

# Caracterización psicosocial de deportistas y reconocimiento de la importancia del psicólogo deportivo<sup>1</sup>

Psychosocial Characterization of Athletes and the Importance of Sports Psychologists

Caracterização psicossocial de atletas e reconhecimento da importância do psicólogo esportivo

*Andrés Gómez-Acosta*<sup>a2</sup>

*Fundación Universitaria Sanitas, Colombia*

cesagomez@unisanitas.edu.co

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7932-0466>

DOI: <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI18-2.cpdf>

Recibido: 14/06/20

Aceptado: 31/07/20

*William Sierra-Barón*<sup>3</sup>

*Universidad Surcolombiana, Colombia*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7642-477X>

*Angie Lizeth Aguayo Hernández*<sup>4</sup>

*Universidad Surcolombiana, Colombia*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-7676-896X>

*Jesús David Matta Santofimio*<sup>5</sup>

*Universidad Surcolombiana, Colombia*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0142-9418>

*Érika Alexandra Solano*<sup>6</sup>

*Universidad Surcolombiana, Colombia*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-5090-1240>

*Laura Viviana Oviedo Anturi*<sup>7</sup>

*Universidad Surcolombiana, Colombia*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-9459-5997>

## Resumen:

**Objetivo.** Desarrollar la caracterización psicosocial de un grupo de deportistas del departamento del Huila (Colombia), e identificar su percepción acerca de la labor del psicólogo deportivo. **Método.** Investigación descriptiva, transversal, en la que participaron 817 deportistas (72.3% hombres, edad promedio 17.26 años [DE = 4.28]). La información fue obtenida mediante un instrumento ad hoc de autorreporte, validado por expertos, guardando las consideraciones éticas del caso. **Resultados.** Se evidenciaron asociaciones significativas ( $p < 0.05$ ) entre los factores psicológicos emocionales (principalmente ansiedad y estrés) y cognitivos (atención, concentración, cohesión, motivación, autoconfianza y cohesión), con las variables sexo, sometimiento a cirugías, trabajo actual, asociación a club deportivo, participación en competencias y acompañamiento con psicólogo deportivo. Muchos de los encuestados no tenían acceso a los profesionales en psicología deportiva, pero resaltaron su importancia para el mejoramiento del rendimiento deportivo. **Conclusión.** El estudio permitió tener una panorámica general de las condiciones sociodemográficas de los deportistas

## Notas de autor

<sup>2</sup> Magíster en Psicología, candidato a Doctor en Psicología. Facultad de Psicología Fundación Universitaria Sanitas. Correo de correspondencia: cesagomez@unisanitas.edu.co <https://orcid.org/0000-0002-7932-0466>

<sup>3</sup> Magíster en Educación, candidato a Doctor en Psicología. <https://orcid.org/0000-0002-7642-477X>

<sup>4</sup> Psicóloga. <https://orcid.org/0000-0002-7676-896X>

<sup>5</sup> Psicólogo. <https://orcid.org/0000-0003-0142-9418>

<sup>6</sup> Psicóloga. <https://orcid.org/0000-0002-5090-1240>

<sup>7</sup> Psicóloga. <https://orcid.org/0000-0001-9459-5997>

<sup>a</sup> Correo de correspondencia: cesagomez@unisanitas.edu.co

y de sus necesidades psicosociales. No obstante, se deben llevar a cabo ejercicios más rigurosos que permitan no solo establecer relaciones estadísticas entre las variables reportadas, sino también realizar intervenciones efectivas.

**Palabras clave:** Psicología deportiva, psicólogo deportivo, factores psicosociales, análisis cuantitativo.

### Abstract:

**Objective.** To develop a psychosocial characterization of a group of athletes from the department of Huila-Colombia, and to identify their perception of the work of sports psychologists. **Method.** A descriptive, transversal research was conducted, in which 817 athletes (72.3% men, average age 17.26 years, [SD = 4.28]) participated. The information was obtained through an ad hoc instrument of self-reporting, validated by experts, keeping the ethical considerations of the case. **Results.** Significant associations ( $p < 0.05$ ) exist between the psychological and emotional factors (mainly anxiety and stress) and cognitive factors (attention, concentration, cohesion, motivation, self-confidence and cohesion), with sex, surgery, current job, sports club association, participation in competitions and accompaniment with a sports psychologist as variables; even when many of the respondents do not have access to professional sports psychologists, they highlight the importance of their actions to improve performance. **Conclusion.** The study allows us to have a general overview of the sociodemographic conditions of athletes, as well as their psychosocial needs to be strengthened; nevertheless, more rigorous exercises must be carried out that allow establishing, not only statistical relationships between the variables reported, but also effective interventions.

**Keywords:** Sports psychology, sports psychologist, psychosocial factors, quantitative analysis.

### Resumo:

**Escopo.** Desenvolver uma caracterização psicossocial de um grupo de atletas do departamento de Huila-Colômbia e identificar sua percepção do trabalho do psicólogo esportivo. **Metodologia.** Pesquisa descritiva, transversal, na que participaram 817 atletas (72,3% homens, média de idade 17.26 anos [DE = 4.28]). As informações foram obtidas por meio de um instrumento ad hoc de autorrelato, validado por especialistas, mantendo as considerações éticas do caso. **Resultados.** Existem associações significativas ( $p < 0.05$ ) entre os fatores psicológicos emocionais (principalmente ansiedade e estresse) e cognitivos (atenção, concentração, coesão, motivação, autoconfiança e coesão), com as variáveis, sexo, cirurgia, trabalho atual, associação esportiva, participação em competições e acompanhamento com um psicólogo esportivo, e mesmo quando muitos dos entrevistados não têm acesso a profissionais em psicologia esportiva, destacam a importância de suas ações para melhorar o desempenho esportivo. **Conclusão.** O estudo permite uma visão geral das condições sociodemográficas dos atletas, bem como suas necessidades psicossociais a serem fortalecidas; no entanto, devem ser realizados exercícios mais rigorosos que permitam não apenas estabelecer relações estatísticas entre as variáveis relacionadas, mas também realizar intervenções eficazes.

