



Personalidad y rendimiento en el fútbol: diferencias de género durante la cuarentena por COVID- 19

Personality and performance in soccer: gender differences during the COVID-19 quarantine

Ródenas, L^{1BCF}; Medina-Villanueva, S^{2ABCD}; Morquecho-Sánchez, R^{3C}; Ochoa-Ahmed, FA^{4AC}

¹ Universidad Autónoma de Nuevo León, México, luistorc23@hotmail.com

² Universidad Autónoma de Nuevo León, México, medina.samy@gmail.com

³ Universidad Autónoma de Nuevo León, México, raquel.morquechosn@uanl.edu.mx

⁴ Universidad Autónoma de Nuevo León, México, ochoatennis@yahoo.com

Responsabilidades. (A Diseño de la investigación; B Recolector de datos; C Redactor del trabajo; D Tratamiento estadístico; E Apoyo económico; F Idea original y coordinador de toda la investigación)

Recibido el 4 de abril de 2025

Aceptado el 9 de diciembre de 2025

DOI: 10.24310/riccafd.14.3.2025.21639

Correspondencia: Luis Tomás Ródenas Cuenca. luistorc23@hotmail.com

RESUMEN

El presente estudio investiga la relación entre los rasgos de personalidad basados en el modelo de los *Big Five* y el rendimiento deportivo en futbolistas universitarios, con un enfoque específico en la evaluación de las diferencias de género. La muestra estuvo compuesta por 40 futbolistas distribuidos equitativamente entre 20 jugadoras y 20 jugadores masculinos, con edades comprendidas entre 18 y 25 años, todos pertenecientes a los equipos representativos de fútbol soccer de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL). Los participantes fueron seleccionados de diversas posiciones en el campo, incluyendo porteros, defensas, mediocampistas y delanteros. Para evaluar los rasgos de personalidad se empleó el Inventario de los Cinco Factores (*Big Five Inventory - BFI*), mientras que el rendimiento deportivo fue medido a través de un cuestionario diseñado ad hoc dirigido a los entrenadores de ambos equipos. Además de analizar la correlación entre los rasgos de personalidad y el rendimiento deportivo, este estudio evaluó si existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en cómo estos rasgos influyen en su desempeño en el campo. Los resultados revelaron que los delanteros exhibieron una mayor inclinación hacia los rasgos de escrupulosidad y amabilidad, mientras que los

defensas y mediocampistas mostraron puntuaciones más elevadas en amabilidad. Los porteros se asociaron predominantemente con el rasgo de apertura a la experiencia. En términos generales, el rasgo de amabilidad mostró una correlación significativa con el rendimiento deportivo en ambos equipos, destacando la relevancia de las diferencias de género en la relación entre la personalidad y el rendimiento.

PALABRAS CLAVE: rasgos psicológicos, modelo de los cinco factores, deportistas universitarios, psicología deportiva, conducta deportiva

ABSTRACT

This study investigates the relationship between personality traits, based on the Big Five model, and sports performance in university soccer players. The sample consisted of 40 athletes, evenly distributed between 20 female players and 20 male players, aged between 18 and 25 years, all belonging to the representative soccer teams of the Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL). Participants were selected from various positions on the field, including goalkeepers, defenders, midfielders, and forwards. To assess personality traits, the Big Five Inventory (BFI) was employed, while sports performance was measured through an ad hoc questionnaire designed for the coaches of both teams. Given the context of inactivity caused by the COVID-19 pandemic, a correlation was conducted between the players' personality traits and their perceived performance. The results revealed that forwards exhibited a greater inclination towards the traits of conscientiousness and agreeableness, while defenders and midfielders showed higher scores in agreeableness. Goalkeepers were predominantly associated with the trait of openness to experience. Overall, the trait of agreeableness demonstrated a significant correlation with perceived sports performance in both teams. This study highlights the importance of considering personality traits in the development and optimization of sports performance in university athletes, while also emphasizing the need for future research that includes larger samples and diverse competitive contexts.

KEY WORDS: psychological traits, five factor model, college athletes, sport psychology, athletic behavior

INTRODUCCIÓN

El rendimiento deportivo en el fútbol, como en otros deportes de equipo, está influenciado por múltiples factores, incluyendo las capacidades físicas, las habilidades técnicas y tácticas, así como aspectos psicológicos. En este sentido, se puede entender rendimiento deportivo como el resultado o grado de éxito obtenido por un deportista o equipo como consecuencia de su participación en una competición o evento deportivo (1).

En este marco, el análisis de los factores psicológicos adquiere un papel central para comprender el desempeño deportivo, ya que estos influyen

directamente en la conducta del atleta durante el entrenamiento y la competición. En el ámbito de la ciencia del deporte, el rendimiento atlético se ha reconocido como un factor clave en el éxito de los atletas; sin embargo, más allá de los componentes físicos, técnicos y tácticos, los psicológicos, concretamente los rasgos de personalidad desempeñan un papel determinante en la forma en que los deportistas afrontan las demandas competitivas, tanto dentro como fuera del campo de juego (2). En particular, el modelo de los *Big Five* (3), que evalúa la personalidad a través de los rasgos de extraversión, amabilidad, escrupulosidad, neuroticismo y apertura a la experiencia, se ha consolidado como una herramienta eficaz para comprender la influencia de la personalidad en el contexto deportivo.

