

## Emotional exhaustion in soccer referees.

### El agotamiento emocional en árbitros de fútbol.

#### Autores:

Guamán Saldaña, Klever Alfonso  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA  
Maestrante en Educación Física y Entrenamiento Deportivo  
Azogues – Ecuador

 [kaguamans02@est.ucacue.edu.ec](mailto:kaguamans02@est.ucacue.edu.ec)

 <https://orcid.org/0000-0002-2187-6111>

Bravo Navarro, Wilson Hernando  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA  
Docente  
Azogues - Ecuador

 [wilson.bravo@ucacue.edu.ec](mailto:wilson.bravo@ucacue.edu.ec)

 <https://orcid.org/0000-0003-3381-8063>

Sanmartín Rodríguez, Fabián Arturo  
UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA  
Docente Invitado Posgrado  
Azogues - Ecuador

 [farturo.sanmartin36@ucacue.edu.ec](mailto:farturo.sanmartin36@ucacue.edu.ec)

 <https://orcid.org/0000-0002-0511-9807>

Citación/como citar este artículo: Guamán, Klever., Bravo, Wilson. y Sanmartín, Fabián. (2023). El agotamiento emocional en árbitros de fútbol. MQRInvestigar, 7(1), 3136-3149. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.1.2023.3136-3149>

Fechas de recepción: 01-MAR-2023 aceptación: 15-MAR-2023 publicación: 15-MAR -2023

 <https://orcid.org/0000-0002-8695-5005>  
<http://mqrinvestigar.com/>

## Resumen

El objetivo de la presente investigación fue analizar el agotamiento emocional de los árbitros de la provincia del Cañar y Azuay mediante un cuestionario para establecer el grado de importancia de este aspecto psicológico. Se utilizó un diseño no experimental con corte transversal, de carácter descriptivo y un enfoque cuantitativo, se empleó como instrumento un cuestionario de 20 ítems que fue validado por expertos académicos, se tomó como muestra a 28 árbitros pertenecientes a la Asociación Ecuatoriana de Árbitros de Fútbol, 4 del sexo femenino y 24 del sexo masculino, en edades comprendidas entre los 20 y 35 años. Se infiere que la preparación psicológica es importante en árbitros de fútbol para reducir el agotamiento emocional, además se encontró que los árbitros en cada partido de fútbol no cuentan con psicólogos deportivos profesionales que les ayuden en la parte emocional antes, durante y después del partido, y a la vez ellos mencionan que en algunas ocasiones se sienten afectados emocionalmente y su desempeño físico en el campo de juego no es el adecuado.

**Palabras clave:** Agotamiento Emocional, Árbitros, Fútbol, Preparación Psicológica.

### **Abstract**

The objective of the present investigation was to analyze the emotional exhaustion of the referees of the province of Cañar and Azuay through a questionnaire to establish the degree of importance of this psychological aspect. A non-experimental cross-sectional design was used, of a descriptive nature and a quantitative approach a 20-item questionnaire was used as an instrument that was validated by academic experts, 28 referees belonging to the Ecuadorian Association of Soccer Referees were taken as a sample, 4 female and 24 male, aged between 20 and 35 years. It's inferred that psychological preparation is important in soccer referees to reduce emotional exhaustion, it was also found that the referees in each soccer game don't have professional sports psychologists to help them in the emotional part before during and after the game and at the same time, they mention that on some occasions they feel emotionally affected and their physical performance on the playing field isn't adequate.