**Palavras-chave:** Psicologia do esporte, psicólogo esportivo, fatores psicossociais, análise quantitativa.

## Introducción

La psicología del deporte es una disciplina aplicada que se enfoca en el estudio e intervención de aspectos psicológicos intervinientes, como control atencional y de concentración, motivación, manejo de las emociones y autoconfianza, estrategias grupales de liderazgo, comunicación y cohesión grupal, entre otros, en las personas que practican un deporte (Sánchez-Jiménez y León-Ariza, 2012). En consecuencia, el mejoramiento de habilidades que potencien el afinamiento de los procesos psicológicos básicos (Jodra, Galera, Estrada y Domínguez, 2019), el manejo de las emociones asociadas a la competencia (Weir, 2018) y el desarrollo sistemático del talento (García-Naveira, 2010), pueden ser determinantes para que el deportista rinda al máximo (Ureña-Bonilla, Blanco-Romero, Sánchez-Ureña y Salas-Cabrera, 2015).

Por su parte, el éxito deportivo está sujeto al equilibrio entre los aspectos físicos, fisiológicos y psicosociales que afectan el bienestar y el desempeño del deportista, sugiriendo un abordaje interdisciplinario durante los procesos precompetitivos y competitivos (Costa, Oliveira, Sena, Lima y Silva, 2018; Marsters, 2017). Ante la presión por mejorar continuamente su rendimiento, los deportistas pueden experimentar emociones como ansiedad, temor, alegría, tristeza, enojo y sorpresa, así como otros procesos psicológicos antes, durante y después del entrenamiento o competencia, que afectan sus resultados y la percepción subjetiva de su esfuerzo (Campo, Mackie y Sánchez, 2019). Por otro lado, el nivel de los deportistas se clasifica de acuerdo con su rendimiento, las particularidades de cada deporte y su naturaleza competitiva (Sabato, Walch y Caine,

2016). Esto, a su vez, puede tener alguna relación con los estilos interpersonales tanto del deportista como del entrenador, en cuanto a la autoconfianza, la motivación y la ansiedad precompetitiva (Pineda-Espejel, Morquecho-Sánchez y Alarcón, 2020).

Entre algunas investigaciones que han aportado evidencia al respecto, se encuentra la de Reigal, Delgado-Giralt, Raimundi y Hernández-Mendo (2018), quienes evaluaron el perfil psicológico de un grupo de triatletas *amateur* y los compararon con deportistas de otras modalidades. Sus resultados mostraron que el grupo de atletas tuvo mayores puntuaciones en control de afrontamiento negativo y positivo, nivel motivacional y control atencional-actitudinal, en comparación con otros deportistas. Por su parte, González-Reyes, Moo-Estrella y Olmedilla-Zafra (2017) encontraron relaciones significativas entre la cantidad de lesiones en deportistas con la percepción de las causas de las lesiones, así como con alta ansiedad competitiva y control de afrontamiento negativo en los atletas encuestados. De igual manera, Olmedilla, García-Mas y Ortega (2017) identificaron las características psicológicas de jugadores de fútbol, rugby y baloncesto, y encontraron que los futbolistas puntuaron más alto en control de estrés, motivación y cohesión de equipo, mientras que los jugadores de rugby lo hicieron en influencia de la evaluación del rendimiento y habilidad mental. Por otro lado, sus hallazgos revelaron que, desde la perspectiva de los deportistas, aspectos como la motivación, la capacidad de superación y la disciplina (Filgueira, 2015), así como la autoeficacia percibida (Guillén-Rojas, 2007), son considerados relevantes para optimizar su rendimiento en competencia.

Aunque estos resultados son relevantes, es necesario contar con procesos de caracterización psicosocial de los deportistas, que permitan identificar los aspectos psicológicos implementados para el manejo de sus emociones en el ámbito deportivo, la optimización del desempeño esperado y el reconocimiento del psicólogo en el contexto deportivo (Puig, 2012; Ureña-Bonilla et al., 2015). Si bien en Colombia se han realizado algunos trabajos de caracterización de practicantes de deportes de conjunto (Arias, Cardozo, Aguirre-Loaiza y Arenas, 2016), futbolistas (Aguirre-Loaiza y Ramos, 2011; Orrego-Ramírez, Velásquez-Restrepo y Uribe-Lopera, 2010) y atletas de liga de combate (Castaño y Acevedo, 2014), particularmente en este país, y más específicamente en el departamento del Huila, no se cuenta con ejercicios de caracterización integrales (socioculturales, contextuales, de demandas psicológicas y de percepciones hacia el psicólogo deportivo) con muestras de practicantes de diversos deportes, por lo que esta investigación pretende responder a dicho vacío en el conocimiento.

## Método

### Diseño

Para este estudio se empleó un diseño transversal, de tipo descriptivo correlacional (Hernández, Fernández y Baptista, 2014).

### Participantes

Se contó con la participación de 817 deportistas pertenecientes a la Liga Departamental del Huila, obtenidos por muestreo no probabilístico, intencional y a conveniencia. El 72.3% de los participantes eran hombres y el 27.7% mujeres, pertenecientes en su mayoría a estratos socioeconómicos bajos. La edad promedio de los participantes fue de 17.26 años ( $DE = 4.28$ ).

