


Original**Recibido: 05/10/2021 | Aceptado: 04/01/2022****Diagnóstico de los niveles de ansiedad generados por las crisis de asma en adolescentes practicantes de natación****Diagnosis of the anxiety levels generated by asthma crisis in adolescent swimmers**Delvis María Suárez Suárez. [delvis.roly@nauta.cu] 

Escuela para Profesores de Educación Física “Simón Bolívar y Palacios”. Bayamo. Granma. Cuba.

Hilda Rosa Rabilero Sabatés. [hrabilero@uo.edu.cu] 

Universidad de Oriente. Santiago de Cuba. Cuba.

José Ignacio Ruíz Sánchez. [r Ruiz@reduc.edu.cu] 

Universidad de Camagüey. Camagüey. Cuba.

Resumen

La investigación constituye una memoria descriptiva con el propósito de diagnosticar los niveles de ansiedad en adolescentes asmáticos practicantes de Natación pertenecientes al combinado deportivo Vicente Quezada del municipio Bayamo. En tal sentido, fue necesario realizar una fundamentación teórica del objeto y el campo e identificar sus irregularidades. Del diagnóstico del estado actual emergen insuficiencias que dan cuenta de la presencia en los adolescentes de altos niveles de ansiedad, lo cual incide en los resultados de la actividad deportiva, situación problemática que expresa las carencias teórico - metodológicas que permiten develar como problema científico: ¿Cuál es el estado actual que presentan los niveles de ansiedad generados por las crisis de asma en adolescentes practicantes de Natación pertenecientes al combinado deportivo Vicente Quezada? La solución del problema planteado se pretende concretar en el siguiente objetivo general: diagnosticar los niveles de ansiedad generados por las crisis de asma en adolescentes practicantes de Natación pertenecientes al



combinado deportivo Vicente Quezada, para ello se delimita como población a los 6 adolescentes practicantes de natación de este combinado deportivo Municipio Bayamo, diagnosticados con asma bronquial. Se utilizaron métodos teóricos, empíricos y estadístico - matemáticos que guiaron la investigación y la obtención de los resultados científicos.

Palabras clave: natación; asma; diagnóstico; ansiedad; adolescente

Abstract

The research constitutes a descriptive memory with the purpose of diagnosing anxiety levels in asthmatic adolescents practicing swimming belonging to the Vicente Quezada sports team of the Bayamo municipality. In this sense, it was necessary to carry out a theoretical foundation of the object and the field and identify its irregularities. From the diagnosis of the current state, insufficiencies emerge that account for the presence in adolescents of high levels of anxiety, which affects the results of sports activity, a problematic situation that expresses the theoretical-methodological deficiencies that allow to reveal as a scientific problem: ¿ What is the current state of anxiety levels generated by asthma attacks in adolescent swimming practitioners belonging to the Vicente Quezada sports team? The solution to the proposed problem is intended to be specified in the following general objective: to diagnose the levels of anxiety generated by asthma attacks in adolescents practicing swimming belonging to the Vicente Quezada sports team, for which the population is defined as the 6 adolescents practicing swimming from this Bayamo Municipality sports team, diagnosed with bronchial asthma. Theoretical, empirical and statistical - mathematical methods were used to guide the research and obtaining the scientific results.

Keywords: swimming; asthma; diagnosis; anxiety; teen



Introducción

La promoción de salud ha recibido gran atención sobre todo a partir de la década del 70, no solo por el sector de la salud sino también por quienes se ocupan de las políticas sociales y de la salud.

En Cuba, se viene realizando un intenso trabajo para ofrecer una mejor atención a la población en la eliminación de enfermedades, ayudando de esta forma a una salud más eficiente. En ello la actividad física sistemática, bien dirigida, educando, desarrollando la voluntad y las capacidades físicas; donde ejercen un importante papel en la personalidad y el mejoramiento de su organismo, ha influido de forma relevante en el aumento de la expectativa de vida y su calidad en la población.

