (2017). The hierarchical factor structure of the Spanish version of Depression Anxiety and Stress Scale-21. *International Journal of Psychology and Psychological Therapy*, 17(1), 97–105.
- Schinke, R., Papaioannou, A., Henriksen, K., Si, G., Zhang, L., & Haberl, P. (2020). Sport psychology services to high performance athletes during COVID-19. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(3), 269–272. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1754616>
- Secretaría General de Comunicación de la Presidencia. (2020). Secretaría General de Comunicación de la Presidencia [General Secretariat of Communication of the Presidency]. Recuperado de <https://n9.cl/1co78>
- Seniřik, S., Denerel, N., Köyağasiođlu, O., & Tunç, S. (2020). The effect of isolation on athletes' mental health during the COVID-19 pandemic. *Physician and Sportsmedicine*, 00(00), 1–7. <https://doi.org/10.1080/00913847.2020.1807297>
- Tayech, A., Mejri, M. A., Makhlouf, I., Mathlouthi, A., Behm, D. G., & Chaouachi, A. (2020). Second wave of covid-19 global pandemic and athletes' confinement: Recommendations to better manage and optimize the modified lifestyle. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(22), 1–13. <https://doi.org/10.3390/ijerph17228385>

Nataly Rosalía Caldas-Calle; Zoila Guillermina Torres-Palchisaca

Uğraş, S., Sağın, A. E., Karabulut, Ö., & Özen, G. (2021). The relationship between college athletes' health literacy and COVID-19 anxiety levels. *Physical Education of Students*, 25(1), 36–42. <https://doi.org/10.15561/20755279.2021.0105>

Uroh, C. C., & Adewunmi, C. M. (2021). Psychological Impact of the COVID-19 Pandemic on Athletes. *Frontiers in Sports and Active Living*, 3(4), 47–49. [https://doi.org/10.1007/978-3-030-67849-4\\_4](https://doi.org/10.1007/978-3-030-67849-4_4)

©2021 por los autores. Este artículo es de acceso abierto y distribuido según los términos y condiciones de la licencia Creative Commons Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional (CC BY-NC-SA 4.0) (<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/>).