**Keywords:** Emotional Exhaustion, Referees, Soccer, Psychological Preparation.

## Introducción

Los árbitros dentro del fútbol juegan un papel fundamental, debido a que son considerados los mediadores de hacer cumplir las reglas del juego y presencian todos los hechos que suceden en el campo de juego, es por ello, que un árbitro debe encontrarse emocionalmente bien para lograr su trabajo de manera profesional y correcta. Existen varias pruebas que avala la psicología al deporte para prevenir daños severos en el agotamiento emocional del profesional, desarrollando en el árbitro motivaciones para se pueda desempeñar de manera adecuada, tanto personal y al momento de ejecutar su profesionalismo en el terreno de juego. Gillué et al. (2018) indican que dentro de un partido de fútbol pueden desarrollar la función de arbitraje varios jueces, entre ellos se apoyan y se distribuyen el trabajo, dedicando profesionalismo en las reglas del juego siempre y cuando el árbitro principal tome las decisiones definitivas para el bien dentro del terreno de juego.

Muchos de los árbitros al momento de desempeñar su función profesional en el campo de juego deben considerar los siguientes aspectos; encontrarse bien de salud, ya sea física y mental, evidenciando de tal manera que su desempeño sea óptimo y así evitar daños a futuros en su mente y cuerpo, por lo que Rodríguez et al., (2016) mencionan que al poseer una excelente condición física y salud, un profesional del arbitraje, al momento de desempeñar su función dentro del terreno de juego se considera importante para que los partidos se efectúen sin riesgos y correctamente, por ello, la preparación física del árbitro tiene que desplegarse igual o mejor al del mismo jugador de fútbol. A medida que avance el partido suceden jugadas de forma positiva o al contrario negativa por las que el árbitro debe estar psicológicamente bien para tomar decisiones correctas.

Pineda et al., (2020) mencionan que la preparación física y la adquisición de ventajas son composturas relevantes y de apoyo en los árbitros de fútbol, ya que cada una cumple una función importante en la cancha al momento de jugarse el partido de fútbol, la preparación física es rigurosa en el profesional del arbitraje, efectuándose acciones de forma directa en los partidos.

El trabajo de investigación plantea una problemática dentro del fútbol, un deporte que exige grandes demandas en la preparación física, habilidades técnicas y psicológicas por parte del equipo de arbitraje, su motivación es importante antes, durante y después del campo de juego, muchos árbitros no lo toman de gran importancia encontrarse emocionalmente bien para poder desempeñarse de una manera correcta y profesional al momento en el partido, por lo que pueden afrontar algunas falencias en su profesionalismo y su desempeño llegar a ser negativo, la aplicación de un test psicológico es fundamental realizar a los árbitros al momento de empezar y finalizar su trabajo en el campo de juego. Al respecto Urrea et al., (2018) manifiestan que es importante que un árbitro de fútbol despliegue capacidades de autocontrol en el desempeño profesional de su carrera, como es el manejo de cambios emocionales, conflictos, errores dentro del campo de juego.

Otro problema, se aborda por los encuentros deportivos que los árbitros desempeñan de manera individual y no son acompañados por profesionales como psicólogos deportivos para realizar los respectivos test pedagógicos, ya que la salud tanto física como mental son

importantes en el deporte para que se desempeñen correctamente y evitar daños y problemas dentro del campo de juego arbitral.

Pérez y Torreadella (2017) mencionan que en tiempos actuales un árbitro mantiene la necesidad de prepararse por medio de entrenamientos óptimos y confiables obteniendo resultados provechosos, incluso para una buena preparación se necesita cooperar colectivamente para desarrollar un alto rendimiento, debido a que la preparación de un profesional se desarrolla por medio de varias zonas de entrenamiento; físico, técnico y psicológico, y se deben ejecutar primordialmente para obtener mejores resultados al momento de ejecutar sus actividades profesionales en el terreno de juego.

El objetivo del presente estudio fue analizar el agotamiento emocional de los árbitros de la provincia del Cañar y Azuay mediante un cuestionario para establecer el grado de importancia de este aspecto psicológico.

### **Referencial teórico**

Perez y Torreadella (2017) mencionan que el fútbol es un deporte considerado como atlético, es contemplado como un ejercicio que requiere de un gran esfuerzo, dispuesto para la práctica de jóvenes, buscando mantener una estructura robusta y una buena condición física, por lo que docentes del área de Educación Física, Médicos, Psicólogos Deportivos, entre otros, recomiendan que en la práctica de este deporte, debe siempre considerarse una preparación física es decir un entrenamiento, junto con un profesional para no dañar y lesionar partes del cuerpo.