En las escuelas cubanas existe una cantidad numerosa de niños con enfermedades respiratorias, como es el caso del asma bronquial, la cual ha constituido desde tiempo pasado un azote para la humanidad, y es una de las afecciones que tiene prioridad en la política de la salud; encontrándose entre las enfermedades alérgicas y dispensarizadas.

El paciente asmático al tener dificultades en la respiración trae como consecuencia la alteración de los órganos respiratorios, le provoca la disfunción de los músculos. Esta enfermedad es una de las afecciones que se han priorizado en la política de salud de nuestro país, encontrándose entre las patologías dispensarizadas. Los cambios climáticos son uno de los factores que pueden desencadenar una crisis de asma, debido a la humedad, así como el cambio de las estaciones del año principalmente el invierno y la primavera por el frío, el aire y la humedad; aunque no podemos obviar el verano por la cantidad de polvo que afecta grandemente a los pacientes alérgicos.



El asma bronquial es una enfermedad inflamatoria crónica de las vías aéreas y constituye un problema de salud pública, es más frecuente en la infancia y adolescencia, su prevalencia y morbimortalidad están aumentando, a pesar de los avances surgidos, es una de las afecciones que se han priorizado en la política de salud de nuestro país, encontrándose entre las patologías dispensarizadas. Los cambios climáticos son uno de los factores que pueden desencadenar una crisis de asma, debido a la humedad, así como el cambio de las estaciones del año principalmente el invierno y la primavera por el frío, el aire y la humedad; aunque no podemos obviar el verano por la cantidad de polvo que afecta grandemente a los pacientes alérgicos.

El asma bronquial está distribuida en todas las regiones del mundo, atendiendo a múltiples factores de índole económico, ambiental y cultural. La prevalencia ha estado en aumento asociada a patrones ambientales como disminución de la actividad física.

El asma es una enfermedad pulmonar que, aunque afecta a personas de cualquier edad, es muy común en los niños y adolescentes, de allí las adaptaciones curriculares que normalmente se deben realizar en las clases de Educación Física y en la práctica de cualquier deporte, entre ellos, la Natación, esta enfermedad se identifica por su carácter obstructivo de las vías aéreas como consecuencia de una inflamación. Esto produce los denominados broncoespasmos, derivados de la dificultad para respirar al estrecharse los conductos debido a la mencionada inflamación.

Adicionalmente, estos broncoespasmos suelen ir acompañados con exceso de secreción de mucosidad, lo que hace que los síntomas físicos de la enfermedad sean molestos y afecten a la calidad de vida del enfermo que padece asma.



En este sentido, múltiples autores como: Vera, Pascual, da Costa (2011); Duvalón, Pérez, Rodríguez (2012); Calero, González (2015); refieren que se pueden encontrar dos tipos de asma en función de factores etiológicos:

- Asma extrínseca.
- Asma intrínseca.

El primero es el más común, siendo aproximadamente el 80% de pacientes asmáticos los que padecen este tipo de asma. Está muy unido a los antecedentes familiares de alergias.

Por el contrario, el asma intrínseca tiene más que ver con la reacción al ácido acetil salicílico, más comúnmente conocido como aspirina. Este tipo de asma se da aproximadamente en el 20% de los enfermos de asma y, en concreto, en personas adultas. Esto es, aunque la enfermedad suele aparecer en edades tempranas, el asma intrínseca puede aparecer a lo largo de toda la vida, en cualquier etapa de la misma.

Plantean además, que una de las características de esta enfermedad son las denominadas crisis asmáticas, que se producen como consecuencia de varios factores que provocan la mencionada obstrucción de las vías respiratorias. Entre estos factores se pueden citar la contaminación ambiental, una infección del aparato respiratorio, la reacción a medicamentos, el contacto con alguna sustancia o elemento alergénico

En este sentido, estos investigadores, abogan por la realización de ejercicio físico como terapia contra esta enfermedad, específicamente han demostrado la valía de la práctica de la natación como una de las formas más utilizadas para contrarrestar la enfermedad del asma bronquial, ya que mejora la condición física, reduce las necesidades de medicación, la gravedad del asma y su calidad de vida.