## Instrumentos

La información fue adquirida con un cuestionario *ad hoc* conformado por 45 ítems, 27 de ellos relacionados con aspectos sociodemográficos, educativos, físicos, ocupacionales, familiares y de las experiencias vividas relacionadas con el deporte; mientras que los últimos 18 ítems se referían a las demandas psicológicas de los deportistas, procesos psicológicos (PP) de atención, concentración, motivación, activación, autoconfianza y cohesión grupal, a las emociones (EMO) como temor, ansiedad y alegría, y al conocimiento sobre el perfil y las labores del psicólogo deportivo. El formato de respuesta del cuestionario fue dicotómico (Sí/No), para facilitar la comprensión y el diligenciamiento de las encuestas.

El cuestionario fue sometido a dos jueces expertos, un especialista en Psicología Deportiva y un metodólogo psicómetra, quienes evaluaron la validez del contenido en una plantilla dispuesta para tal fin, a través de la calificación de cada uno de los ítems de manera independiente, así como el posterior cálculo de concordancia, siguiendo las recomendaciones de Escobar-Pérez y Cuervo-Martínez (2008). Los coeficientes estimados para el instrumento se consideran adecuados (tabla 1), de acuerdo con las especificaciones establecidas por Campo-Arias y Herazo (2010).

TABLA 1  
*Índices de concordancia entre evaluadores del instrumento ad hoc*

Índice Kappa	Suficiencia	Claridad	Coherencia	Relevancia
	0.88	0.61	0.55	0.64

Fuente: elaboración propia.

## Procedimiento

Inicialmente se efectuó una revisión de literatura que permitiera identificar cuestionarios validados, cuyo propósito fuera indagar acerca de las características psicosociales de los deportistas. Aunque se encontró un instrumento que podría servir para la recolección de la información (Gimeno y Pérez-Llantada, 2010), su contenido no respondía a las necesidades contextuales que se pretendían indagar con la muestra, por lo que se determinó, por consenso del equipo de investigadores, el desarrollo y validación del cuestionario *ad hoc* descrito.

Acto seguido, se establecieron alianzas con el Instituto Departamental del Deporte en el Huila (Inderhuila) y la coordinación de los juegos nacionales, entidades que aprobaron la propuesta y la socializaron con presidentes y entrenadores de la Liga del Huila, para lograr el acceso a los deportistas. A los participantes se les informó sobre las especificidades de la investigación y se obtuvo la firma tanto del consentimiento como del asentimiento informado respectivo. Este último, particularmente, con los deportistas menores de edad, atendiendo a las consideraciones éticas dispuestas por la Resolución 8430 del Ministerio de Salud de Colombia (1993), el Código Ético y Deontológico del Psicólogo - Ley 1090 (Congreso de la República de Colombia, 2006) y la Declaración de Helsinki (World Medical Association, 2013). Se garantizó la confidencialidad y el anonimato de los encuestados y se resolvieron las dudas que surgieron del proceso de recolección de la información. Se verificó que los cuestionarios fueran contestados en su totalidad para facilitar la sistematización y reducir la potencial pérdida de datos.

El proceso de recolección de información comprendió desde junio hasta noviembre de 2018, y se les envió un informe de resultados individualizado a quienes lo solicitaron a través del correo electrónico reportado.

## Análisis de datos

Los datos sociodemográficos, de percepción hacia el psicólogo deportivo y de necesidades psicológicas reportadas fueron registrados como variables ordinales y nominales, por lo que el análisis descriptivo fue plasmado en términos de frecuencias y porcentajes. Para efectos de la asociación entre las mismas, se utilizaron pruebas chi-cuadrado, tomando como criterio de significación estadística para la prueba de hipótesis de asociación un valor  $p < 0.05$ . El análisis de datos se realizó con el software SPSS® versión 24.

## Resultados

La muestra se analizó en función de los grupos configurados. Se pudo apreciar que no existían diferencias en los participantes, por lo que la muestra se consideró pertinente (tabla 2).