Pedrosa y García (2018) indican que un árbitro es un miembro principal para el desarrollo de un partido, puesto que sin la presencia del mismo no se llevaría a cabo el juego, sin embargo, los jueces del fútbol deben someterse a diferentes test para medir sus capacidades y habilidades. El test de cooper, test de velocidad, test de campo, y en el área psicológica deportiva, los árbitros deben someterse a un test psicológico al comienzo de su actividad, en tal sentido que a través del juego, los profesionales mantienen presiones constantes por los propios jugadores, entrenadores de los equipos y hasta del público en general, en algunas situaciones, los juegos reconocidos que se da a través de la prensa, llegando a ser víctimas de problemas de salud emocional.

Muchas de las ocasiones en un partido de fútbol los árbitros no ven la importancia de hacerse un test psicológico, debido a que ellos lo pueden controlar, pero de una forma ética y profesional se debe de realizar para evitar problemas futuros, irritaciones, estrés, cansancio y fatiga al momento de desempeñar su función arbitral.

### **Preparación emocional**

Es importante que un juez o árbitro se encuentre bien, como parte de su profesionalismo ético, ser sincero con su situación emocional, ser consciente en su trabajo para el buen desempeño en el campo de juego, así también evitar problemas a causa de tal daño emocional, acumulación de estrés, irritación, evitando que se agrave, de tal manera que un juez debe afrontar a los deportistas, entrenadores, público en general y medios de comunicación.

Cañizares y Sánchez (2017) mencionan que la preparación emocional forma parte de la psicología. El estudio y desarrollo de las cualidades humanas, el estado emocional, habilidades, para un buen desarrollo en el ámbito deportivo, se dice que gracias a la psicología se puede conocer si una persona está bien o mal, si está preparada para el área a desarrollar o si necesita un descanso emocional para a futuro poder desempeñar las actividades de manera ética, por ello que la parte psicológica debe actuar y estar presente en el ámbito deportivo de principio a fin.

Ramírez (2006) indica que los jueces demuestran una serie de habilidades psicológicas, esto manifiesta diferencias entre los que han sido capacitados o estudiados, desarrollando destrezas de un rendimiento de 50% al 70% del éxito manifestando los autores, además que todo requiere de una preparación y concientización, lo cual muchos árbitros no lo dedican de manera responsable para que las habilidades psicológicas como la concentración, confianza, decisión, comunicación y el control emocional sea llevado con mucha responsabilidad y profesionalismo.

Pedrosa y García (2018) mencionan que en el deporte el agotamiento se determina como la existencia de la fatiga física y emocional, debido a que se ha realizado actividades elevadas en medio de competición; un bajo desempeño puede provocar la falta del éxito y el crecimiento en el área a desempeñar.

El agotamiento emocional que los árbitros de fútbol pueden llegar a sufrir debido al cansancio extremo de sobrecarga de su entrenamiento u actividad a desempeñar, provocando que su trabajo se refleje apagado y sus estímulos emocionales se vean reflejados en el agotamiento. Pedrosa y García (2018) mencionan que el cuerpo arbitral al momento de la ejecución profesional debe estar debidamente preparado emocionalmente, puesto que conlleva desventajas poseer agotamiento emocional como parte de su desempeño, se traduce en dificultades de concentración, cargas de estrés, provocando daños en su salud mental, es indispensable que cada arbitro sea responsable y maneje sus estados emocionales de forma neutral.

El fracaso es una conmoción que se puede determinar como “una sensación estrictamente incómoda, en donde una persona entrega anticipadamente todos sus empeños físicos, psíquicos, actitudes, aptitudes, emociones, conductas y tiempo, con la intención de cumplir con un objetivo propuesto y a su vez, de obtener la eliminación del mismo” (Haykal, 2017. pág. 18).

