

ANÁLISIS DE LA PERCEPCIÓN DE LOS FUTBOLISTAS ACERCA DEL PROCESO DE RETIRADA DEPORTIVA

Macarena Lorenzo y M. Rocío Bohórquez
Universidad de Sevilla, España

RESUMEN: La retirada deportiva es a menudo una etapa de crisis que requiere exigencias y ajustes a nivel ocupacional, financiero, social y psicológico (Cury, Ferreira y Leite de Barros, 2008). En línea con las contribuciones recientes al tema de la retirada deportiva, el presente trabajo pretende analizar de modo descriptivo la percepción de los jugadores de un club de fútbol acerca del proceso de retirada deportiva. Para ello se ha empleado el *Cuestionario para el Diagnóstico de la Empleabilidad en Deportistas de Élite* (Lorenzo y Bueno, 2012) en una muestra de 57 futbolistas semiprofesionales (20 hombres y 37 mujeres). Los resultados indican que los futbolistas del club consideran que su retirada será voluntaria, planificada, por motivos deportivos, a consecuencia de la edad y en el momento esperado. Entre las consecuencias previsibles destaca la disminución de los tiempos y frecuencias de entrenamiento, por otro lado, consideran que las relaciones interpersonales no se modificarán a raíz de este proceso.

PALABRAS CLAVE: retirada deportiva, autopercepción, futbolistas.

ANALYSIS OF FOOTBALLERS' PERCEPTION REGARDING THE SPORT RETIREMENT PROCESS

ABSTRACT: Retirement from sport is often a period of crisis where occupational, financial, social and psychological demands and adjustments have to be made (Cury, Ferreira and Leite de Barros, 2008). In line with recent contributions on the topic of retirement from sport, this study aims to descriptively analyse how players from a football club perceive the process of retirement from sports. For this end, the Questionnaire Diagnosis of Employability of Top Athletes was used (Lorenzo and Bueno, 2012) with 57 soccer players (20 males and 37 females). The results indicate that footballers from the club believe that their retirement will be voluntary, planned, due to sporting reasons, age and will occur at the expected time. Among the foreseeable consequences indicated are the decrease in training times and frequencies, while it is also believed that interpersonal relationships will not change as a result of this process.

KEYWORDS: withdrawal, perception, footballers.

ANÁLISE DA PERCEÇÃO DOS FUTEBOLISTAS SOBRE O PROCESSO DE RETIRADA DESPORTIVA

RESUMO: A retirada desportiva mostra-se às vezes como uma etapa de crise que requer ajustes num nível ocupacional, financeiro, social e psicológico (Cury, Ferreira e Leite de Barros, 2008). Na linha das recentes contribuições ao tema da retirada desportiva, o presente estudo pretende realizar uma análise descritiva da percepção dos jogadores dum clube de futebol sobre o processo de retirada desportiva. O instrumento utilizado foi o *Cuestionario para el Diagnóstico de la Empleabilidad en Deportistas de Élite* (Lorenzo e Bueno, 2012) numa amostra de 57 futebolistas semi-profissionais (20 homens e 37 mulheres). Os resultados indicam que os futebolistas do clube consideram que a sua retirada será voluntária, planificada, por motivos desportivos, em consequência da idade e no momento esperado. Como consequências previsíveis, os futebolistas destacam a diminuição dos tempos e frequências de treinamento, além disso, consideram que as relações interpessoais não serão mudadas por este processo.

PALAVRAS CHAVE: retirada desportiva, auto percepção, futebolistas.

La retirada deportiva es a menudo una etapa de crisis que requiere exigencias y ajustes a nivel ocupacional, financiero, social y psicológico (Cury, Ferreira y Leite de Barros, 2008; Lally y Kerr, 2008; Stambulova, 2000; Wylleman, Lavallee, y Alfermann, 2001). Por ello, es importante concebir al deportista a nivel global (Torregrosa, Sánchez y Cruz, 2004; Wylleman y Stambulova, 2003) y formarle durante su carrera deportiva para optimizar su rendimiento y también para que pueda afrontar de forma positiva y efectiva el proceso de retirada deportiva gracias a estrategias de orientación, asesoramiento y formación.

Con frecuencia, la retirada deportiva se produce a edades muy tempranas, por lo que los deportistas generalmente continúan con su carrera laboral; este suceso no tiene por qué ser negativo si se realizan los ajustes necesarios (Lavallee, Nesti, Borkoles, Cockerill y Edge, 2000; Wylleman, Alferman y Lavallee, 2004). Para ello, hay que tener en cuenta diversos factores como la causa de la retirada deportiva, factores psicosociales y los recursos disponibles que influyen en la integración sociolaboral de los exdeportistas. Para explicar estas diferencias en la forma de afrontamiento de la retirada deportiva y la posterior adaptación a una nueva vida, se tomará como referencia el modelo conceptual de adaptación a la retirada deportiva propuesto por Taylor y Ogilvie (1994), en el que se incluyen las causas de la retirada deportiva, factores y recursos relacionados con la adaptación a la retirada deportiva y, finalmente, las posibles respuestas positivas o negativas (ver Figura 1).

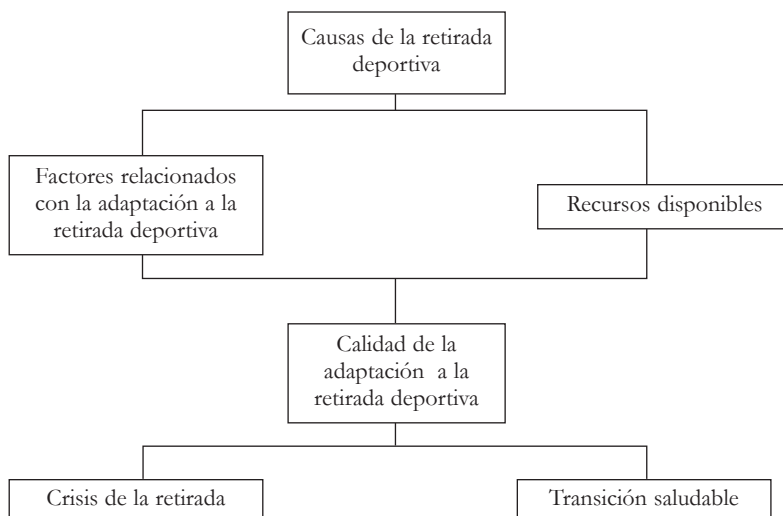


Figura 1. Modelo de adaptación a la retirada deportiva (Taylor y Ogilvie, 1994).