TABLA 2  
Descripción de la muestra

Variables sociodemográficas					
	f	%		f	%
Sexo			Estado civil:		
Mujer	226	27.7	Soltero	778	95.2
Hombre	591	72.3	Casado/Unión libre	39	4.8
¿Pertenece a algún grupo étnico?			¿En qué se moviliza?		
Si	40	4.9	Transporte público	177	21.7
No	777	95.1	Misto	246	30.1
¿Tiene hijos?			Carro particular	68	8.3
Si	44	5.4	Bicicleta	110	13.5
No	773	94.6	Otro	107	13.1
Zona			2 a 5 de estas opciones	108	13.2
Rural	42	5.1	Tipo de vivienda:		
Urbana	775	94.9	Propia	358	43.8
Estrato socioeconómico			Arrendada	274	33.5
1	168	20.6	Familiar	185	22.6
2	498	61.0	¿Fuma?		
3 o más	151	18.5	Si	20	2.4
Lateralidad			No	797	97.6
Zurdo	94	11.5	¿Bebe alcohol más de tres veces a la semana?		
Diestro	633	77.5	Si	21	2.6
Ambidiestro	90	11.0	No	796	97.4
Tipo de sangre			¿Se le ha practicado alguna cirugía?		
A-	8	1	Si	197	24.1
A+	190	23.3	No	620	75.9
AB+	10	1.2	¿Padece alguna enfermedad?		
B-	4	0.5	Si	68	8.3
B+	49	6.0	No	749	91.7
O-	27	3.3	Estudios cursados (Puede marcar varias)		
O+	529	64.8	Primaria/Bachillerato	647	79.2
¿Se encuentra estudiando?			Educación Superior	170	20.8
Si	665	81.4	¿Trabaja actualmente?		
No	152	18.6	Si	156	19.1
¿En qué ocupa su tiempo libre?			No	659	80.7
Actividad física asociada al deporte que practica	362	44.3	Deporte que practica:		
Actividad física asociada a otro deporte	281	34.4	Ajedrez	11	1.3
Otra	174	21.3	Atletismo	11	1.3
Estado civil de sus padres:			Baloncesto	41	5.0
Casados	252	30.8	Billar	2	0.2
Divorciados	263	32.2	Canotaje	2	0.2
Unión libre	218	26.7	Fútbol	503	61.6
Viudo	84	10.3	Fútbol de salón	20	2.4
¿Usted es hijo/a único/a?			Judo	12	1.5
Si	79	9.7	Karate	10	1.2
No	737	90.2	Lucha	30	3.7
¿En su familia alguien más ha sido deportista?			Natación	26	3.2
Si	509	62.3	Patínaje	29	3.5
No	308	37.7	Porrista	38	4.7
Tiempo de permanencia en el club (meses):			Rugby	27	3.3
1 año o menos	451	55.2	Taekwondo	27	3.3
Más de un año	366	44.8	Tenis (mesa - campo)	3	0.4
¿Cuántas horas diarias entrena?			Triatlón	7	0.9
1	521	63.8	Voleibol	18	2.2
2	232	28.4	¿Entrena y practica en el mismo municipio?		
¿Entrena y practica en el mismo municipio?	f	%	Si	733	89.7
Si	799	97.8	No	84	10.3
No	17	2.1	¿Ha participado en competencias?		
			Si	733	89.7
			No	84	10.3

Fuente: elaboración propia.

Por otro lado, se recogió información sobre lo que los deportistas conocen acerca del psicólogo deportivo y sus labores, así como de las emociones que ellos refieren cuando compiten (tabla 3).

TABLA 3  
*Frecuencias de las consideraciones acerca del psicólogo deportivo*

¿Ha escuchado hablar de la participación del psicólogo deportivo?		Considera que aporta para:		f	%
		Formar deportistas	315	38.6	
Si	490 60	Mejorar el rendimiento deportivo	403	49.3	
No	327 40	Las dos	99	12.1	
¿Su deporte actualmente cuenta con servicio de acompañamiento psicológico?		¿Conoce el apoyo de un psicólogo del deporte en otras disciplinas deportivas distintas a la suya?			
Si	332 40.6	Si	404	49.4	
No	485 59.4	No	413	50.6	
¿Ha contado con apoyo y acompañamiento del servicio de psicología deportiva?		¿Dentro de su plan de entrenamiento están programadas actividades del psicólogo deportivo?			
Si	324 39.7	Si	246	30.1	
No	493 60.3	No	571	69.9	
¿Conoce qué aspectos debe trabajar un psicólogo deportivo?		¿Recibe usted apoyo psicológico antes, durante y después de una competencia?			
Si	307 37.6	Si	238	29.1	
No	510 62.4	No	579	70.9	
¿Conoce alguna técnica para manejar las emociones cuando gana o pierde una competencia?		Cuando gana una competencia, maneja sus emociones con:			
Si	497 60.8	Autocontrol	563	68.9	
No	320 39.2	Empatía	104	12.7	
¿Las competencias en las que participa le generan estrés?		¿Ha tenido episodios de ansiedad cuando compete?			
No sabe	18 2.2	No sabe	16	2	
Nunca	347 42.5	Nunca	149	18.2	
Rara vez	326 39.9	Rara vez	362	44.3	
A menudo	91 11.1	A menudo	191	23.4	
Siempre	35 4.3	Siempre	98	12	
¿Reconoce alguna superstición que realice antes de entrar a competir?		¿Realiza alguna rutina en la práctica de su deporte?			
No sabe	52 6.4	No sabe	17	2.1	
Nunca	338 41.4	Nunca	72	8.8	
Rara vez	253 31	Rara vez	134	16.4	
A menudo	103 12.6	A menudo	238	29.1	
Siempre	70 8.6	Siempre	355	43.5	
¿El perder una competencia le genera pérdida de control?		¿Utiliza alguna técnica psicológica que mejore su rendimiento deportivo?			
No sabe	13 1.6	No sabe	52	6.4	
Nunca	465 56.9	Nunca	218	26.7	
Rara vez	251 30.7	Rara vez	223	27.3	
A menudo	65 8.0	A menudo	161	19.7	
Siempre	22 2.7	Siempre	162	19.8	
¿Las técnicas empleadas por parte del psicólogo deportivo han contribuido en la mejora de su rendimiento deportivo?		¿Las técnicas empleadas por el psicólogo deportivo han sido relevantes en los triunfos obtenidos en las competencias?			
No sabe	141 17.3	No sabe	152	18.6	
Nunca	256 31.3	Nunca	266	32.6	
Rara vez	148 18.1	Rara vez	160	19.6	
A menudo	115 14.1	A menudo	126	15.4	
Siempre	156 19.1	Siempre	112	13.7	

Fuente: elaboración propia.

En la tabla 4 se describen los procesos psicológicos y las emociones que los deportistas consideran que deben fortalecer a través de la consulta con el psicólogo deportivo. En términos generales, se encontró como prioritario el trabajo en sus niveles de autoconfianza, concentración y motivación, así como el manejo de la ansiedad y mayor alegría.