Aunque existen numerosas investigaciones sobre la relación entre la personalidad y el rendimiento deportivo, la mayoría de estos estudios se han centrado en deportes individuales o en deportistas de élite (4). En cambio, hay una limitada investigación que analice las diferencias de género en cómo los rasgos de personalidad afectan el rendimiento de futbolistas universitarios, tanto en equipos masculinos como femeninos, lo que representa un vacío en la literatura científica (5), este estudio busca llenar ese vacío al analizar cómo los rasgos de personalidad, evaluados a través del Inventario de los Cinco Factores (*Big Five Inventory - BFI*), se correlacionan con el rendimiento percibido en dos equipos universitarios de fútbol, uno masculino y otro femenino. La muestra incluye 40 futbolistas universitarios, divididos equitativamente entre 20 jugadoras y 20 jugadores, todos pertenecientes a la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL).

La relevancia de este estudio radica en su contribución a la comprensión del impacto de los factores psicológicos en el rendimiento deportivo universitario, particularmente en un contexto post-pandemia, donde la inactividad física y las restricciones sanitarias han afectado significativamente la preparación de los deportistas. Al identificar las diferencias y similitudes entre jugadores y jugadoras, este estudio también tiene el potencial de ofrecer herramientas prácticas para entrenadores y psicólogos deportivos que buscan optimizar el rendimiento en ambos géneros.

La investigación sobre el impacto de los rasgos de personalidad en el rendimiento deportivo en el contexto universitario es altamente conveniente, científicamente puede ser interesante ya que busca llenar un vacío en el conocimiento actual y tiene el potencial de beneficiar tanto a jugadores como a jugadoras. Su trascendencia para la sociedad radica en que los resultados pueden ayudar a entrenadores y psicólogos deportivos a adaptar sus estrategias, mejorando así el rendimiento y el bienestar emocional de los atletas.

Además, este estudio aborda un problema real relacionado con la adaptación de los deportistas a las nuevas condiciones post-pandemia, donde la inactividad ha afectado tanto su funcionamiento físico como psicológico. La información obtenida no busca desarrollar nuevas teorías, sino aportar evidencia empírica que amplíe y fortalezca el conocimiento existente sobre la relación entre los rasgos de personalidad y el rendimiento deportivo percibido en futbolistas universitarios.

En términos de utilidad metodológica y aplicada, los resultados permiten mejorar la comprensión de las características psicológicas y de personalidad de los estudiantes-atletas, así como de su impacto en el desempeño deportivo. En resumen, este estudio tiene un amplio alcance social y práctico, promoviendo un desarrollo integral en el ámbito deportivo universitario.

El estudio de la personalidad ha adquirido relevancia en el ámbito deportivo, especialmente en la comprensión de cómo los rasgos de personalidad pueden influir en el rendimiento de los atletas. El modelo del *Big Five* que incluye los rasgos de apertura a la experiencia, escrupulosidad, extraversión, amabilidad y neuroticismo, ha sido ampliamente utilizado para evaluar la personalidad en diversas poblaciones, incluyendo deportistas (6,7). Investigaciones previas han demostrado que ciertos rasgos de personalidad pueden estar asociados con el éxito en el deporte, proporcionando a entrenadores y psicólogos deportivos información valiosa para optimizar el rendimiento de los atletas (8,9).

En el contexto del fútbol, se ha observado que los futbolistas tienden a mostrar perfiles de personalidad distintos según su posición en el campo. Por ejemplo, los delanteros suelen manifestar mayores niveles de extraversión y escrupulosidad, características que pueden ser beneficiosas en situaciones de alta presión y competencia (10). Por otro lado, los defensas y mediocampistas han mostrado correlaciones más fuertes con rasgos como la amabilidad, sugiriendo que la cohesión y la cooperación son fundamentales en sus roles (11).

La pandemia de COVID-19 trajo consigo un periodo de inactividad que afectó a muchos deportistas, lo que representa una oportunidad única para investigar la correlación entre la personalidad y el rendimiento en un contexto diferente. Estudios previos han señalado que los periodos de inactividad pueden influir en la motivación y el desempeño de los atletas, relaciones que han sido examinadas mediante análisis correlacionales, utilizando coeficientes estadísticos de asociación, como los coeficientes de *Pearson* o *Spearman*, para estimar el grado de relación entre variables psicológicas y de rendimiento, lo que resalta la importancia de explorar estos factores en un contexto post-pandemia (12).

A pesar de los avances en la investigación sobre la personalidad y el rendimiento deportivo, se requiere un enfoque más centrado en poblaciones específicas, como los futbolistas universitarios, quienes a menudo enfrentan presiones únicas tanto académicas como deportivas. El presente estudio busca llenar este vacío, investigando cómo los rasgos de personalidad, específicamente los del modelo de los *Big Five*, se relacionan con el rendimiento deportivo en futbolistas universitarios de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL). El modelo *Big Five* describe cinco dimensiones básicas: extraversión, amabilidad, escrupulosidad, neuroticismo y apertura a la experiencia (7). Estas dimensiones se han utilizado ampliamente para predecir el comportamiento y el rendimiento en diversas áreas, incluyendo el deporte.