Según este modelo, las dificultades asociadas a la retirada deportiva deben conceptualizarse como una interacción compleja de factores. Para Crook y Robertson (1991) y Wylleman, Stambulova y Biddle (1999) un factor aislado no garantiza que el ajuste sea fácil y tranquilo; solamente un análisis de las complejas interacciones entre diversos factores llevará a comprender cómo será la adaptación tras la retirada deportiva. De esta forma, el fin de la carrera deportiva es el resultado de muchos factores y frecuentemente, una combinación de factores individuales e influencias sociales (Cury et al. 2008; Roncaglia, 2010).

Para entender el proceso de retirada deportiva es necesario analizar la percepción que los protagonistas tienen de esta transición. Para ello deben ser analizadas las variables causales de la retirada deportiva y los factores psicosociales relacionados con la adaptación a la retirada deportiva (Torregrosa, Boixadós y Valiente, 2004; Torregrosa, Sánchez y Cruz, 2003). La percepción adecuada y realista de estos factores puede determinar que se pongan en marcha en su momento medidas orientadas a favorecer el proceso de retirada como una transición deportiva saludable. Desde este enfoque, se analizarán:

- a) Causas de la retirada deportiva: La retirada deportiva es un proceso que puede desarrollarse de diferentes formas (Dosil, 2008; Ogilvie y Howe, 1991) y por diferentes causas. En este sentido, y de acuerdo con González y Bedoya (2008), el proceso de adaptación a la vida al margen del deporte parece diferir en función de la causa que ha llevado a dicho fin:
 - Por el proceso de selección, es uno de los factores más significativos en la incidencia de dificultades en la retirada deportiva (Svoboda y Vanek, 1982). Dicho proceso se refiere al efecto embudo que supone el paso de deporte recreativo a deporte de tecnificación o de élite, dándose en cada fase casos de retirada o abandono (González, 2002). Ogilvie y Howe (1982) lo asemejan a la teoría darwiniana, en donde sólo sobrevive, y por lo tanto se presta atención, al mejor, olvidando a aquellos que no han sido seleccionados.
 - Por edad cronológica. La edad de los deportistas y el posible declive consecuente en el rendimiento deportivo es a menudo la causa más importante de retirada deportiva (Cecic-Erpic, 2003; Cecic-Erpic, Wylleman y Zupancic, 2004) ya que ésta conlleva cambios fisiológicos (Dosil, 2008), psicológicos (Dosil, 2008) y sociales (Cecic-Erpic et al. 2004) que no puede pasar inadvertidos. A este respecto cabe añadir que la longevidad en las carreras deportivas varía entre las distintas modalidades deportivas.
 - Las lesiones son una de las principales causas de retirada deportiva (Dosil, 2008). La investigación ha mostrado que las lesiones son una causa significativa de retirada deportiva para el 14-32% de los deportistas examinados,

convirtiéndose así en una de las principales causas de retirada deportiva (Dosil, 2008).

A estos procesos documentados en el ámbito deportivo, Bueno (2000) añade en términos generales:

- Como consecuencia de transiciones ecológicas normativas (adolescencia, matrimonio, paternidad...) o no normativas (cambio de residencia, acontecimientos vitales críticos...).
- Como consecuencia de trastornos psicológicos, por ejemplo, síndrome de burnout.

A su vez, estas causas se pueden agrupar como:

- Voluntaria-involuntaria (Alfermann, 2000; Crook y Robertson, 1991; Webb, Nasco, Riley y Headrick, 1998; Werthner y Orlick, 1986). El grado de voluntariedad sobre el abandono deportivo contribuye significativamente a la mejora de la calidad de la adaptación a la vida después del deporte (Taylor y Ogilvie, 1994). En este sentido, los resultados empíricos revelan que el proceso de adaptación de exdeportistas está influido, entre otros, por la decisión de retirarse voluntariamente y la preparación para la vida después del deporte (Alfermann y Gross, 1997; Webb et al. 1998; Wheeler, Malone, VanVlack, Nelson y Steadward, 1996).
- Planificada-no planificada (Alfermann, Stambulova y Zemaityte, 2004). La planificación previa a la retirada deportiva también influye en la calidad de la adaptación a la vida después del deporte de competición (Coakley, 1983; Pearson y Petitpas, 1990; Schlossberg, 1981). Sin embargo, a pesar de que la relación entre la planificación de la retirada deportiva y un menor nivel de dificultades en la adaptación a la vida después del deporte ha sido demostrada empíricamente (Stambulova, 1994; Svoboda y Vanek, 1982), aproximadamente el 45% de los deportistas (Wylleman, De Knop, Menkehorst, Theeboom y Annerel, 1993) no piensan en su vida después de la participación activa en los deportes.
Un factor que viene asociado a la planificación o no de la retirada deportiva es el momento en que esta ocurre, siendo según Puig y Vilanova (2006), un aspecto importante para la inserción laboral. En este sentido, González y Torregrosa (2009) encontraron que para el 47,6% de los deportistas su retirada sucedió en un momento bastante oportuno, para el 23,81% fue demasiado pronto, para el 25,4% antes del momento esperado y para el 3,2% fue demasiado tarde.
- Deportiva-no deportiva (Cecic-Erpic et al. 2004). Para estos autores la influencia tanto de factores deportivos como no deportivos puede resultar

un éxito, una transición relativamente suave, o puede llevar asociadas dificultades más o menos intensas a nivel físico, psicológico, psicosocial y/o laboral.