TABLA 4  
*Frecuencias de aspectos psicológicos que los deportistas consideran apropiado fortalecer*

Factores psicológicos a fortalecer		
	f	%
Autoconfianza		
No	144	17.6
Si	673	82.4
Atención		
No	418	51.2
Si	399	48.8
Activación		
No	508	62.2
Si	309	37.8
Cohesión		
No	703	86
Si	114	14
Concentración		
No	180	22
Si	637	78
Motivación		
No	137	16.8
Si	680	83.2
Emociones previas a la competencia deportiva		
Manejo de la ansiedad		
No	206	25.2
Si	611	74.8
Alegría		
No	284	34.8
Si	533	65.2
Manejo del temor (miedo)		
No	560	68.5
Si	257	31.5

Fuente: elaboración propia.

Con relación a lo anterior, es evidente que la mayoría de deportistas interrogados consideraron la necesidad de fortalecerse en algunos aspectos psicológicos que les permitan un mejor rendimiento en su plan de entrenamiento y en competencia propiamente dicha. Además de dichos aspectos, fue posible evidenciar las siguientes asociaciones: (a) las mujeres tienden a manifestar más miedo que los hombres; (b) haber sido intervenido quirúrgicamente puede mermar la autoconfianza, la cohesión y aumentar la ansiedad, mientras que dichos procesos se mantienen más sólidos conforme a una mayor tiempo en el mismo club deportivo; (c) el psicólogo deportivo contribuye a incrementar alegría y reducir el temor, así como interactuar con estos profesionales destaca más la necesidad de autoconfianza, cohesión y concentración, así como menor ansiedad; (d) el apoyo psicológico efectivo se relaciona con menor temor y ansiedad, mayor concentración, motivación, autoconfianza, activación y alegría; (e) contar con técnicas de manejo de sus emociones refieren mayor atención y alegría, así como menor ansiedad y temor; y (f) participar en competencias promueve más motivación y alegría (tabla 5).

**TABLA 5**  
*Medidas de asociación entre procesos psicológicos a fortalecer (PP), emociones desplegadas (EMO), variables sociodemográficas y percepción del psicólogo deportivo*

		Sexo (%)			
		Mujer	Hombre	Chi2	
Temor (EMO)					
No		15.91	52.63	0.000	
Sí		11.75	19.71		
¿Se le ha practicado alguna cirugía? (%)					
Autoconfianza (PP)				Chi2	
No	Sí	3.06	14.57	0.041	
Sí	No	21.05	61.32		
Cohesión (PP)					
No		19.22	66.83	0.000	
Sí		4.90	9.06		
Ansiedad (EMO)					
No		4.41	20.81	0.010	
Sí		19.71	55.08		
¿Trabaja actualmente? (%)					
Activación (PP)				Chi2	
No	Sí	13.71	48.23	0.049	
Sí	No	5.39	32.44		
Tiempo de permanencia en el club deportivo (%)					
Autoconfianza (PP)		1 año y menos	2 a 5 años	6 años y +	Chi2
No		11.51	5.14	0.98	0.031
Sí		43.70	33.41	5.26	
Atención (PP)					
No		30.84	17.26	3.06	0.011
Sí		24.36	21.30	3.18	
Cohesión (PP)					
No		49.94	31.09	5.02	0.000
Sí		5.26	7.47	1.22	
Ansiedad (EMO)					
No		17.01	7.22	0.98	0.000
Sí		38.19	31.33	5.26	
¿Ha participado en competencias? (%)					
Motivación (PP)				Chi2	
No	Sí	13.95	2.82	0.012	
Sí	No	75.76	7.47		
Alegría (EMO)					
No		29.50	5.26	0.000	
Sí		60.22	5.02		
¿Ha escuchado hablar de la participación del psicólogo deportivo?					
Autoconfianza (PP)		Sí (%)	No (%)	Chi2	
No		9.18	8.45	0.031	
Sí		50.80	31.58		
Cohesión (PP)					
No		50.31	35.74	0.030	
Sí		9.67	4.28		
Concentración (PP)					
No		11.51	10.53	0.022	
Sí		48.47	29.50		
Ansiedad (EMO)					
No		13.10	12.12	0.009	
Sí		46.88	27.91		
Considera que el psicólogo deportivo aporta para:					
Alegría (EMO)		Formar deportistas	Mejorar el rendimiento deportivo	Chi2	
No		13.71	18.48	0.012	
Sí		24.85	30.84		
Temor (EMO)					
No		27.05	35.13	0.000	
Sí		11.51	14.20		
¿Su deporte cuenta con servicio de acompañamiento psicológico?					
Temor (EMO)		Sí	No	Chi2	
No		30.11	38.43	0.012	
Sí		10.53	20.93		
Concentración (PP)		Sí	No	Chi2	
No		10.77	11.26	0.010	
Sí		29.87	48.10		
Motivación (PP)					
No		8.20	8.57	0.029	
Sí		32.44	50.80		
¿Ha contado con apoyo y acompañamiento del servicio de psicología deportiva?					
Temor (EMO)		Sí	No	Chi2	
No		28.76	39.78	0.048	
Sí		10.89	20.56		

Fuente: elaboración propia.