A pesar de la valía de estos estudios desde la función profiláctica y terapéutica de la natación para el asma bronquial, la práctica ha demostrado que los practicantes durante las crisis experimentan estados de ansiedad, trastornos emocionales comórbidos comunes, que desequilibran su conducta y se asocian con el asma no controlada, lo cual incide de manera negativa en los resultados de la actividad deportiva.

Desde estos referentes, autores como: De Arriba, Pellegrini Belinchón; Ortega y Casanueva (2016); aseveran que esta enfermedad requiere destrezas psicológicas para su automanejo. Su variabilidad produce ansiedad en el paciente y su familia, dependencia importante del sistema de salud, mayores costos y peor calidad de vida. Las guías para el manejo promulgan la educación como un escalón más del tratamiento, y existe evidencia de que constituye un componente esencial de su correcto manejo. Esta educación debe proporcionar conocimientos, promover habilidades y modificar conductas. Debe escalonarse, adaptarse a la familia y evaluarse periódicamente.

En correspondencia con ello, Autores como Lomper, Chudiak, Uchmanowicz, Rosinczuk, Jankowska-Polanska (2010), reconocen el carácter innato de las emociones, cómo adquieren significación dependiendo del contexto en que surgen, y cómo influyen en el comportamiento de los sujetos por sus particularidades y por los síntomas que acarrear.

De esta manera cualquier manifestación de estado de ansiedad en pacientes asmáticos será consecuencia de la interacción entre cierta predisposición existente en el individuo y características de la situación en que tiene lugar la conducta, o sea, toda reacción de ansiedad depende de la interacción entre rasgo de ansiedad del sujeto y características estresantes de la



situación por lo que en ella se expresa la necesaria integración de lo cognitivo, fisiológico y conductual.

Lo anterior es expresión de que las funciones reguladoras de las emociones se derivan directamente de la valoración y reflexión que realiza el practicante acerca de ellas, al destacar que el autocontrol emocional no representa reprimir las emociones, sino lograr identificar qué las provoca, por qué se generan, qué consecuencias ocasionan, con qué mecanismos cuenta el sujeto para afrontarlas y regularlas adecuadamente.

En este quehacer es vital la preparación del profesor de natación, el cual no solo debe saber guiar desde lo metodológico los ejercicios con una dosificación adecuada en correspondencia con las particularidades de la adolescencia y las características del tipo de asma que presenta cada practicante, es importante además lograr que el adolescente posea conocimiento sobre su proceso respiratorio, entorno socio familiar, factores o agentes desencadenantes de las crisis, lo cual se constituye en un estado de alerta apropiado y le permite el control de estados emocionales negativos durante las crisis.

Desde esta perspectiva la presente investigación se orienta contribuir a la solución de esta problemática y para ello se plantea como objetivo, diagnosticar el estado actual que presentan los niveles de ansiedad generados por las crisis de asma en adolescentes practicantes de Natación pertenecientes al combinado deportivo Vicente Quezada.

Población y muestra

Para la realización de la investigación se escogió una muestra de 6 practicantes de natación pertenecientes al combinado deportivo Vicente Quezada, (4 varones que poseen asma de tipo III y 2 hembras, una de tipo II y una de tipo I) que constituyen el 100% de los



adolescentes afectados por esta patología, sus edades oscilan entre los 15 y 16 años de edad y poseen 3 años de experiencia en el deporte. Participan también en la investigación 2 entrenadores del equipo y el comisionado, los que poseen más de 15 años de experiencia en este contexto.

Características clínicas.

Escolar	Sexo	Tipo de asma	Causas de las crisis
1	f	I	clima
2	m	III	ejercicios
3	m	II	alérgenos
4	m	III	ejercicios
5	m	III	ejercicios
6	m	III	ejercicios

La metodología utilizada es cuali - cuantitativa, aplicada, de campo y descriptiva. Los métodos empleados fueron:

- Analítico - Sintético: se utilizó durante todo el proceso de consulta de la literatura científica existente sobre el tema, en el estudio de las temáticas abordadas como parte del marco teórico, para determinar sus particularidades, descubrir sus relaciones y



características generales, así como en el análisis de los resultados obtenidos en el proceso de investigación.