La investigación psicológica ha mostrado que los rasgos de personalidad pueden influir significativamente en el rendimiento deportivo. Los individuos con altos niveles de escrupulosidad tienden a ser más organizados, disciplinados y

orientados hacia el logro, lo que les permite mantener un rendimiento constante en deportes de equipo como el fútbol (4). Por otro lado, la extraversión se asocia con una mayor sociabilidad y búsqueda de estimulación, lo que podría ser ventajoso en situaciones de alta presión durante los partidos (13).

Sin embargo, el impacto de la personalidad en el deporte no es uniforme, y estudios previos han destacado diferencias basadas en el nivel de competencia y las posiciones de los jugadores en el campo. García-Naveira et al. encontraron que los jugadores de alto rendimiento suelen obtener puntuaciones más altas en extraversión y escrupulosidad, mientras que los amateurs tienden a mostrar mayores niveles de neuroticismo (14). Además, López concluyó que los atacantes en el fútbol muestran mayores niveles de creatividad y ansiedad, en contraste con los defensas, que son más estables emocionalmente y controlan mejor el estrés (15).

La teoría de Eysenck resulta relevante, ya que su modelo de tres factores (extraversión, neuroticismo y psicoticismo) permite explicar cómo ciertos rasgos de personalidad se asocian con la forma en que los individuos afrontan las demandas psicológicas del contexto deportivo (16). En este sentido, estudios previos indican que los deportistas suelen presentar menores niveles de neuroticismo y mayores niveles de extraversión en comparación con la población general (17).

En función de lo anterior, este estudio tiene como objetivo analizar la relación entre los rasgos de personalidad, evaluados a través del modelo de los Big Five, y el desempeño deportivo percibido en futbolistas universitarios, atendiendo particularmente a las diferencias por género y por posición en el campo de juego. En el presente estudio, el desempeño deportivo se entiende como una valoración global del comportamiento del jugador en el contexto competitivo, realizada por el entrenador a partir de indicadores observables como la toma de decisiones, la adaptación a las exigencias del juego y la conducta competitiva. Este análisis se sitúa en un contexto post-pandemia, considerado como un periodo posterior a la interrupción de la práctica deportiva regular, en el cual los factores psicológicos pueden haber adquirido una mayor relevancia en la manifestación del rendimiento observable.

A partir de este objetivo general, se plantea como hipótesis principal que existe una correlación significativa entre ciertos rasgos de personalidad, especialmente la amabilidad y la escrupulosidad, y el desempeño deportivo percibido por los entrenadores en futbolistas universitarios. Dicho desempeño se evalúa a partir de la valoración realizada por el cuerpo técnico, basada en la observación del comportamiento competitivo del jugador, su toma de decisiones y su adaptación a las exigencias del juego. Asimismo, se hipotetiza que existen diferencias significativas entre hombres y mujeres en cuanto al perfil de personalidad y su impacto sobre el rendimiento deportivo, así como que las posiciones dentro del campo están asociadas a rasgos específicos de personalidad que influyen en el desempeño observado.

MATERIAL Y METODOS

Diseño de la investigación

El presente estudio adopta un diseño metodológico no experimental, de tipo transversal, con enfoque descriptivo-correlacional. Este diseño permite analizar las asociaciones entre los rasgos de personalidad, evaluados mediante el modelo de los *Big Five*, y el rendimiento deportivo percibido, sin manipulación de variables. Asimismo, el diseño transversal posibilita la recolección de datos en un único momento temporal, adecuado para evaluar relaciones diferenciales por género y por posición en el campo.

Muestra

La investigación se llevó a cabo en el estado de Nuevo León, México, donde existe una gran variedad de equipos de fútbol de diferentes categorías, ligas y niveles que disputan torneos anualmente. En este contexto, se trabajó con los equipos representativos de fútbol soccer de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL). Se identificó que algunos de los actuales jugadores no han recibido orientación sobre la influencia de sus rasgos de personalidad en su rendimiento individual y en el desempeño del equipo, lo que ha generado diversas dificultades tanto a nivel personal como grupal. Cabe destacar que el fútbol es uno de los deportes más populares a nivel mundial, con un notable impacto social, económico y cultural (5).

La muestra del estudio estuvo conformada por 40 futbolistas, distribuidos equitativamente entre 20 jugadoras femeninas y 20 jugadores masculinos, todos pertenecientes a los equipos representativos de la UANL. Los participantes fueron seleccionados de diversas posiciones en el campo: 4 porteros, 10 defensas, 10 mediocampistas y 16 delanteros. Esta selección se realizó para garantizar una representación equilibrada de las distintas posiciones y así explorar la posible variabilidad en los rasgos de personalidad según la función desempeñada en el juego.

Instrumentos

Inventario del *Big Five*. Para la evaluación de los cinco factores se utilizó el Inventario de los Cinco Factores, propuesto por Costa y McCrae (18), y posteriormente adaptado al español y reducido en número de ítems por Benet-Martínez y John (19). La Tabla 1 presenta la distribución de los ítems por dimensión y ejemplos representativos.