Itziar et al. (2008) indican que, en un estudio realizado a 688 árbitros americanos, se observó que las tres razones primordiales para desempeñar su función de arbitrar era el entusiasmo por el deporte, el desafío, la emoción, y los ingresos extra. Así también ser motivados por sus amigos y familiares, también se señalaban que les motivaban viajar porque huían de sus conflictos familiares y sociales, aunque su frustración era la parte política que no apoyan al progreso de su carrera arbitral.

En Guayaquil, se realizó un estudio con el título “Influencia emocional en árbitros de fútbol aplicando tecnologías de sensores”, elaborado por Espín y Enderica (2021), su objetivo fue captar las respuestas sensoriales del organismo durante el desarrollo del juego de fútbol. En la investigación participaron 130 árbitros pertenecientes a la Asociación de Árbitros de Fútbol del Guayas, los resultados obtenidos de la investigación indican que en el desarrollo de los encuentros deportivos, los árbitros que fueron puestos a prueba lograron el manejo y control de sus emociones, realizando su labor con profesionalismo.

En Murcia-España, se realizó un estudio con el tema “Estado emocional y situaciones de estrés en árbitros”, realizado por Jaenes et al., (2016) cuyo objetivo consistió en generar un listado de situaciones de estrés pre y durante partido, basado en la experiencia personal de 59 árbitros de la liga LEB, los resultados mostraron un nivel moderado de estrés en los árbitros antes, durante y después del partido, concluyendo que la psicología en el deporte debe tener más relevancia para poder controlar estados emocionales en los árbitros.

### **Material y métodos**

En la presente investigación se muestra un diseño no experimental con corte transversal, de carácter descriptivo y un enfoque cuantitativo.

La población comprendida a los árbitros de tercera y cuarta categoría son de un total 38, se tomó como muestra a 28 árbitros pertenecientes a la Asociación Ecuatoriana de Árbitros de Fútbol (AEDAF), el muestreo fue por conveniencia tomando como criterio de inclusión a los árbitros pertenecientes a la provincia de Cañar y Azuay de tercera y cuarta categoría, 4 son mujeres y 24 hombres, en edades comprendidas entre los 20 y 35 años.

Se aplicó un cuestionario validado por dos expertos académicos, el instrumento constó de 20 ítems, mismo que se elaboró en el Google Forms, el objetivo fue conocer acerca de los factores que influyen en el agotamiento emocional dentro de un encuentro de fútbol de la Asociación Ecuatoriana de Árbitros de Fútbol (AEDAF).

El instrumento consta de preguntas relacionadas a la motivación y el agotamiento emocional que los árbitros de fútbol pueden padecer dentro del desarrollo de su profesionalismo, a la vez conocer si ellos se realizan test psicológicos antes durante y después del partido, además, como se sienten, si se encuentran motivados o cuál es su motivación de cada partido, considerando que el instrumento de forma presencial no fue posible aplicarlo por motivo de distancia, esta encuesta digital ayudara para obtener datos precisos y relevantes que apoyen a la problemática de la investigación.

## Resultados

Se envió un consentimiento informado a los participantes, posterior se aplicó el instrumento a la muestra de estudio. Los datos adquiridos fueron analizados a través del programa software estadístico SPSS 25, dónde se consiguió información para el respectivo análisis en los resultados.

**Tabla 1**

*¿Le aplican test psicológicos cuando va a desarrollar su actividad como árbitro?*

Ítems	N	%
Siempre	2	7,1%
Casi siempre	3	10,7%
A veces	7	25,0%
Casi Nunca	8	28,6%
Nunca	8	28,6%
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

De acuerdo a la tabla 1, los árbitros encuestados manifestaron que el 7,1% siempre, el 10,7% Casi siempre, mientras que el 25% a veces y 28,6% Casi Nunca y Nunca, les aplican test psicológicos al momento de ejercer su profesión arbitral. Los árbitros encuestados exponen claramente que no les realizan test psicológicos, por los que es preocupante esta situación puesto que este tipo de prueba es importante para medir si el árbitro se encuentra psicológicamente bien para desempeñar sus actividades de manera correcta y justa.