➤ Inductivo - deductivo: permitió trabajar en el nivel de lo concreto pensado, con los referentes y fundamentos inferidos del estudio teórico, formular los nuevos juicios y generalizaciones que se sintetizan a lo largo de la investigación, según la lógica de las tareas planificadas.

➤ Observación a sesiones de entrenamientos después de las crisis de asma: se realiza con el objetivo de constatar el comportamiento de los síntomas de ansiedad que presentan los practicantes objeto de investigación y su influencia en los resultados de la actividad deportiva.

➤ Análisis de documentos: con el objetivo de valorar el tratamiento que se le ofrece a los estados emocionales en el programa de preparación del deportista y el plan de entrenamiento, como parte del proceso de preparación psicológica desde la función del profesor deportivo.

➤ Test de IDARE (40 ítems): para diagnosticar el nivel de ansiedad como rasgo y como estado (más de 45 alto 30-44 medio y bajo de 20-29).

➤ Test de POMS: con el objetivo de valorar estados emocionales, consta de 65 ítems en forma de reactivos, y se agrupan en 6 escalas: depresión, tensión, confusión, angustia, fatiga y vigor. Tiene una puntuación del cero al cuatro, donde el cero significa (nada), el uno (un poco), el dos (moderadamente), el tres (bastante) y el cuatro (muchísimo).



➤ Triangulación por métodos: fue utilizada para analizar y confrontar diferentes resultados obtenidos desde otros ángulos en la aplicación de diferentes métodos con el fin de contrastarlos e interpretarlos.

➤ Del nivel estadístico – matemático: se emplean para procesar los datos primarios, la distribución empírica de frecuencias y su correspondiente distribución porcentual y el software SPSS para Windows versión 17.0.

Análisis de los resultados

Revisión de documentos

➤ El plan de preparación psicológica, no cuenta con acciones de intervención psicopedagógica para el control de la ansiedad en los practicantes de natación generado por una crisis de asma.

Observación a sesiones de entrenamientos después de las crisis de asma:

Los practicantes después de la crisis de asma durante los entrenamientos experimentan deseos frecuentes de micción, aumento del ritmo cardíaco, sudoración en las manos, desconcentración y apatía para entrenar y competir. Les resulta difícil controlar sus estados de ansiedad, se muestran inquietos, actúan de manera desorganizada y apresurada lo cual incide en el éxito de la actividad deportiva.

Los resultados deportivos se han visto afectados a causa de la sobreexcitación, falta de alegría al ejecutar las acciones, baja actitud competitiva, pobre disposición para rendir y baja capacidad de concentración. Los profesores deportivos no suelen proporcionar a los practicantes las habilidades para un adecuado auto-manejo de la ansiedad provocada por las crisis de asma.

Entrevista a los profesores deportivos



Los profesores deportivos logran identificar las manifestaciones fisiológicas y psicológicas en los practicantes generadas por los estados de ansiedad ante las crisis de asma, entre los que se destacan: la pérdida de control, el nerviosismo y la baja motivación. Sin embargo, refieren que no poseen suficientes conocimientos en relación a los recursos psicopedagógicos necesarios para atenuar la presencia de estos estados en función de lograr la autorregulación del atleta.

Perfil de los estados emocionales (POMS)

Los valores de los resultados del perfil de los estados emocionales (POMS), denotan afectación en el factor de vigor en los 6 practicantes evaluados. Esto se traduce como una baja de la energía y disposición psíquica del deportista hacia la realización de acciones motoras, que se concatena con los síntomas de fatiga. Estas valoraciones que aparecen se unen a los resultados anteriores y expresan en las emociones que se manifiestan en ellos al aparecer los factores desencadenantes relacionados con las altas tensiones que generan una baja de la energía produciendo sensaciones de cansancio y dolencias físicas.