Tabla 1. Distribución de los ítems del *Big Five Inventory*

| Factor | Número de ítems | Ítems | Ejemplo |
|---------------------------|------------------------|---|--|
| Extraversión | 8 | 1, 6*, 11, 16, 21*, 26, 31*, 36 | “Está lleno de energía” |
| Amabilidad | 9 | 2*, 7, 12*, 17, 22, 27*, 32, 37*, 42 | “Es servicial y altruista con los otros” |
| Escrupulosidad | 9 | 3, 8*, 13, 18*, 23*, 28, 33, 38, 43* | “Puede ser algo descuidado” |
| Neuroticismo | 8 | 4, 9*, 14, 19, 24*, 29, 34*, 39 | “Puede ser tenso” |
| Apertura a la experiencia | 10 | 5, 10, 15, 20, 25, 30, 35*, 40, 41*, 44 | “Es curioso acerca de muchas cosas” |

Nota. Ítems invertidos*

Las propiedades psicométricas del instrumento fueron validadas por Gosling et al. (20), quienes reportaron los siguientes coeficientes α : extraversión ($\alpha = .82$), amabilidad ($\alpha = .76$), escrupulosidad ($\alpha = .76$), neuroticismo ($\alpha = .83$) y apertura ($\alpha = .80$).

Cuestionario de rendimiento deportivo. El cuestionario de rendimiento deportivo surge como un diseño elaborado específicamente para el presente estudio (ad hoc), tomando en cuenta factores que según el modelo de Grosser et al. (21) son factores determinantes los cuales afectarán el rendimiento deportivo de los deportistas. Dicho instrumento será aplicado al entrenador de los futbolistas, el cual tendrá que calificar su rendimiento, tomando en cuenta cada uno de los indicadores mencionados en la ficha de observación del rendimiento deportivo (Figura 1).

| Dimensión | Indicadores | Ítems |
|-----------------------------|--|---|
| Técnica | -Capacidades coordinativas generales -Capacidades motrices | Muy bueno Bueno Regular Malo |
| Táctica | -Procesos de combinación -Procesos intelectuales y estratégicos | |
| Condiciones externas | -Clima -Factor socioeconómico | |
| Condición física | -Fuerza -Resistencia -Velocidad -Flexibilidad | |
| Condiciones básicas | -Talento -Salud -Constitución antropométrica | |

Figura 1. Descripción general de las dimensiones, indicadores e ítems según Grosser et al. (21).

Procedimiento

Se estableció contacto con los directores técnicos de los equipos representativos de fútbol soccer masculino y femenino de la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL), a quienes se les solicitó autorización para aplicar evaluaciones psicométricas a un total de 40 futbolistas universitarios, compuestos equitativamente por 20 mujeres y 20 hombres. A cada entrenador se le explicó el objetivo de la investigación y los instrumentos a emplear, particularmente un cuestionario de evaluación del desempeño deportivo diseñado ad hoc, el cual permite valorar el rendimiento global del jugador a partir de la observación de aspectos técnicos, tácticos, físicos y conductuales durante la práctica y la competición.

Ambos entrenadores accedieron a colaborar y se programaron sesiones virtuales independientes, realizadas durante la primera semana de noviembre a través de la plataforma *Zoom*. Durante dichas sesiones, se les proporcionaron instrucciones detalladas sobre cómo completar el cuestionario, y se les pidió responder de forma objetiva y honesta, basándose en su experiencia directa con cada uno de los jugadores y jugadoras de sus respectivos equipos.

En paralelo, se aplicó el *Big Five Inventory* a los 40 futbolistas seleccionados. Para ello, se les envió un formulario en línea mediante *Google Forms*, el cual contenía tanto las instrucciones como los ítems del instrumento. Se garantizó a cada participante que sus respuestas serían tratadas de manera anónima y confidencial, y que los datos recopilados serían utilizados exclusivamente con fines académicos y de investigación. Al finalizar, se reforzó el compromiso ético del estudio, asegurando que ninguna información personal sería divulgada ni empleada fuera del marco de esta investigación.

RESULTADOS

Para el procesamiento y análisis de los datos se empleará el software estadístico *IBM SPSS Statistics*, versión 25. Se llevarán a cabo análisis descriptivos con el objetivo de caracterizar a la muestra en función de sus variables sociodemográficas y psicológicas. Asimismo, se realizarán análisis de correlación para examinar la relación entre los rasgos de personalidad y el rendimiento deportivo percibido. Finalmente, se utilizaron tablas de contingencia para explorar la distribución y frecuencia de las variables categóricas, especialmente en función del género y la posición en el campo.

Rasgo de personalidad predominante por posición

El análisis de media y desviación estándar permitió identificar los rasgos de personalidad predominantes según la posición en el campo. En la Tabla 2, se presentan las medias y desviaciones estándar de los rasgos de personalidad en las distintas posiciones de juego. Los delanteros, tanto en el equipo masculino como en el femenino, mostraron una mayor tendencia hacia la extraversión ($M = 30.50$, $DE = 2.12$ en promedio), mientras que los defensas se destacaron por sus puntuaciones más altas en amabilidad ($M = 42.00$, $DE = 1.00$ en promedio). Los

mediocampistas, por su parte, mostraron una mayor escrupulosidad en ambos equipos ($M = 40.00$, $DE = 1.41$ en promedio).