TABLA 5 (cont.)  
*Medidas de asociación entre procesos psicológicos a fortalecer (PP), emociones desplegadas (EMO), variables sociodemográficas y percepción del psicólogo deportivo*

¿Dentro de su plan de entrenamiento están programadas actividades del psicólogo deportivo?			
	Si	No	Chi2
Temor (EMO)			
No	22.89	45.65	0.000
Si	7.22	24.24	
Autoconfianza (PP)			
No	6.73	10.89	0.019
Si	23.38	59.00	
¿Conoce qué aspectos debe trabajar un psicólogo deportivo?			
	Si	No	Chi2
Activación (PP)			
No	21.18	41.00	0.009
Si	16.40	21.42	
Ansiedad (EMO)			
No	11.02	14.20	0.038
Si	26.56	48.23	
¿Recibe usted apoyo psicológico antes, durante y después de una competencia?			
	Si	No	Chi2
Ansiedad (EMO)			
No	9.30	15.91	0.008
Si	19.83	54.96	
Alegría (EMO)			
No	8.32	26.44	0.016
Si	20.81	44.43	
Temor (EMO)			
No	22.03	46.51	0.009
Si	7.10	24.36	
¿Conoce alguna técnica para manejar las emociones cuando gana o pierde una competencia?			
	Si	No	Chi2
Atención (PP)			
No	29.25	21.91	0.031
Si	31.58	17.26	
Ansiedad (EMO)			
No	16.89	8.32	0.039
Si	43.94	30.84	
Alegría (EMO)			
No	17.99	16.77	0.000
Si	42.84	22.40	
Temor (EMO)			
No	43.57	24.97	0.016
Si	17.26	14.20	

Fuente: elaboración propia.

Por otro lado, se identificaron los siguientes hallazgos: (a) el estrés generado en las competencias tiende a activar estrategias de atención, cohesión y concentración, y a mitigar las emociones de ansiedad y temor; (b) la alegría se asocia con nulos estados de estrés precompetitivo, mientras que la ansiedad precompetitiva tiende a activar estrategias de concentración y a mitigar el temor; (c) las conductas supersticiosas se asocian positivamente con estrategias de activación y cohesión, y negativamente con temor y concentración; (d) la pérdida de control presente al perder una competencia se asocia con mayor ansiedad; (e) el rendimiento deportivo se asocia con mayor alegría y menor ansiedad en competencia; y (f) las técnicas implementadas en psicología deportiva se asocian con mayor alegría y menor ansiedad ante triunfos obtenidos (tabla 6).

TABLA 6  
Medidas de asociación entre procesos psicológicos a fortalecer (PP), emociones desplegadas (EMO) y situaciones asociadas a las competencias deportivas

¿Las competencias en las que participa le generan estrés?						
	No sabe	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre	Chi <sup>2</sup>
Atención (PP)						
No	1.96	23.13	19.95	4.77	1.35	0.000
Sí	0.24	19.34	19.95	6.36	2.94	
Cohesión (PP)						
No	2.08	38.31	33.54	9.18	2.94	0.000
Sí	0.12	4.16	6.36	1.96	1.35	
Concentración (PP)						
No	0.61	12.12	7.10	1.84	0.37	0.000
Sí	1.59	30.35	32.80	9.30	3.92	
Ansiedad (EMO)						
No	0.98	13.71	8.57	1.47	0.49	0.000
Sí	1.22	28.76	31.33	9.67	3.79	
Alegría (EMO)						
No	0.98	11.51	15.06	5.39	1.84	0.000
Sí	1.22	30.97	24.85	5.75	2.45	
Temor (EMO)						
No	1.10	32.07	27.05	6.73	1.59	0.000
Sí	1.10	10.40	12.85	4.41	2.69	
¿Ha sentido episodios de ansiedad cuando compete?						
	No sabe	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre	Chi <sup>2</sup>
Alegría (EMO)						
No	0.98	4.90	13.71	10.65	4.53	0.000
Sí	0.98	13.34	30.60	12.73	7.47	
Concentración (PP)						
No	0.73	6.00	9.30	4.16	1.84	0.000
Sí	1.22	12.24	35.01	19.22	10.16	
Temor (EMO)						
No	0.86	14.32	32.19	15.30	5.75	0.000
Sí	1.10	3.92	12.12	8.08	6.24	
¿Reconoce alguna superstición que realice antes de entrar a competir?						
	No sabe	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre	Chi <sup>2</sup>
Temor (EMO)						
No	4.28	29.38	22.52	7.59	4.65	0.009
Sí	2.08	12.00	8.45	5.02	3.92	
Activación (PP)						
No	3.92	28.40	18.60	6.24	4.90	0.011
Sí	2.45	12.97	12.36	6.36	3.67	
Cohesión (PP)						
No	5.75	36.96	26.32	10.53	6.36	0.010
Sí	0.61	4.41	4.65	2.08	2.20	
Concentración (PP)						
No	1.96	11.38	5.26	2.45	0.98	0.000
Sí	4.41	29.99	25.70	10.16	7.59	
¿Realiza alguna rutina en la práctica de su deporte?						
	No sabe	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre	Chi <sup>2</sup>
Ansiedad (EMO)						
No	0.49	3.30	5.26	5.63	10.40	0.009
Sí	1.59	5.51	11.14	23.50	33.05	
¿El perder una competencia le genera pérdida de control?						
	No sabe	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre	Chi <sup>2</sup>
Ansiedad (EMO)						
No	0.61	16.52	5.75	1.47	0.73	0.019
Sí	0.98	40.39	24.97	6.49	1.96	
¿Utiliza alguna técnica psicológica que mejore su rendimiento deportivo?						
	No sabe	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre	Chi <sup>2</sup>
Cohesión (PP)						
No	6.00	22.15	24.97	16.65	16.16	0.008
Sí	0.37	4.53	2.33	3.06	3.67	
¿Las técnicas empleadas por parte del psicólogo deportivo han contribuido en la mejora de su rendimiento en las competencias?						
	No sabe	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre	Chi <sup>2</sup>
Alegría (EMO)						
No	6.98	12.97	5.39	4.28	5.14	0.011
Sí	10.28	18.36	12.73	9.79	13.95	
Ansiedad (EMO)						
No	2.82	6.49	5.14	4.16	6.49	0.000
Sí	14.44	24.85	12.97	9.91	12.61	
¿Las técnicas empleadas por el psicólogo deportivo han sido relevantes en los triunfos obtenidos en las competencias?						
	No sabe	Nunca	Rara vez	A menudo	Siempre	Chi <sup>2</sup>
Ansiedad (EMO)						
No	3.30	7.47	4.90	4.53	4.90	0.009
Sí	15.30	25.09	14.69	10.89	8.81	
Alegría (EMO)						
No	7.34	13.22	6.00	4.77	3.43	0.021
Sí	11.26	19.34	13.59	10.65	10.28	

Fuente: elaboración propia.