- b) Factores psicosociales relacionados con la adaptación a la retirada deportiva: en el período de transición desde el fin de la carrera deportiva hasta el comienzo de una nueva vida se producen, entre otros, diversos cambios psicosociales como la búsqueda de una nueva identidad, de nuevas relaciones y de una nueva función social (Puig y Vilanova, 2006).

Por tanto, y teniendo en cuenta todo lo expuesto, lo que parece lógico es preparar, asesorar y orientar al deportista para afrontar este proceso de una forma positiva y beneficiosa para él mismo. Dicha orientación debería ser anterior a la retirada deportiva y no únicamente al producirse ésta con el fin de facilitar una mejor y más rápida adaptación de los deportistas a la nueva situación (González y Torregrosa, 2009).

El objetivo del presente trabajo es conocer la percepción acerca del proceso de retirada deportiva de los jugadores profesionales de un club de fútbol. Esta información permitirá proponer medidas de intervención dirigidas a evitar los efectos negativos asociados a la posible carencia de recursos de afrontamiento, ya sean económicos, psicológicos y/o físicos (Marín, Garrido, Troyano y Bueno, 2002).

Para ello se proponen las siguientes hipótesis:

1. El número de futbolistas del club que consideran que su retirada deportiva se producirá de forma voluntaria, planificada y por motivos deportivos, será mayor que el de aquellos que esperan que sea involuntaria, no planificada y por motivos no deportivos.
2. Los futbolistas esperarán que su retirada deportiva se produzca por razones de edad y en el momento esperado.
3. La edad, género, experiencia competitiva y momento esperado de la retirada deportiva se relacionarán positivamente con las características esperadas de la retirada deportiva.
4. Las consecuencias esperadas de la retirada deportiva dependerán de las características de la misma; la disminución de la actividad deportiva será la consecuencia más esperada.

MÉTODO

Participantes

Los sujetos participantes pertenecen a equipos de fútbol de diferentes categorías de un mismo club. Se contó con un total de 20 jugadores y 37 jugadoras de tres equipos

profesionales de un Club de Fútbol de la Comunidad Autónoma Andaluza comprendidos entre 15 y 31 años, dedican una media de 10.54 horas entrenamiento a la semana ($DT = 3.85$) y han militado en alta competición una media de 3.41 años ($DT = 3.02$) (ver tabla 1).

Tabla 1

Características de los grupos participantes.

Nivel de competición	Género	Número de participantes	Edades	Media edad	Desviación tipo
Segunda división B	Masculino	21	17-23	20.14	1.42
Superliga	Femenino	17	17-31	22.41	3.99
Liga Nacional	Femenino	19	15-27	17.89	3.31

La muestra fue seleccionada por accesibilidad, participando el total de futbolistas con ficha federativa en el club en el momento de la recogida de datos.

Diseño

Se realiza un análisis descriptivo de la percepción que los futbolistas tienen acerca de las diferentes variables implicadas en los aspectos psicosociales de su retirada deportiva.

Instrumento

Se empleó la escala de Percepción de la Retirada Deportiva el *Cuestionario para la Diagnósis de la Empleabilidad en Deportistas de Élite* (Lorenzo y Bueno, 2012) en sus versiones digital y de lápiz y papel.

Este cuestionario se compone de 6 apartados: datos personales, datos sociodemográficos, proceso de retirada deportiva, recursos disponibles ante la retirada, datos laborales extradeportivos y datos psicosociales.

El cuestionario se cumplimentó de forma anónima para evitar la influencia de deseabilidad social en la respuesta a los ítems. La versión digital del cuestionario se diseñó para su cumplimentación a través de página web en la que únicamente debían cumplimentar datos sociodemográficos generales.

Procedimiento

Se informó al Director Técnico del club sobre el objeto de estudio de la investigación, quien proporcionó su visto bueno para el desarrollo de la misma.

Para la administración del cuestionario se contó con la colaboración de los psicólogos de cada equipo, a quienes se informó del objetivo y procedimiento del estudio. Éstos solicitaron el permiso a los entrenadores y de los propios deportistas, tras lo que enviaron un correo electrónico a cada jugador con la dirección HTML adjunta para garantizar el anonimato y la confidencialidad; a aquellos que no cumplieron la versión electrónica se les facilitó una copia en papel del instrumento. 17 futbolistas respondieron al cuestionario por vía electrónica y 22 en su formato de lápiz y papel.

Análisis de datos

De forma previa al análisis de los datos se realizaron pruebas de normalidad y homocedasticidad de la muestra con el fin de tomar decisiones acerca de las pruebas estadísticas a utilizar. Se determinó una distribución no normal de la muestra, así como la no homogeneidad de varianzas para las principales variables del estudio (pruebas de Kolmogorov-Smirnov y Levene, $p < .05$). Por ello se decidió utilizar pruebas no paramétricas en los análisis estadísticos realizados para este estudio, concretamente pruebas no paramétricas Kruskal Wallis de comparación de grupos independientes y Tablas de Contingencia. Para el análisis de los resultados se utilizó en paquete estadístico SPSS 17.0.

RESULTADOS

Con el objetivo de explorar las expectativas de los futbolistas en cuanto a la forma (voluntaria o no voluntaria, planificada o no planificada) y motivos (deportivos o no) de la retirada deportiva se realizaron pruebas no paramétricas de comparación de grupos independientes. Los resultados indicaron diferencias significativas ($\chi^2 = 35.53; g/l = 1; p = .00$) entre aquellos futbolistas que prevén que su retirada será voluntaria (89.5%) y aquellos que creen que su retirada será involuntaria (10.5%) (ver Figura 2).

En cuanto a la planificación esperada de la retirada deportiva, los resultados señalaron diferencias significativas ($\chi^2 = 14.75, g/l = 1; p < .01$) entre aquellos futbolistas que consideraban que su retirada sería planificada (75.4%), frente al 24.6% de los futbolistas que preveía que sería no planificada (ver Figura 2).