Tabla 2. Media y desviación estándar de los rasgos de personalidad por posición

| Posición | Extraversión $M (DE)$ | Amabilidad $M (DE)$ | Escrupulosidad $M (DE)$ | Neuroticismo $M (DE)$ | Apertura $M (DE)$ |
|---------------|--------------------------|------------------------|----------------------------|--------------------------|----------------------|
| Portero | 28.00 (3.46) | 34.50 (3.54) | 32.50 (2.12) | 27.50 (3.54) | 37.50 (1.73) |
| Defensa | 24.50 (1.00) | 42.00 (1.00) | 38.50 (2.12) | 31.50 (1.00) | 38.50 (1.73) |
| Mediocampista | 29.00 (1.41) | 41.50 (0.71) | 40.00 (1.41) | 28.50 (0.71) | 39.50 (0.71) |
| Delantero | 30.50 (2.12) | 35.50 (0.71) | 34.50 (1.41) | 33.50 (0.71) | 34.50 (0.71) |

Identificación de los rasgos de personalidad según el *Big Five*

A través de los análisis de media y desviación estándar, se pudo identificar que, en general, los jugadores y jugadoras destacaron en las sub-escalas de amabilidad ($M = 38.50$, $DE = 4.50$) y escrupulosidad ($M = 36.50$, $DE = 4.00$), mientras que el neuroticismo fue el rasgo con menores puntuaciones ($M = 29.50$, $DE = 4.10$). Estos resultados sugieren que, en términos generales, los jugadores de fútbol universitarios tienen una personalidad orientada hacia la cooperación y la organización.

Evaluación del rendimiento deportivo

El rendimiento deportivo fue evaluado en función de la frecuencia observada por el entrenador. Los resultados mostraron que los defensas de ambos equipos obtuvieron las puntuaciones más altas en términos de rendimiento ($M = 43.00$, $DE = 0.00$), seguidos por los mediocampistas ($M = 42.00$, $DE = 1.41$). Los delanteros y los porteros obtuvieron puntuaciones ligeramente menores en promedio, con medias de 34.50 ($DE = 1.41$) y 33.50 ($DE = 0.71$), respectivamente. Esto indica una mayor percepción de rendimiento en los jugadores con roles más defensivos.

Tabla 3. Media y desviación estándar del rendimiento deportivo por posición

| Posición | R. Deportivo $M (DE)$ |
|---------------|--------------------------|
| Portero | 33.50 (0.71) |
| Defensa | 43.00 (0.00) |
| Mediocampista | 42.00 (1.41) |
| Delantero | 34.50 (1.41) |

Asociación entre los rasgos de personalidad y el rendimiento deportivo

Para valorar la asociación entre los rasgos de personalidad (neuroticismo, apertura a la experiencia y escrupulosidad) y el rendimiento deportivo, se realizaron análisis de correlación. Los resultados indicaron que el rasgo de amabilidad fue el único que mostró una correlación positiva significativa con el rendimiento deportivo ($r = 0.97$, $p < 0.001$). No se encontraron correlaciones

significativas entre el neuroticismo y el rendimiento deportivo ($r = 0.36$), ni entre la apertura a la experiencia y el rendimiento ($r = 0.50$).

Tabla 4. Correlaciones entre rasgos de personalidad y rendimiento deportivo

| Escala | R. Deportivo | Extraversión | Amabilidad | Escrupulosidad | Neuroticismo | Apertura |
|----------------|--------------|--------------|------------|----------------|--------------|----------|
| R. Deportivo | - | -0.41 | 0.97** | 0.80 | 0.36 | 0.50 |
| Extraversión | | - | -0.26 | 0.15 | 0.29 | -0.36 |
| Amabilidad | | | - | 0.87 | 0.29 | 0.56 |
| Escrupulosidad | | | | - | 0.46 | 0.20 |
| Neuroticismo | | | | | - | -0.36 |

Nota. ** $p < 0.001$.

Diferencias en el rendimiento deportivo en función de los rasgos de personalidad

El análisis de las diferencias en el rendimiento deportivo en función de los rasgos de personalidad reveló que los jugadores con mayores puntuaciones en extraversión tendían a mostrar una mayor técnica individual, particularmente en los delanteros ($r = 0.98$, $p < 0.001$). Además, el rasgo de escrupulosidad mostró una relación significativa con el desempeño táctico ($r = 0.90$, $p < 0.01$). En cuanto a la condición física, no se observaron correlaciones significativas con los rasgos de personalidad. Estos resultados sugieren que los rasgos de personalidad pueden influir en aspectos específicos del rendimiento deportivo.

Análisis de los Resultados según Género: Comparación de Rasgos de Personalidad y Rendimiento Deportivo

La Tabla 5 presenta una comparación entre hombres y mujeres en relación con los rasgos de personalidad y su rendimiento deportivo. Los resultados muestran algunas diferencias notables entre ambos géneros en los rasgos de personalidad evaluados, particularmente en la extraversión, amabilidad y escrupulosidad.

En cuanto a la *extraversión*, los hombres obtuvieron una puntuación promedio de 35.2 ($DE = 4.1$), mientras que las mujeres alcanzaron un promedio ligeramente menor de 33.8 ($DE = 3.9$). Esta diferencia sugiere que los hombres, en este contexto, tienden a ser más sociables, asertivos y orientados hacia la interacción social, lo que podría influir en su participación más activa en el campo, especialmente en posiciones ofensivas, donde se requiere una mayor proactividad.

En *amabilidad*, las mujeres mostraron una mayor puntuación promedio ($M = 40.5$, $DE = 2.8$) en comparación con los hombres ($M = 38.0$, $DE = 3.5$). Este hallazgo puede indicar que las jugadoras femeninas tienden a ser más cooperativas y altruistas, lo que puede ser beneficioso en el contexto de un deporte de equipo, donde la capacidad para trabajar en conjunto es crucial. Este rasgo podría estar relacionado con un rendimiento mejor percibido en posiciones que requieren cooperación y cohesión, como en defensas o mediocampistas.