**Tabla 2**

*¿Cree usted que en algunas situaciones cuando desarrolla su actividad arbitral se siente insuficiente emocionalmente?*

Ítems	N	%
Siempre	1	3,6%
Casi siempre	0	0%
A veces	5	17,9%
Casi Nunca	13	46,4%
Nunca	9	32,1%
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

En la tabla 2 se evidencia que el 3,6% de los árbitros encuestados indican que siempre se sienten insuficientes emocionalmente, 17,6% a veces, el 46,4% Casi Nunca y el 32,1% Nunca, dentro de sus actividades un árbitro siempre debe sentirse suficiente logrando desempeñarse correctamente y sin ningún problema en el campo de juego. Los árbitros evidencian con gran minoría que se sienten insuficientes, mientras que la mayoría de árbitros



se sienten suficientes ya que la parte emocional de cada uno deben encontrarse estable debido a que podrían desempeñarse de manera incorrecta y tener conflictos al momento de desempeñar su función.

**Tabla 3**

*¿En su rendimiento arbitral siente que los demás son indiferentes con usted?*

Ítems	N	%
<b>Siempre</b>	2	7,1%
<b>Casi siempre</b>	0	0%
<b>A veces</b>	7	25,0%
<b>Casi Nunca</b>	8	28,6%
<b>Nunca</b>	11	39,3%
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

Con respecto a la tabla 3 los árbitros respondieron con un 7,1% que siempre sienten que los demás son indiferentes con ellos, el 25% a veces, 28,6% Casi Nunca y el 39,3% Nunca, poniendo en evidencia la importancia de las relaciones con los demás compañeros arbitrales para que su desempeño se desarrolle de forma profesional, sintiéndose en confianza y demostrando seguridad en las actividades.

De acuerdo a los porcentajes obtenidos por los árbitros profesionales se evidencia que la gran parte de árbitros tienen esa facilidad de desempeñar sus actividades con confianza y seguridad, de tal manera que no sienten que los demás compañeros y amigos árbitros son indiferentes sino al contrario se sientan seguros de su desempeño.

**Tabla 4**

*¿Cuándo se encuentra desmotivado desempeña su función profesional correctamente?*

Ítems	N	%
<b>Siempre</b>	11	39,3%
<b>Casi siempre</b>	9	32,1%
<b>A veces</b>	6	21,4%
<b>Casi Nunca</b>	1	3,6%
<b>Nunca</b>	1	3,6%
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

En la tabla 4 el 39,3% indican que siempre desempeña su función arbitral correctamente, mientras que el 21,4% A Veces y el 3,6% Nunca, ya que es de gran importancia que mantenga sus emociones negativas aparte y pueda desempeñar correctamente en sus actividades arbitrales. Los encuestados manifestaron que, no tienen problemas sobre el desempeño arbitral cuando se encuentran desmotivados, pero si bien es cierto las emociones negativas afectan en el cambio de humor, irritabilidad, estrés lo cual se debe controlar debido a que en su trabajo arbitral se requiere de mucha concentración ejerciendo un trabajo óptimo.

**Tabla 5**

*¿Alguna vez a llegado a pensar que no es buen árbitro?*

Ítems	N	%
<b>Siempre</b>	0	0%
<b>Casi siempre</b>	0	0%
<b>A veces</b>	9	32,1%
<b>Casi Nunca</b>	7	25,0%
<b>Nunca</b>	12	42,9%
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

En la tabla 5 se evidencia que el 32,1% mencionan que a veces, 25,0% Casi Nunca han pensado que no son buenos árbitros mientras que el 42,9% nunca, puesto que cada árbitro debe tener autoconfianza y seguridad de que su desempeño es el correcto. La confianza y seguridad es un factor importante que cada árbitro debe poseer, ya que su preparación no ha sido en vano y es por ello que deben tener claro que su desempeño siempre es el correcto.