Se obtuvieron también diferencias significativas entre los futbolistas del club que consideraron que su retirada deportiva sería por motivos deportivos (66.7%) y los que esperaron que se produjera por motivos no deportivos (33.3%) ($\chi^2 = 6.33; g/l = 1; p = .012$), (ver Figura 2).

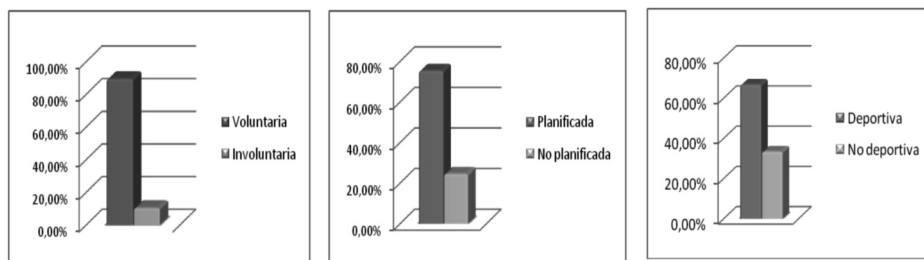


Figura 2. Forma de retirada deportiva.

Para la estimación de las causas esperadas de la retirada, se realizaron análisis de frecuencias y porcentajes de los datos se obtiene que la causa de retirada deportiva más señalada por los jugadores del club es la edad (25%), seguida de los motivos laborales (16.7%), disminución del rendimiento (12.1%), lesión (9.1%), transiciones normativas (9.1%), motivos de salud (9.1%), incompatibilidad con los estudios (6.8%), inadecuado apoyo económico (5.3%), proceso de selección (4.5%), transiciones no normativas (1.5%) y aparición de otros intereses (0.8%).

En lo relativo al momento en que los futbolistas esperan que se produzca la retirada, los resultados mostraron diferencias significativas ($\chi^2 = 69.58$; $gl = 4$; $p = .00$): el 63.2% consideró que la retirada deportiva se produciría en el momento esperado, el 15.8% antes del momento esperado, el 12.3% después del momento esperado, el 7.0% mucho después del momento esperado y el 1.7% mucho antes del momento esperado.

Con el objetivo de explorar la influencia que variables como la edad, el género, la experiencia competitiva y el momento esperado de la retirada pudieran tener sobre las características esperadas de la retirada deportiva, se realizaron análisis de frecuencias y pruebas estadísticas no paramétricas Kruskal Wallis para comparación de grupos independientes. Los resultados no mostraron relación significativa entre la edad y las características de la retirada deportiva (para voluntariedad $\chi^2 = 6.953$, $p > .05$; para planificación $\chi^2 = 4.549$, $p > .05$ y para el desencadenante –deportivo o no deportivo– $\chi^2 = 10.724$, $p > .05$). Tampoco se halló relación significativa entre experiencia competitiva y las características de la retirada deportiva (para voluntariedad $\chi^2 = 4.175$, $p > .05$; para planificación $\chi^2 = 4.549$, $p > .05$ y para el desencadenante –deportivo o no deportivo– $\chi^2 = 10.449$, $p > .05$) ni entre el género y la voluntariedad de la retirada deportiva ($\chi^2 = .655$, $p > .05$) ni la planificación de la misma ($\chi^2 = .003$, $p > .05$). Sin embargo, se encontró relación significativa entre el género y el desencadenante de la retirada deportiva ($\chi^2 = 4.660$, $p = .031$), la Tabla 2 muestra como

las futbolistas contemplan la posibilidad de una retirada deportiva por motivos extra-deportivos mientras que los varones no contemplan esta posibilidad.

Tabla 2

Relación entre el género y el origen de la retirada deportiva

	Hombres	Mujeres	Total
Motivos deportivos	29.82%	36.84%	38 (66.67%)
Motivos no deportivos	5.26%	28.07%	19 (33.33%)
Total	20 (35.09%)	37 (59.65%)	57 (100%)

En cuanto a la relación entre el momento de la retirada deportiva y las características de la misma, los resultados mostraron que el momento de la retirada deportiva no guarda relación con la voluntariedad ($\chi^2 = 1.299, p > .05$) ni el desencadenante –deportivo o no deportivo– de la misma ($\chi^2 = 2.821, p > .05$). Por contra, el momento de la retirada deportiva sí está relacionado con la planificación que de ésta se realiza ($\chi^2 = 11.918, p = .018$). La Tabla 3 muestra que aquellos futbolistas que creen que su retirada deportiva será planificada estiman que ésta se producirá en el momento deseado.

Tabla 3

Relación entre la planificación de la retirada deportiva y el momento en el que se cree que ésta ocurrirá

	Planificada	No planificada	Total
Mucho antes de lo esperado	0%	1.75%	1 (1.75%)
Antes de lo esperado	14.04%	1.75%	9 (15.79%)
En el momento esperado	52.63%	10.53%	36 (63.16%)
Después del momento esperado	7.02%	5.26%	7 (12.28%)
Mucho después del momento esperado	1.75%	5.26%	4 (7.02%)
Total	43 (75.44%)	14 (24.56%)	57 (100%)

Finalmente, para explorar las consecuencias esperadas de la retirada deportiva, se emplearon distribuciones de frecuencias y pruebas no paramétricas de comparación de grupos independientes Kruskal Wallis. La principal consecuencia psicosocial de retirada deportiva indicada por los futbolistas profesionales del club fue la disminución de cantidad semanal de práctica deportiva (40.8%), seguida del cese de actividad central (14.6%), cambio de imagen de sí mismo (13.6%), menor atención por parte de clubes (11.7%), menor atención por parte de federaciones (7.8%), menor atención por parte de los medios de comunicación (5.8%), menor atención por parte de patrocinadores (3.9%) y, finalmente, cese de becas, subvenciones y otras (1.9%).