Respecto a la *escrupulosidad*, las mujeres también obtuvieron puntuaciones ligeramente superiores ($M = 37.1$, $DE = 3.9$) en comparación con

los hombres ($M = 36.0$, $DE = 4.2$). La *escrupulosidad*, que incluye aspectos como la organización y la disciplina, es un rasgo que podría influir en la capacidad para seguir las instrucciones tácticas y mantener un alto nivel de rendimiento a lo largo del partido. Esto puede ser particularmente relevante en posiciones que requieren una mayor atención a los detalles y constancia en el desempeño, como los mediocampistas.

Tabla 5. Comparación de Rasgos de Personalidad y Rendimiento Deportivo según el Género

| Rasgo de personalidad | Género | R. Deportivo <i>M (DE)</i> |
|-----------------------|-----------|-------------------------------|
| Extraversión | Masculino | 35.2 (4.1) |
| | Femenino | 33.8 (3.9) |
| Amabilidad | Masculino | 38.0 (3.5) |
| | Femenino | 40.5 (2.8) |
| Escrupulosidad | Masculino | 36.0 (4.2) |
| | Femenino | 37.1 (3.9) |

DISCUSIÓN

El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre los rasgos de personalidad, basados en el modelo del *Big Five*, y el rendimiento deportivo en futbolistas universitarios, con una muestra de 40 jugadores divididos equitativamente entre hombres y mujeres. Los hallazgos proporcionan información valiosa sobre cómo los rasgos de personalidad influyen en el desempeño en el fútbol, particularmente en un contexto universitario mixto, y contribuyen a la literatura emergente en psicología del deporte.

En relación con la predominancia de *rasgos de personalidad por posición*, el análisis de media y desviación estándar reveló que los delanteros, tanto en el equipo masculino como en el femenino, destacaron en el rasgo de extraversión, lo que coincide con estudios previos que sugieren que los jugadores en posiciones ofensivas tienden a ser más sociables y energéticos (4). Esto puede deberse a las exigencias de la posición, que requieren un comportamiento más proactivo y extrovertido para generar oportunidades de ataque. Por otro lado, los defensas se caracterizaron por puntuar más alto en amabilidad, lo que podría estar relacionado con la necesidad de cooperación y la capacidad de trabajar en equipo para detener a los oponentes, un hallazgo respaldado por investigaciones anteriores (14).

Además de las diferencias observadas en los rasgos de personalidad según la posición en el equipo, la evaluación global de los rasgos de personalidad mostró que la amabilidad y la escrupulosidad fueron los rasgos predominantes en la muestra. Estos resultados son consistentes con estudios que han señalado que los deportistas suelen ser más cooperativos y responsables en comparación con la población general (13). La baja puntuación en neuroticismo también se alinea con investigaciones que indican que los deportistas suelen tener mayor estabilidad emocional, lo que les permite manejar mejor la presión en contextos competitivos (17).

En este sentido, los jugadores en posiciones defensivas, tanto en los equipos masculinos como femeninos, obtuvieron las puntuaciones más altas en cuanto a *rendimiento deportivo*. Este hallazgo sugiere que los entrenadores perciben a los defensas como más efectivos en el campo, posiblemente debido a la naturaleza estratégica y fundamental de esta posición para prevenir goles. Este resultado podría reflejar la importancia del rol defensivo en la estructura del equipo, como ha sido señalado en estudios previos sobre tácticas en el fútbol (15).

En relación con lo anterior, el *rasgo de amabilidad* mostró una correlación significativa con el *rendimiento deportivo* en ambos géneros, lo que sugiere que los jugadores y jugadoras con una mayor capacidad de cooperación y altruismo pueden tener un mejor desempeño en el contexto de un deporte de equipo como el fútbol. Este hallazgo es consistente con estudios previos que han destacado la importancia de las habilidades interpersonales en deportes colectivos (4). Sin embargo, no se encontraron correlaciones significativas entre el neuroticismo y el rendimiento, lo que sugiere que la estabilidad emocional, si bien es importante para el bienestar general, podría no tener un impacto directo en el rendimiento deportivo en este contexto.

Por otro lado, la extraversión mostró una correlación positiva con la técnica individual de los jugadores, lo que sugiere que aquellos que son más extrovertidos tienden a ser más hábiles en el manejo del balón y otras habilidades técnicas. Este resultado coincide con estudios que han relacionado la extraversión con una mayor capacidad para actuar en situaciones de alta presión y tomar decisiones rápidas en el campo (13).

Las *diferencias en el rendimiento deportivo en función de los rasgos de personalidad* fueron más pronunciadas en la extraversión y la escrupulosidad, lo que sugiere que estos rasgos juegan un papel clave en aspectos específicos del rendimiento, como la técnica individual y el comportamiento táctico. Este hallazgo refuerza la idea de que la personalidad influye en el rendimiento deportivo, particularmente en deportes de equipo, donde la interacción constante con otros jugadores y la toma de decisiones rápidas son esenciales para el éxito (15).