**Tabla 6**

*¿Cree que es importante aplicar los test psicológicos a los árbitros antes durante y después de los partidos?*

Ítems	N	%
<b>Siempre</b>	22	78,6%
<b>Casi siempre</b>	4	14,3%
<b>A veces</b>	2	7,1%
<b>Casi Nunca</b>	0	0%
<b>Nunca</b>	0	0%
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>100%</b>

En la tabla 6 se releva que el 78,6% indican que siempre es importante aplicar test psicológicos, el 14,3% casi siempre y el 7,1% de encuestados mencionan que a veces, debido a que en la actualidad existen grandes problemas psicológicos que pueden sufrir los profesionales a consecuencia del estrés, irritabilidad que provoca el propio partido de fútbol es por eso que se debe contar en cada partido un psicólogo que apoye antes durante y después del partido.

## Discusión

De acuerdo a los resultados obtenidos por medio de las encuestas digitales se pudo evidenciar la problemática motivación en árbitros de fútbol y su incidencia en el agotamiento emocional. De acuerdo a la tabla 1: **Test psicológicos**; con un 28% los árbitros manifestaron que no les realizan test psicológicos, debido que este tipo de test es indispensable para que se puedan desempeñar de forma correcta y justa evitando problemas en su salud mental; así menciona Cuevas (2015) que la Psicología dentro del deporte es una rama importante para tratar la parte emocional de los árbitros del fútbol, optimizando sus funciones en el desarrollo de sus competencias mejorando su bienestar emocional favoreciendo el desarrollo como profesional. Los árbitros se deben preocupar siempre por su bienestar y trabajar conjuntamente con un psicólogo deportivo en cada encuentro deportivo, con el fin de desarrollarse de manera correcta dentro del campo de juego.

En el ítem 2 **Cuando desarrolla su actividad arbitral se siente insuficiente**; los árbitros indicaron con un 46.4% que casi nunca se sienten insuficientes puesto que con gran minoría se sienten insuficientes, ya que la parte emocional de cada uno deben encontrarse estable debido a que podrían desempeñarse de manera incorrecta y tener conflictos al momento de desempeñar su función, es por eso que Cañizares y Sánchez (2017) indican que la preparación emocional es indispensable para un árbitro demostrando un buen desarrollo en sus actividades, es por ello que la parte psicológica debe actuar y estar presente en el ámbito deportivo de principio a fin.

**En su rendimiento arbitral siente que los demás son indiferentes con usted**, el 39.3% indican que no sienten cierta indiferencia cuando ejecuta su profesión sino al contrario se sienten seguros de su desempeño, García (2013) indica que el arbitraje tiene la necesidad de trabajar conjuntamente para mejores beneficios, sentirse en confianza y el apoyo de sus compañeros ayudará a la preparación de un árbitro en distintas áreas de entrenamiento físico técnico y psicológico.

En la cuarta pregunta, **Desmotivación**; indican el 39.3% los encuestados manifestaron que, no tienen problemas sobre el desempeño arbitral cuando se encuentran desmotivados, pero si bien es cierto las emociones negativas afectan en el cambio de humor, irritabilidad, estrés lo cual se debe controlar debido a que en su trabajo arbitral se requiere de mucha concentración ejerciendo un trabajo óptimo, Pedrosa y García (2018) mencionan que en el fútbol el agotamiento se determina como la existencia de la fatiga física y emocional, debido a que se ha realizado actividades elevadas en medio de competición; un bajo desempeño puede provocar la falta del éxito y el crecimiento en el área a desempeñar.