Para las relaciones interpersonales, el 63.2% de los futbolistas del club consideró que se mantendrían igual, el 24.5% consideraron que se ampliarían y el 12.3% esperaron que éstas disminuyeran; siendo estas diferencias significativas ($\chi^2 = 24.11$; $gl = 2$; $p = .00$). Estas expectativas de relaciones interpersonales no guardan relación con la voluntariedad esperada de ésta ($\chi^2 = 1.047$, $p > .05$) ni con su planificación ($\chi^2 = 2.602$, $p > .05$). Sin embargo, guarda relación marginalmente significativa con el desencadenante –deportivo o no deportivo– de la retirada ($\chi^2 = 5.732$, $p = .057$). La Tabla 4 muestra que aquellos deportistas que señalaron que su retirada deportiva sería ocasionada por motivos deportivos afirmaron que sus relaciones interpersonales se mantendrían.

Tabla 4

Relación entre el origen de la retirada deportiva y las relaciones interpersonales que se cree que se tendrán tras ésta

	Planificada	No planificada	Total
Disminuirán	3.50%	8.77%	7 (12.28%)
Se mantendrán	47.37%	15.79%	36 (63.16%)
Se ampliarán	15.79%	8.77%	14 (24.56%)
Total	66.66%	33.33%	57 (100%)

DISCUSIÓN

Las consecuencias habituales del proceso de retirada deportiva se ven magnificadas en los casos en que ésta tiene consecuencias dramáticas que, además, tienen un elevado impacto social. La Calidad de Vida durante y después de la carrera deportiva es y debe ser una preocupación central en la aplicación de la Psicología del Deporte. Las expectativas acerca del futuro se manifiestan en creencias a partir de las cuales es posible predecir el comportamiento de las personas (Myers, 2005), por lo tanto, conocer las expectativas de los futbolistas acerca de su futura retirada deportiva ayudará a predecir su comportamiento ante ésta y, del mismo modo, a modificar sus expectativas en la búsqueda de estrategias acertadas de afrontamiento.

Respecto a la forma de retirada deportiva y dependiendo si es:

- Voluntaria/Involuntaria. De acuerdo con los datos obtenidos la mayoría de los futbolistas del club (89.5%) prevén que su retirada será voluntaria. Estos datos coinciden con los obtenidos por Cury et al. (2008), quienes encontraron en una muestra de futbolistas y jugadores de baloncesto de alto rendimiento que la decisión de terminar su carrera deportiva fue espontánea o se hizo de forma

voluntaria en el 75,9% de los casos. Blinde y Greendorfer (1985) y Werthner y Orlick (1986) también encontraron resultados en este sentido, observando que casi la totalidad de los deportistas evaluados se retiraron voluntariamente y añadiendo que este proceso ocurrió de forma progresiva y gradual.

Por otro lado, se ha encontrado que la voluntariedad de la retirada deportiva no tiene relación significativa con el género, la edad o la experiencia competitiva.

Diversos autores señalan que la retirada deportiva voluntaria está correlacionada con un nivel menor de dificultades de adaptación a la vida después del deporte (Alfermann, 2000; Alfermann y Gross, 1997; González, 2002; Taylor y Ogilvie, 1994). Así, la mayoría de los futbolistas profesionales del club pueden presentar un menor nivel de dificultades de adaptación a la vida tras su retirada deportiva siempre y cuando ésta se voluntaria.

- Planificada/No planificada. Un 75.4% de los futbolistas del club consideran que su retirada deportiva será planificada. Estos resultados contrastan con los obtenidos por Wylleman et al. (1993) quienes encontraron que aproximadamente el 45% de los deportistas no piensan en su vida después de la participación activa de los deportes. Estas discrepancias pueden deberse a que el estudio llevado a cabo por Wylleman et al. (1993) tiene un carácter retrospectivo, mientras que el presente estudio es de carácter prospectivo, lo que puede generar diferencias entre cómo prevén los deportistas que sea su retirada y cómo será en realidad.

Por otro lado, no se han encontrado relaciones significativas entre la planificación de la retirada deportiva y el género, la edad o la experiencia competitiva.

Por otro lado, y al igual que la retirada deportiva voluntaria, la retirada previamente planificada influye en la calidad de la adaptación a la vida después del deporte de competición (Cecic Erpic et al. 2004; Pearson y Petitpas, 1990; Stambulova, 1994).

- Deportiva/No deportiva. Según los datos obtenidos, un 66.7% de los futbolistas del club consideran que su retirada deportiva se producirá por motivos deportivos y un 33.3% por motivos no deportivos.

El desencadenante percibido de la retirada deportiva no guarda relación significativa con la edad ni la experiencia competitiva. Sin embargo, sí se ha hallado relación significativa entre esta variable y el género, encontrándose que las futbolistas contemplan la posibilidad de una retirada deportiva por motivos extra-deportivos mientras que los varones no contemplan esta posibilidad, tan solo motivos deportivos. Esto puede deberse a que el fútbol femenino no esté profesionalizado y que los entrenamientos tengan que ser compatibilizados con estudios, trabajo, vida familiar, etc. De hecho, en otro estudio similar se encontró

que los chicos prevén que su retirada deportiva se producirá a los 37.2 años de edad y las chicas a las 27.43 años de edad (Lorenzo y Bueno, 2012).

Según Cecic-Erpic et al. (2004) la influencia tanto de factores deportivos como no deportivos pueden resultar en éxito, una transición relativamente suave, o puede llevar asociadas dificultades más o menos intensas a nivel físico, psicológico, psicosocial y/o laboral. Lo que puede indicar que la retirada deportiva de las futbolistas de este estudio será más suave que la de los futbolistas, aspecto que sería conveniente analizar en futuros estudios.

En lo referente al momento de la retirada deportiva, los datos obtenidos revelan que el 63.2% de los futbolistas del club considera que la retirada deportiva se producirá en el momento esperado, el 15.8% antes del momento esperado, el 12.3% después del momento esperado, el 7.0% mucho después del momento esperado y el 1.7% mucho antes del momento esperado. Estos resultados concuerdan con los obtenidos por González y Torregrosa (2009), quienes encontraron que para el 47,6% de los deportistas encuestados su retirada sucedió en un momento bastante oportuno, para el 23,81% fue demasiado pronto, para el 25,4% fue antes del momento esperado y 3,2% fue demasiado tarde. También encontraron resultados parecidos Cury et al. (2008), quienes indicaron que para la mayoría de los exdeportistas evaluados (futbolistas y jugadores de baloncesto de alto nivel brasileños) (64,8%), el momento de la retirada deportiva fue oportuno, o sea, sucedió en el momento adecuado; para el 27,9% de los encuestados, la decisión de dejar de competir profesionalmente ocurrió muy temprano y antes de tiempo.