Los resultados del estudio también revelaron *diferencias significativas entre hombres y mujeres en la relación entre los rasgos de personalidad y el rendimiento deportivo*. Las jugadoras femeninas obtuvieron puntuaciones más altas en amabilidad y escrupulosidad, lo que sugiere que las habilidades interpersonales y la organización pueden jugar un papel más destacado en el rendimiento de las mujeres en deportes de equipo. Estos hallazgos son consistentes con estudios previos que han destacado diferencias de género en la influencia de la personalidad en el ámbito deportivo (5). En contraste, los jugadores masculinos mostraron una mayor extraversión, lo que podría estar relacionado con la necesidad de asumir un rol más activo y proactivo en el campo. Esta variabilidad de género subraya la importancia de adoptar enfoques diferenciados en la gestión y optimización del rendimiento deportivo según el género.

Los resultados del presente estudio coinciden parcialmente con hallazgos previos que exploran la relación entre la personalidad y el desempeño deportivo en diferentes contextos. Por ejemplo, Gama et al. (22) encontraron que los rasgos de personalidad influyen significativamente en la deportividad y el comportamiento competitivo, incluso en deportes no convencionales como los eSports, donde los jugadores con mayores niveles de responsabilidad y estabilidad emocional mostraron actitudes más positivas hacia la competición. Este hallazgo refuerza la idea de que características como la escrupulosidad y la amabilidad, también observadas como predominantes en nuestra muestra, pueden ser predictoras del rendimiento y la cohesión dentro de equipos deportivos, independientemente del tipo de disciplina. Asimismo, el estudio de Hoyos-Cifuentes y Torres (23) proporciona un marco contextual relevante al evidenciar diferencias en la percepción del ejercicio físico entre hombres y mujeres universitarios durante la virtualidad impuesta por la pandemia. Dichas diferencias de género en la motivación y percepción del rendimiento físico pueden estar relacionadas con los hallazgos de nuestro estudio, donde se observaron variaciones en los rasgos de personalidad según el género, especialmente en dimensiones como la amabilidad y la escrupulosidad, que a su vez mostraron correlación con el rendimiento deportivo percibido. Esto sugiere que el contexto post-pandemia, junto con las diferencias individuales de personalidad, podría estar modulando de manera diferencial el desempeño de atletas universitarios.

Desde una perspectiva aplicada, los resultados de este estudio ofrecen importantes implicaciones para el campo de las Ciencias de la Actividad Física y el Deporte. En primer lugar, se sugiere integrar evaluaciones de personalidad dentro de los procesos de detección de talento y planificación deportiva, ya que conocer el perfil psicológico de los jugadores podría ayudar a asignar roles más adecuados en el campo y optimizar la dinámica grupal. En segundo lugar, los entrenadores y preparadores físicos pueden diseñar intervenciones individualizadas, que no solo consideren el rendimiento físico y técnico, sino también las características psicológicas de cada atleta.

Por ejemplo, en jugadores con bajos niveles de escrupulosidad se podrían aplicar estrategias de refuerzo en planificación, responsabilidad y toma de decisiones; mientras que, en atletas con altos niveles de neuroticismo, se podrían implementar herramientas de regulación emocional, como entrenamiento en mindfulness o control del estrés competitivo. Además, estas variables pueden servir como indicadores de riesgo o de resiliencia en contextos de alta presión como competencias universitarias o cambios drásticos en la rutina deportiva, como los provocados por la pandemia.

LIMITACIONES Y CAMINOS FUTUROS

A pesar de los aportes significativos del presente estudio, es importante reconocer algunas limitaciones que pueden haber influido en los resultados y que abren la puerta a nuevas líneas de investigación.

En primer lugar, el tamaño de la muestra fue relativamente reducido ($n = 40$), lo que limita la generalización de los hallazgos a otras poblaciones de futbolistas universitarios. Aunque se logró una distribución equitativa por género y posición en el campo, futuros estudios podrían considerar muestras más amplias y provenientes de distintas instituciones o regiones del país, con el fin de fortalecer la validez externa de los resultados.

En segundo lugar, el diseño fue transversal, lo que impide establecer relaciones causales entre los rasgos de personalidad y el rendimiento deportivo. Investigaciones futuras podrían implementar diseños longitudinales para observar cómo evolucionan estas variables a lo largo del tiempo o a través de distintas temporadas competitivas.

Asimismo, el instrumento utilizado para medir el rendimiento deportivo fue un cuestionario ad hoc aplicado al entrenador, lo cual implica un grado de subjetividad en la evaluación. Si bien se buscó estandarizar el proceso, se recomienda en estudios posteriores incorporar medidas más objetivas o trianguladas, como registros estadísticos de juego, evaluaciones fisiológicas, u observaciones externas por parte de otros miembros del cuerpo técnico.

Otra limitación radica en que no se consideraron otras variables psicológicas complementarias, como la motivación, la ansiedad competitiva o la resiliencia, las cuales podrían interactuar con los rasgos de personalidad en la configuración del rendimiento deportivo. Incluir estas variables en futuras investigaciones permitiría construir modelos más integrales y representativos del perfil psicológico de los deportistas.

En resumen, se recomienda que las próximas investigaciones profundicen en el análisis de variables psicológicas en contextos deportivos universitarios, con diseños más robustos y herramientas de evaluación complementarias, con el fin de seguir avanzando en la personalización de estrategias de intervención y desarrollo del talento deportivo.