En el ítem 5 **Alguna vez a llegado a pensar que no es buen árbitro** el 42.9% de los árbitros indican que nunca han tenido ese tipo de pensamientos debido a que la confianza y seguridad es un factor importante que cada árbitro debe poseer, ya que su preparación no ha sido en vano y es por ello que deben tener claro que su desempeño siempre es el correcto, González, J. (2007) indica que para que exista un buen desarrollo profesional y ético de un árbitro no solo se basa de una preparación física adecuada si no también que se encuentre

emocionalmente bien y se encuentre seguro de que es un buen árbitro caso contrario debe asistir a un psicólogo deportivo que le evalúe, demostrando su profesionalismo.

***Cree que es importante aplicar los test psicológicos a los árbitros antes durante y después de los partidos;*** se evidencia que el 78,6% indican que siempre es importante aplicar test psicológicos debido a que en la actualidad existen grandes problemas psicológicos que pueden sufrir los profesionales a consecuencia del estrés, irritabilidad que provoca el propio partido de fútbol, así menciona Jaenes et al., (2016) indica que en un estudio realizado en España por medio de los resultados obtenidos a través de una encuesta se determinó de forma moderada de estrés en los árbitros antes durante y después del partido, concluyendo que la psicología en el deporte debe tener más relevancia para poder controlar estados emocionales en los árbitros.

En España, en un estudio realizado por Ramírez et al., (2006), con el tema ***Programa de Intervención Psicológica con árbitros de Fútbol, (PIHPA)***, el programa constó de ocho clases, por lo que se desarrollaron habilidades en la motivación, control emocional, autoconfianza, concentración y comunicación, se tuvo como resultados positivos de grandes satisfacciones y de calidad en las motivaciones en la escuela de los árbitros.

### Conclusiones

El desarrollo emocional de los árbitros de fútbol es de gran interés para un mejoramiento conveniente y eficaz dentro de las labores profesionales a desempeñar como cuerpo arbitral, por lo que para ello se requiere que la parte psicológica se encuentre equilibrada, ya que un juez de fútbol profesional se facilita por brindar un impecable labor dentro del campo de juego y es por ello que los factores tanto físicos y emocionales se encuentren trabajados con anticipación con el fin de desenvolverse correctamente.

Luego del análisis de los resultados obtenidos mediante el instrumento aplicado, se revela que la preparación psicológica es importante en árbitros de fútbol para evitar el agotamiento emocional, y así evitar daños psicológicos, irritabilidad y problema a desempeñarse de forma adecuada y profesional en el campo de juego, pues los resultados obtenidos muestran que los miembros arbitrales dentro de la asociación mencionada no cuentan con el apoyo de psicólogos deportivos y al mismo tiempo no se realizan test psicológicos que apoyen a medir su motivación, puesto que muestran que se sienten de forma insuficiente e incluso creen que no son buenos árbitros.

Por otra parte, se propone, que se apoye con psicólogos deportivos en cada partido de fútbol y que dentro de la asociación lo dispongan, previendo el bienestar de cada miembro arbitral con el fin de tratar problemas de agotamiento emocional que muchas de las veces el propio partido ocasiona, ya que en muchas ocasiones estos daños psicológicos afectan a la persona y les puede ocasionar grave problemas en su salud mental incluso llevarlos a la muerte.