Test de cualidades volitivas

La capacidad de los practicantes para superar sus obstáculos y las dificultades que se presentan durante los entrenamientos y la competencia luego de las crisis de asma, caracterizan a la actividad volitiva que las mismas manifiestan como rasgos más o menos estables de su personalidad.

Se aprecia que en sentido general que poseen un nivel medio de la voluntad como consecuencia de que las cualidades no resultan altamente valoradas. Es así, que se destacan: la



perseverancia, la decisión, mientras que el autocontrol, la disciplina y el valor, alcanzan % medios.

Como se observa el único indicador que presenta un nivel medio de desarrollo es la orientación hacia sí mismo con 22 puntos, lo cual refleja la dificultad que presentan estos practicantes ante esta situación de inseguridad personal.

Resultado del Test de inventario de Ansiedad (IDARE)

En relación al test de ansiedad reactivo o situacional aplicado minutos antes de comenzar la competencia y luego de las crisis, se constata que el 96, 5% de los practicantes obtiene como resultado 50 puntos, lo que significa que posee un alto nivel y en la ansiedad como rasgo, aplicado en su período de descanso y fuera del nivel competitivo, se obtienen 43 puntos lo que los ubica en un estado de nivel medio de ansiedad, que conlleva a la desconcentración, e influye de manera negativa en la predisposición psíquica del atleta.

En la ansiedad como rasgo, 1 atleta posee un nivel bajo (no es ansioso), y el resto de los 5 practicantes poseen ansiedad media. Según estos resultados se puede afirmar que este grupo de practicantes no poseen rasgos de ansiedad en su estructura de personalidad, lo que a juicio de la investigadora resulta favorable para alcanzar la autorregulación.

Valoración de la factibilidad de aplicación del diagnóstico de los niveles de ansiedad en adolescentes asmáticos practicantes de natación.

Con el objetivo de valorar la factibilidad de aplicación del diagnóstico, los resultados se entregan a un conjunto de especialistas, con vasta experiencia, conocimientos y titulación, los cuales realizan un análisis crítico de los siguientes aspectos.

- Indicadores para el diagnóstico.



- Instrumentos de medición y su relación con la problemática que se investiga.

Según el criterio de los especialistas seleccionados, los aspectos sometidos a su valoración, fueron evaluados de adecuados, lo cual implica que, los indicadores seleccionados para explorar los niveles de ansiedad en adolescentes asmáticos practicantes de Natación, resultan adecuados. Agregan además que los instrumentos de medición asumidos en el estudio, permiten identificar el estado que presenta la problemática que se investiga.

Conclusiones

El diagnóstico realizado evidencia la presencia de altos niveles de ansiedad en los practicantes asmáticos de Natación, lo cual genera sobreexcitación, falta de alegría al ejecutar las acciones, baja actitud competitiva, pobre disposición para rendir y baja capacidad de concentración.

Los resultados del diagnóstico se somete a criterio de especialistas, los que consideran que es factible de ser aplicado a la práctica.



Referencias Bibliográficas

Vera LA, Pascual, da Costa AL. (2011); Programación de ejercicios físicos para la rehabilitación de pacientes asmáticos de Santo Tomé y Príncipe. *Lecturas: educación física y deportes*. 2011 Junio; 16(157): p. 1-6.

Duvalón JC, Pérez J, Rodríguez ZY (2012). Juegos recreativos diseñados para niños asmáticos del segundo ciclo. *Lecturas: educación física y deportes*. 2012 Agosto; 17(171): p. 1-8.

Calero S, González SA. (2015). Preparación física y deportiva. Quito: Editorial de la Universidad de las Fuerzas Armadas ESPE. ; 2015.

De Arriba Méndez S, Pellegrini Belinchón J, Ortega, Casanueva C. (2016). Tratamiento del niño asmático. *Pediatr Integral*.2016; 20(2):94-102.

Lomper K, Chudiak A, Uchmanowicz I, Rosinczuk J, Jankowska-Polanska B. (2016). Effects of depression and anxiety on asthma-related quality of life. *Pneumonol Alerol Pol*. 2016; 84(4):212-221. DOI:10.5603/PiAP.2016.0026