Causas de retirada deportiva

En el presente estudio se ha obtenido que la edad ha sido la causa más señalada por los futbolistas del club (25%). Cury et al. (2008) también encontraron que la edad fue la causa más frecuente relacionada con la retirada deportiva. En este sentido, Cecic-Erpic et al. (2004) señalan que la edad de los deportistas y el posible declive consecuente en el rendimiento deportivo es a menudo la causa más importante de retirada deportiva. Esto es debido a los cambios físicos, psicológicos y sociales que conlleva la edad (Cecic-Erpic et al. 2004; Dosil, 2008). En definitiva, se puede concluir que la edad está íntimamente relacionada con la disminución del rendimiento, causa señalada por los futbolistas profesionales del club en un 12.1%.

Otra de las causas de retirada deportiva más señaladas por los futbolistas del club han sido los motivos laborales (16.7%) y la incompatibilidad de estudios (6.8%). Esto se puede relacionar con los datos obtenidos sobre la edad media de retirada deportiva de los participantes de este estudio (es de 37.2 años para los hombres y 27.43

años para las mujeres) y el escaso apoyo económico institucional recibido, donde se refleja que tras la retirada deportiva deben afrontar su inserción en el mundo laboral.

Las lesiones también aparecen entre el listado de causas más señaladas por la población de este estudio (9.1%). En este sentido, la investigación ha mostrado que las lesiones son una causa significativa de retirada deportiva para el 14-32% de los deportistas examinados (Dosil, 2008). Tal y como señalan Webb et al. (1998) en el caso de los deportistas que se retiran por una lesión existe una mayor probabilidad de experimentar dificultades tras la retirada.

Consecuencias psicosociales de la retirada deportiva

El proceso de retirada deportiva lleva asociados ciertos cambios a los que los deportistas deben hacer frente. En este sentido, más de la mitad de los deportistas retirados de la alta competición sienten la necesidad de afrontar una nueva vida después del fin de sus carreras deportivas, tardando casi año y medio en adaptarse a la vida después del deporte (González y Torregrosa, 2009).

Durante este período de transición desde el fin de la carrera deportiva hasta el comienzo de una nueva vida se producen, entre otros, diversos cambios psicosociales como la búsqueda de una nueva identidad, nuevas relaciones y una nueva función social (Puig y Vilanova, 2006). Estos datos contrastan con los encontrados en este estudio, dando lugar a pensar que la percepción que los futbolistas tienen sobre las consecuencias psicosociales de su proceso de retirada deportiva pudiera no ajustarse a la realidad.

Para la Federación Europea de Psicología del Deporte y Actividad Física (FEP-SAC, 1999) el fin de la carrera deportiva se puede convertir en uno de los momentos más difíciles de la vida de un deportista, ya que el cambio en el estilo de vida requiere una adaptación de los roles sociales y profesionales. La mayoría de los deportistas no perciben la importancia de otras fuentes de identificación en diferentes esferas de sus vidas indispensables para el mantenimiento personal durante y después del proceso de retirada, datos que se confirman en el actual estudio. Esta percepción puede ser reforzada por técnicos, directivos y miembros de la familia, en ocasiones más centrados en los resultados que en el crecimiento personal y profesional del deportista (Cury et al. 2008).

Todo esto lleva a pensar que la evaluación de dicha identidad puede ser de utilidad en los programas de asesoramiento y/o planificación con el objetivo de identificar a aquellos deportistas con riesgo de experimentar dificultades (Grove et al. 1998; Samuel y Tenenbaum, 2011).

La literatura señala las relaciones interpersonales tras la retirada deportiva como uno de los principales predictores de una retirada no traumática (González, 2002;

González y Torregrosa, 2009). Tras el análisis de los resultados se ha comprobado que la mayoría de los futbolistas del club consideran que las relaciones interpersonales se mantendrán sin cambios, el 24.5% consideran que se ampliarán y el 12.3% creen que se estrecharán. Por su parte, González y Torregrosa (2009) encuentran resultados similares, indicando que una vez finalizada la carrera deportiva, la red social se renueva, “ampliándose y renovándose” en un 34,8% de los casos y “estrechándose y renovándose” en un 28,6% de los casos.

Estos datos pueden explicarse porque el contexto en el que se desenvuelven los deportistas también cambia, es decir, los escenarios de actividad (infraestructuras deportivas, competiciones...) no son los mismos y consecuentemente no se relacionan con las mismas personas (entrenadores/as, preparadores/as físicos, técnicos/as, psicólogos/as deportivos, medios de comunicación...) (McGillivray, Fearn y McIntosh, 2005). Ya que el deporte y su entorno eran su medio de vida, deben buscar nuevas actividades y relaciones interpersonales fuera de este contexto. Este hecho se ve dificultado debido al intenso compromiso emocional y físico con el deporte, sin embargo, el mismo sistema que cuida todas las necesidades de los deportistas mientras están compitiendo les presta poca atención una vez retirados (González, 2002).

Las expectativas acerca de las relaciones interpersonales que se tendrán tras la retirada deportiva no guardan relación con la voluntariedad esperada de ésta, ni con su planificación. Sin embargo, la expectativa acerca de las relaciones interpersonales que se tendrán guarda relación marginalmente significativa con el desencadenante –deportivo o no deportivo– de la retirada, encontrándose que aquellos deportistas que creen que su retirada deportiva será ocasionada por motivos deportivos afirman que sus relaciones interpersonales se mantendrán. Esto puede deberse a que los deportistas cuyas retiradas deportivas sean impulsadas por motivos no deportivos (transiciones normativas y no normativas, laborales, escaso apoyo económico, etc.), cambiarán el contexto en el que han pasado la mayoría del tiempo –deportivo– por el laboral, familiar, etc.