### Referencias bibliográficas

- Alonso-Arbiol, I., Arratibel, N., & Gómez, E. (2008). La motivación del colectivo arbitral en fútbol: Un estudio cualitativo. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(2), 187-203.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119254001.pdf>
- Carlos Pérez Martínez, X. T. i F. (2017). *La preparación física del fútbol en España (1899-1930)* (pp. 113-130). e-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte.  
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6232091>
- Cuevas, J. (2015). *Preparacion psicología de un árbitro de Fútbol*.  
<https://sabercompetir.com/preparacion-psicologica-arbitro-futbol/>
- D'Amico, A., Cañizares Hernández, M., & Sánchez Rodríguez, B. P. (2017). La preparación psicológica de la selección nacional de fútbol de mayores de Venezuela (La Vinotinto): Períodos 2001-2007 y 2008-2013. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 59-72.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2270/227050474008.pdf>
- Espin, L., & Enderica, M. (2021). *Influencia emocional en árbitros de fútbol aplicando tecnologías de sensores* (pp. 1-13).  
<http://www.rte.espol.edu.ec/index.php/tecnologica/article/view/854/549>
- García, J. . (2013). *EJERCICIOS INTEGRADOS PARA ÁRBITROS DE FÚTBOL*.  
<http://garcia-aranda.com/esp/?p=4420>
- Gillué, G. S., Laloux, Y. R., Álvarez, M. T., & Cruz I Feliu, J. (2018). Sources of stress inside and outside the match in football referees. *Apunts. Educacion Fisica y Deportes*, 132, 22-31. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2018/2\).132.02](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2018/2).132.02)
- Gonzalez, J. (2007). *Psicología Aplicada al Arbitro de Futbol*. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y Deporte*.  
<https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126252010.pdf>
- Haykal, Izzat. (2017). *Teoria-Frustracion-Abram-Amsel*.  
<https://psicologiamente.com/psicologia/teoria-frustracion-abram-amsel>
- Jaenes, J. C., Bohórquez, M. R., & Caracuel, J. C. (2016). *Estado emocional y situaciones de estrés en árbitros* (pp. 1-10).  
[http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S2174-51452016000100004](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2174-51452016000100004)
- Pedrosa, I., & García, E. (2018). *Síndrome de Burnout en Árbitros de Élite: La Liga de Fútbol Profesional Española (LFP) a Estudio*. 241-248.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235141413006.pdf>
- Pérez-martínez, C., & Torreadella-flix, X. (2017). *LA PREPARACIÓN FÍSICA DEL FÚTBOL EN ESPAÑA ( 1899-1930 )*.  
<https://www.redalyc.org/pdf/865/86553841006.pdf>
- Pineda-escobar, D. P. (2020). *La preparación física en la toma de decisiones arbitrales del fútbol Physical training and soccer referee decision- making Preparação física na tomada de decisão de arbitragem no futebol*. 5(11), 3-11.  
<https://doi.org/10.23857/pc.v5i11.1904>
- Ramírez, A., Itziar, A.-A., Falcó, F., & López, M. (2006). Programa de intervención psicológica con árbitros de fútbol. *Revista de Psicología del Deporte*, 15, 311-325.

<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119208009.pdf>

Urra, Benito; Nuñez, Claudia; Oses, Jorge; Sarmiento, G. (2018). *Variables psicológicas influyentes en el desempeño de árbitros FIFA: un estudio cualitativo* (pp. 1-11). *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*.  
<https://www.redalyc.org/journal/6138/613865230005/html/>

Vicente-Rodríguez, Germán; Benito, Pedro J.; Casajús, José A.; Ara, I. A., Susana; Castillo, Manuel J.; Dorado, Cecilia; González-Agüero, A. G., Javier; González-Gross, Marcela; Gracia-Marco, Luis; Gutiérrez, Á. G., Narcis; Jiménez-Pavón, David; Lucía, Alejandro; Márquez, Sara; Moreno, L. O., Francisco B.; de Paz, José Antonio; Ruiz, Jonatan R.; Serrano, José Antonio; Tur, J., & A.; Valtueña, J. (2016). Actividad física, ejercicio y deporte en la lucha contra la obesidad infantil y juvenil. *Nutrición Hospitalaria*, 33(9), 1-21. <https://www.redalyc.org/pdf/3092/309249471001.pdf>

**Conflicto de intereses:**

Los autores declaran que no existe conflicto de interés posible.

**Financiamiento:**

No existió asistencia financiera de partes externas al presente artículo.

**Agradecimiento:**

N/A

**Nota:**

El artículo no es producto de una publicación anterior.