Como síntesis de lo anterior, se pudo establecer que las situaciones de competencia activan algunos estados emocionales y conductas ante las cuales los deportistas practican estrategias psicológicas para su gestión, admitiendo la importancia de las mismas y la necesidad de su entrenamiento a la par con las habilidades físicas para optimizar su rendimiento.

## Discusión

Este estudio tuvo como propósito efectuar la caracterización psicosocial de un grupo de deportistas del departamento del Huila, así como identificar su percepción acerca del psicólogo deportivo.

En cuanto a la caracterización psicosocial, la gran mayoría de los encuestados eran hombres y pertenecían a estrato socioeconómico bajo, con familiares también deportistas, aspecto característico de los deportistas colombianos (González, Sarmiento, Lozano, Ramírez y Grijalba, 2014). Muchos de ellos percibían el deporte como una manera de acceder a una mejor calidad de vida objetiva para ellos y sus familias, así como una forma de escape de la marginalidad (Jaitman y Scartascini, 2017). Se encontró también que un gran porcentaje de ellos no consumen sustancias como el alcohol y el cigarrillo, situación que puede estar asociada a la edad de la muestra, mayormente joven, pero también a la disciplina y el compromiso con el mantenimiento de condiciones físicas óptimas para rendir en la competencia (Lamoneda, 2015).

Asimismo, se halló que casi el 60% de los deportistas abordados no cuentan con el apoyo de un psicólogo deportivo, aun cuando destacan la importancia de dicho profesional y de sus funciones. Sin embargo, llamó la atención que solo un poco más del 30% de los deportistas refirieron que las técnicas implementadas por el psicólogo deportivo les han servido para mejorar su rendimiento deportivo, lo cual invita a fomentar un mayor acceso de estos deportistas a psicólogos profesionales idóneos en el área, así como al desarrollo de acciones con mayor impacto en el rendimiento real de los deportistas (García-Naveira, 2010).

Fue notoria la importancia que los deportistas participantes le asignaron al psicólogo deportivo en aspectos como el manejo de la ansiedad y la alegría, así como al fortalecimiento de factores como la autoconfianza, la concentración y la motivación, aunque no para el fortalecimiento de la cohesión. Esta última percepción puede estar sesgada por incluir dentro del estudio a una gran mayoría de participantes que practican deportes de conjunto (Olmedilla et al., 2017). Tal observación sugiere la necesidad de evaluar si esta cohesión manifestada evidentemente es un factor posibilitador de otras variables, como el aumento en la autoeficacia percibida (Guillén-Rojas, 2007) y en el rendimiento deportivo efectivo (Leo, García, Sánchez y De la Vega, 2011).

En cuanto a las asociaciones estadísticas obtenidas, se encontró que las emociones temor y ansiedad son proporcionalmente más típicas de las mujeres deportistas con relación a su contraparte, lo cual corresponde con los hallazgos de Arbinaga (2013), Arias et al. (2016) y Ponseti, García, Cantallops y Vidal (2017), aun cuando se debe tener presente una distinción más específica de acuerdo con el tipo de deporte practicado, individuales y por equipo. Asimismo, en coherencia con lo expuesto por González-Reyes et al. (2017), se hallaron asociaciones entre mayor ansiedad y haber estado en el quirófano a causa de lesiones deportivas. Esto último contrasta con lo reportado por Liberal, Escudero, Cantallops y Ponseti (2014), quienes encontraron que no existe una relación entre el haber presentado una lesión deportiva y un mayor estado de ansiedad.

Pertenecer al mismo club por varios años y ser asesorado por un psicólogo deportivo, así como tener rutinas de entrenamiento y gestión de las emociones antes, durante y después de la competencia, así como ante la pérdida de torneos, son factores que reducen la ansiedad manifestada. No obstante, posteriores estudios deberán enfatizar cuál tipo de ansiedad es la mejor gestionada (cognitiva, somática o motora), y cuál es la magnitud que aporta dicha gestión en el rendimiento deportivo (Núñez-Pratz y García-Mas, 2017). También llamó la atención la asociación identificada entre las conductas supersticiosas y la reducción de estados ansiosos. La explicación parece estar centrada en un efecto placebo (Rekhviashvili y Gupta, 2015), que aparentemente es frecuente en deportistas (Dömötör, Ruiz-Barquín y Szabo, 2016). No obstante, esta afirmación debe ser sometida a mayor comprobación empírica en posteriores estudios.

De acuerdo con las asociaciones halladas, es posible que los procesos psicológicos de atención y concentración sean favorecidos por el tiempo de permanencia en un mismo club y un acompañamiento psicológico efectivo. A su vez, los procesos psicológicos referidos se pueden ver comprometidos por el estrés y la ansiedad generados por la competencia. Al respecto, conviene promover la antigüedad en el vínculo con los

clubes deportivos y el acceso a profesionales competentes para el fortalecimiento de rutinas precompetitivas cognitivo-conductuales que permitan la reducción del arousal, el mejoramiento de la concentración en el aquí y el ahora, el control atencional, así como la reducción del significado místico o mágico atribuido típicamente a las conductas supersticiosas (Dömötör et al., 2016).