Este estudio presenta la limitación de basarse en una metodología prospectiva que, al basarse en expectativas, plasma ideas no siempre ajustadas a la realidad. Del mismo modo, los análisis retrospectivos se ven afectados por la reinterpretación de los hechos para ajustarlos a los esquemas cognitivos del narrador. Por ello, este estudio se debería complementar en el futuro con un análisis longitudinal que diera cuenta del proceso de cambio de las percepciones de los deportistas antes, durante y después de su retirada deportiva. Combinar análisis prospectivo y retrospectivo acerca de éste proceso permitiría también comprobar el ajuste/desajuste entre esas percepciones y el proceso real de retirada.

Otra de las limitaciones que puede presentar el estudio parte de los diferentes procedimientos de administración del instrumento (en papel o vía web) que pueden

implicar diferencias en la interpretación de los ítems, limitación que se corregirá en futuras investigaciones. Es necesario asumir que la limitación en el tamaño de la muestra implica dificultades en la generalización de las conclusiones obtenidas así como en la potencia estadística de los resultados, sin embargo, los datos obtenidos provienen de una muestra representativa del colectivo de jugadores profesionales de fútbol.

Futuros trabajos deberían afrontar el reto de generar programas integrales de preparación del deportista para su retirada deportiva partiendo de las percepciones que tiene sobre este proceso. Si bien la mayoría de los deportistas esperan que su retirada sea voluntaria, y de hecho así suele ser (Alfermann, 2000), las consecuencias negativas asociadas a una retirada involuntaria son de suficiente importancia (Crook y Robertson, 1991; Svoboda y Vanek, 1982) como para incluir en programas preventivos el entrenamiento en herramientas que permitan a los deportistas afrontar una salida involuntaria del contexto deportivo. Por otro lado, resulta llamativa la discrepancia entre la percepción prospectiva y la retrospectiva reportada en la literatura en lo relativo a las redes de apoyo social, mostrando la realidad que los deportistas retirados perciben una disminución significativa en su cantidad y cualidad de relaciones interpersonales; tal y como señala Rees y Hardy (2000), la red de apoyo social es una herramienta fundamental para una adecuada integración social. Por ello, trabajar la amplitud de la red de apoyo social, la frecuencia de trato con los miembros de la misma y la multiplicidad de roles implicados en ella serían aspectos importantes en un programa de promoción de la retirada deportiva positiva. Además, el contexto deportivo lleva asociado un elevado número de lesiones que, en más ocasiones de las esperadas, causan retirada deportiva (Webb et al., 1998), siendo un factor a tener en cuenta para la preparación de la retirada deportiva. Finalmente, aunque los deportistas afirman que planificarán su retirada los datos prospectivos demuestran que no es así (Stambulova, 1994), convirtiendo una planificación protocolaria y temprana que incluya los aspectos mencionados en una estrategia de gran importancia.

REFERENCIAS

- Alfermann, D. (2000). Causes and consequences of sport career termination. En D. Lavallee y P. Wylleman (Eds.), *Career transitions in sport: International perspective* (pp. 45-58). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
- Alfermann, D. y Gross, A. (1997). Coping with career termination: it all depends on freedom of choice. En R. Lidor y M. Bar-Eli (Eds.), *Proceedings of the ninth world congress on sport psychology* (pp. 65-67). Netanya: Wingate Institute for Physical Education and Sport.
- Alfermann, D., Stambulova, N. y Zemaityte, A. (2004). Reactions to sport career termination: A cross-national comparison of German, Lithuanian and Russian athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 61-75.

- Baillie, P. H. y Danish, S. J. (1992). Understanding the career transition of athletes. *The Sport Psychologist*, 6, 77-98.
- Blinde, E. M. y Greendofers, S. L. (1985). A reconceptualization of the process of leaving the role of competitive athlete. *International Review for the Sociology of Sport*, 20, 87-93.
- Brewer, B. W., Van Raalte, J. L. y Linder, D. E. (1993). Athletic identity: Hercules' muscles or Achilles heel? *International Journal of Sport Psychology*, 24, 237-254.
- Bueno, M. R. (2000). *Variables predictoras del estatus laboral de los jóvenes andaluces*. Universidad de Sevilla, Sevilla.
- Cecic Erpic, S. (2003). Sport career transition phase: an entity or a sum of sub-phases? En R. Stelter (Ed.), *New Approaches to Exercise and Sport Psychology* (p. 55). Proceedings of the XIth European Congress of Sport Psychology. Copenhagen: DSFR.
- Cecic Erpic, S., Wylleman, P. y Zupancic, M. (2004). The effect of athletic and non-athletic factor son the sports career termination process. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 45-59.
- Coakley, J. J. (1983). Leaving competitive sport: retirement or rebirth? *Quest*, 35, 1-11.
- Crook, J. M. y Robertson, S. E. (1991). Transitions out of elite sport. *International Journal of Sport Psychology*, 22, 115-127.
- Cury, M., Ferreira, M. R. y Leite de Barros, T. (2008). Causas e Consequências físicas e emocionais do término de carreira esportiva. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 14(6), 504-508.
- Dosil, J. (2008). Agotamiento y retirada deportiva. En J. Dosil (Ed.), *Psicología de la Actividad Física y el deporte* (pp. 455-476). Madrid: McGraw-Hill.
- FEPSAC. (1999). *FEPSAC Position Statement 3 "Sport Career Termination"*. Lund. Sweden: European federation of Sport Psychology.
- González, M. D. (2002). La retirada deportiva: perspectivas teóricas para una mejor comprensión del fenómeno. En J. Dosil (Ed.), *Psicología y Rendimiento deportivo* (pp. 189-199). Madrid: Síntesis.
- González, M. D. y Bedoya, J. (2008). Después del deporte, ¿Qué? Análisis psicológico de la retirada deportiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 61-69.
- González, M. D. y Torregrosa, M. (2009). Análisis de la retirada de la competición de élite: antecedentes, transición y consecuencias. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 4(1), 93-104.
- Grove, J., Lavalley, D., Gordon, S. y Garvey, J. (1998). Account-making: a model for understanding and resolving distressful reactions to retiring athletes. *International Review of Sport Sociology*, 4, 5-29.