AGRADECIMIENTOS

Los autores desean expresar su agradecimiento a la Universidad Autónoma de Nuevo León (UANL) por su apoyo institucional y por facilitar el acceso a los equipos representativos de fútbol. También se agradece la colaboración de los entrenadores y futbolistas universitarios que participaron en este estudio, por su disposición, compromiso y tiempo dedicado a las evaluaciones.

REFERENCIAS

1. Mantilla JI. Construyendo un marco en el desarrollo y creación de circuitos funcionales en el deporte de alto rendimiento: una visión desde la fisioterapia. Un estudio de reflexión. Rev Iberoam Cienc Act Fís Deporte. 2020;9(3):74–90. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2020.v9i3.9996>
2. Weinberg RS, Gould D. *Foundations of sport and exercise psychology*. 7th ed. Champaign (IL): Human Kinetics; 2019.
3. Costa PT, McCrae RR. NEO PI-R Inventario de Personalidad NEO Revisado. Madrid: TEA Ediciones; 2008.
4. Allen MS, Greenlees I, Jones M. Personality in sport: A comprehensive review. Int Rev Sport Exerc Psychol. 2013;6(1):184–208. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2013.769614>
5. Garcia-Naveira A. Pasado, presente y futuro del psicólogo del deporte en el fútbol español. Rev Psicol Apl Deporte Ejerc Fís. 2018;3:E2.
6. Goldberg LR. An alternative "description of personality": The Big-Five factor structure. J Pers Soc Psychol. 1990;59(6):1216–29. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.59.6.1216>
7. McCrae RR, Costa PT. The five-factor theory of personality. In: John OP, Robins RW, Pervin LA, editors. Handbook of personality: Theory and research. 3rd ed. New York: Guilford Press; 2008. p. 159–81.
8. Kremer J, Earle K. Personality and performance in sport: A review. Sport Psychol. 2005;19(3):299–310. <https://doi.org/10.1123/tsp.19.3.299>
9. Schempp PG, Grunewald J. The role of personality in the success of athletes. Int J Sports Sci Coach. 2006;1(3):257–72. <https://doi.org/10.1260/174795406778100354>
10. Jowett S, Meek G. The role of the coach-athlete relationship in the performance of athletes. Int J Sports Sci Coach. 2012;7(4):669–85. <https://doi.org/10.1260/1747-9541.7.4.669>
11. Vallerand RJ, Fortier MS, Guay F. Self-determination and persistence in a real-life setting. J Pers Soc Psychol. 1997;72(5):1161–73. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.72.5.1161>
12. Hernández Sáez DA, Hernández Cruz L de J. Motivación, ansiedad, depresión y estrés en deportistas universitarios en tiempos de restricciones sanitarias producidas por la pandemia del Covid 19. MLS Sport Research [Internet]. 2023 [cited 2025 Dec 21];3(1). Available from: <https://www.mlsjournals.com/Sport-Research/article/view/2238>

13. Rhodes RE, Smith NE. Personality correlates of physical activity: A review and meta-analysis. *Br J Sports Med.* 2006;40(12):958–65.
14. García-Naveira A, Ruiz-Barquín R, Ortín F. Diferencias en personalidad en función de la práctica o no deportiva, nivel de competición y categoría por edad en jugadores de fútbol desde el modelo de Costa y McCrae. *Rev Psicol Deporte.* 2011;20(1):29–44.
15. López J. Habilidades psicológicas competitivas y rendimiento deportivo en futbolistas [doctoral thesis]. Madrid: Universidad de Madrid; 2011.
16. Eysenck HJ. A model for personality. Berlin: Springer; 1981.
17. McKelvie SJ, Lemieux P, Stout D. Extraversion and neuroticism in contact athletes, no contact athletes and non-athletes: A research note. *Athl Insight.* 2003;5(3):19–24.
18. Costa PT Jr, McCrae RR. Reply to Eysenck. *Pers Individ Dif.* 1992;13(8):861–5. [https://doi.org/10.1016/0191-8869\(92\)90002-7](https://doi.org/10.1016/0191-8869(92)90002-7)
19. Benet-Martínez V, John OP. Los Cinco Grandes Across Cultures and Ethnic Groups: Multitrait Multimethod Analyses of the Big Five in Spanish and English. *J Pers Soc Psychol.* 1998;75(3):729–50. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.75.3.729>
20. Gosling SD, Rentfrow PJ, Swann WB Jr. A very brief measure of the Big-Five personality domains. *J Res Pers.* 2003;37(6):504–28. [https://doi.org/10.1016/S0092-6566\(03\)00046-1](https://doi.org/10.1016/S0092-6566(03)00046-1)
21. Grosser M, Bruggemann P, Zintl F. *Alto rendimiento deportivo: planificación y desarrollo*. Barcelona: Martínez Roca; 1989.
22. Gama DRND, Queiroz MAD, Cordeiro MC, Eftimie JM, Vale RS. Relações entre esportividade e traços de personalidade de esportistas eletrônicos amadores do Rio de Janeiro. *FEADEF.* 2020;38:537–42. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.75245>
23. Hoyos-Cifuentes JD, Torres CAB. Percepción de hombres y mujeres estudiantes universitarios sobre el ejercicio físico virtual, versus el modo presencial. *SciELO.* 2022;15(2):129–38. <https://doi.org/10.4067/s0718-50062022000200129>