- Lally, P. y Gretchen, K. (2008). The Effects of Athlete Retirement on Parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, 20(1), 42-56.
- Lavallee, D., Nesti, M., Borkoles, E., Cockerill, I. y Edge, A. (2000). Intervention strategies for athletes in transition. En D. Lavallee y P. Wylleman (Eds.), *Career transitions in sport. International perspectives* (pp.111-130). Morgantown: Fitness Information Technology.
- Lorenzo, M. y Bueno, M. R. (2012). Recursos disponibles para la inserción sociolaboral tras la retirada deportiva de futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 189-194.
- Marín, M., Garrido, M. A., Troyano, Y. y Bueno, M. R. (2002). Datos para definir políticas de educación y formación para el empleo, en función del perfil psicosocial de los jóvenes. *Psicobema*, 14(2), 288-292.
- McGillivray, D., Fearn, R. y McIntosh, A. (2005). Caught up and in and by the beautiful game. A case study of Scottish professional footballers. *Journal of Sport and Social Issues*, 29(1), 102-123.
- Myers, D. G. (2005). *Psicología Social*. México D. F.: McGraw Hill.
- Ogilvie, B. C. y Howe, M. (1982). Career crisis in sport. En T. Orlick, J. T. Partington y J. H. Salmela (Eds.), *Proceedings of the Fifth World Congress of Sport Psychology* (pp. 176-183). Ottawa, Canada: Coaching Association of Canada.
- Ogilvie, B. G. y Howe, M. (1991). El trauma de la finalización de la vida deportiva. En J. Williams (Ed.), *Psicología aplicada al deporte* (pp. 523-548). Madrid: Biblioteca Nueva.
- Pearson, R. E. y Petitpas, A. J. (1990). Transitions of athletes: development and preventive perspectives. *Journal of Counseling and Development*, 69, 7-10.
- Puig, N. y Vilanova, A. (2006). Deportistas olímpicos y estrategias de inserción laboral. Propuesta teórica, método y avance de resultados. *Revista Internacional de Sociología*, 64(44), 63-83.
- Rees, T. y Hardy, L. (2000). An investigation of the social support experience of high-level sports performers. *The Sport Psychologist*, 14, 327-347.
- Roncaglia, I. (2010). Retirement transition in ballet dancers: "Coping withing and coping without". *Forum Qualitative Sozialforschung*, 11(2).
- Samuel, R. D. y Tenenbaum, G. (2011). How do athletes perceive and respond change-events: an exploratory measurement tool. *Psychology of Sports and Exercise*, 12(4), 392-406.
- Schlossberg, N. K. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2-18.

- Stambulova, N. (1994). Developmental sports career investigations in Russia: a post-perestroika analysis. *The Sport Psychologist*, 8, 221-237.
- Stambulova, N. (2000). Athlete's crises: A developmental Perspective. *Internacional Journal of Sport Psychology*, 31, 584-601.
- Svoboda, B. y Vanek, M. (1982). Retirement from high level competition. En T. Orlick, J. T. Partington y J. H. Salmela (Eds.), *Proceedings of the fifth world congress of sport psychology* (pp. 166-175). Ottawa: Coaching Association of Canada.
- Taylor, G. M. y Ogilvie, B. (1994). A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6, 1-20.
- Torregrosa, M., Boixadós, M., Valiente, L. y Cruz, J. (2004). Elite athletes' image of retirement: the way to relocation in sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 35-43.
- Torregrosa, M., Sanchez, X. y Cruz, J. (2003). Prospective vs. retrospective analysis of withdrawing from active Sport. En R. Stelter (Ed.), *New Approaches to Exercise and Sport Psychology* (p. 174). Proceedings of the XIth European Congress of Sport Psychology. Copenhagen: DSFR.
- Torregrosa, M., Sánchez, X. y Cruz, J. (2004). El papel del psicólogo del deporte en el asesoramiento académico-vocacional del deportista de élite. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(2), 215-228.
- Webb, W. M., Nasco, S. A., Riley, S. y Headrick, B. (1998). Athlete identity and reactions to retirement from sports. *Journal of Sport Behaviour*, 21, 338-362.
- Werthner, P. y Orlick, T. (1986). Retirement experiences of successful Olympic athletes. *International Journal of Sport Psychology*, 17, 337-363.
- Wheeler, G. D., Malone, L. A., VanVlack, S., Nelson, E. R. y Steadward, R. D. (1996). Retirement from disability sport: a pilot study. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 13, 382-399.
- Wylleman, P., Alferman, D. y Lavallee, D. (2004). Career transitions in sport: european perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, 5, 7-20.
- Wylleman, P., Lavallee, D. y Alfermann, D. (2001). (Chair). *Career Transitions in Sport, Part I/Part II*. Symposium presentado en el Xth World Congress of Sport Psychology, Skiathos, Greece.
- Wylleman, P., De Knop, P., Menkehorst, H., Theeboom, M. y Annerel, J. (1993). Career termination and social integration among elite athletes. En S. Serpa, J. Alves, V. Ferreira y A. Paula-Brito (Eds.), *Proceedings of the eighth world congress of sport psychology* (pp. 902-906). Lisbon: International Society of Sport Psychology.

Wylleman, P. y Stambulova, N. (2003). (Chair). *Career development in sport, Part I / Part II*. Symposium presentado en el XIth congress of Sport Psychology, Copenhage, Dinamarca.

Wylleman, P., Stambulova, N. B. y Biddle, S. (1999). Career transitions in sport: research and interventions. *Proceedings of the 10th European Congress of sport Psychology* (pp. 301-313). Prague: Charles University Press.

Manuscrito recibido: 31/10/2012

Manuscrito aceptado: 30/12/2012