Se encontró también que la participación en competencias, el estrés que generan las mismas, trabajar actualmente, contar con apoyo psicológico y las conductas supersticiosas se asocian con mayor activación y motivación, situación que corresponde con lo hallado por Filgueira (2015) y Reynaga-Estrada et al. (2017). Estos autores sostienen que la participación en competencias es un fuerte motivador para los deportistas, y resaltan la importancia de contar con un buen soporte construido en la interacción con el psicólogo deportivo, para procurar una mayor motivación en los deportistas y, por ende, mejorar su desempeño (García-Naveira, 2010; Weir, 2018). Sin embargo, no es clara la relación entre la condición de trabajar actualmente y las conductas supersticiosas como posibles motivadores, por lo que se sugiere que estudios posteriores profundicen sobre esta relación.

Fue evidente que otras variables, como la alegría, se asocian con la posibilidad de participación en competencias, como técnica para la gestión de las emociones negativas y un mejor rendimiento deportivo percibido. Este puede ser un campo en el área de la psicología deportiva que vale la pena abordar, dados sus beneficios en el bienestar y la salud mental de la población, como lo documentan los trabajos desde la psicología positiva salutogénica (Barragán-Estrada y Morales-Martínez, 2014; Mora y Quintana, 2010). Dichos beneficios también pueden generar efectos significativos en el mejoramiento del rendimiento deportivo.

La cohesión se mostró asociada a la cirugía por lesión, a la permanencia en el mismo club, a la reducción del estrés precompetitivo, al uso de técnicas para mejorar el rendimiento deportivo y a las conductas supersticiosas. Al respecto, no se logró discriminar si dicha cohesión es más relevante para aquellos encuestados que practican deportes de equipo, en contraste con los que practican un deporte individual, pues no necesariamente tendría que existir una diferencia real entre estos dos perfiles, ni menos una asociación estadística con el rendimiento deportivo, por ejemplo, al final de una temporada (Navarro-Patón, Mecías, Basanta y Lojo, 2016).

En cuanto a la autoconfianza, se encontró que se ve reducida por cirugías ante lesiones, pero se relaciona de forma positiva con el tiempo de pertenencia al mismo club y el acceso al plan de entrenamiento de técnicas de la psicología deportiva. De ahí que sea pertinente que se propicie su desarrollo desde edades tempranas para favorecer el alcance de un alto rendimiento deportivo (Fradejas, Espada y Garrido, 2016), dado que permite un mejor control del estrés y de la ansiedad precompetitiva (González-Campos, Valdivia-Moral, Zagalaz y Romero, 2014).

En cuanto a las limitaciones del estudio, se pudo identificar que, si bien se usó un instrumento *ad hoc* validado por expertos, es posible tomar instrumentos construidos previamente y validarlos en el contexto local. Asimismo, aun cuando se pudiera conformar una batería larga e, incluso, agotadora en su diligenciamiento tanto para el encuestador como para los participantes, esta podría aportar información de mayor calidad. Por otro lado, incluir medidas psicofisiológicas técnicamente es más costoso, pero más preciso que los instrumentos de autorreporte, por lo cual se recomienda su uso en investigaciones futuras, conforme a lo expuesto por Aguirre-Loaiza, Parra, Bartolo, Cardona y Arenas (2019).

Si bien se afirma que la muestra es pertinente, no es lo suficientemente homogénea, por lo que algunas de las conclusiones pueden ser sesgadas y retratar mejor a un segmento particular de la población deportista de la región. De igual manera, al corresponder con una investigación transversal, no permite establecer un análisis de tendencias en un determinado lapso.

A futuro, conviene el desarrollo de más caracterizaciones en otras regiones del país, para así contrastar sus resultados con los hallazgos expuestos en el presente estudio. Asimismo, se sugieren investigaciones que permitan identificar relaciones predictivas con estadísticos más robustos y ejercicios explicativos que refieran

relaciones causales entre las variables psicológicas observadas y el rendimiento deportivo registrado, siguiendo todas las consideraciones éticas y metodológicas de la práctica basada en evidencia (Ramis, Torregrossa, Pallarés, Viladrich y Cruz, 2019).

Se puede concluir, entonces, que los deportistas de la región reconocen la labor y las potenciales ventajas de incorporar las técnicas de la psicología deportiva para la gestión de procesos psicológicos que subyacen a un mejor rendimiento. Dicho análisis aporta elementos para que las instituciones facilitadoras y patrocinadoras auspicien el desarrollo de políticas que permitan la implementación de programas conducidos por psicólogos deportivos que favorezcan las condiciones tanto para una mayor obtención de logros deportivos como para la construcción de una cultura deportiva que aporte a la consolidación de procesos de formación de ciudadanía, prevención de situaciones con alta prevalencia en salud pública y contribución a la implementación de los acuerdos de paz, entre otras prioridades de la agenda pública estatal colombiana.

## Referencias

- Aguirre-Loaiza, H. y Ramos, S. (2011). Ansiedad, estado y variables sociodemográficas en futbolistas colombianos durante competencia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 7(2), 239-251. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/dpp/v7n2/v7n2a04.pdf>
- Aguirre-Loaiza, H., Parra, J., Bartolo, L., Cardona, M. y Arenas, J. (2019). Desempeño neuropsicológico e indicadores de frecuencia, duración y tiempo de la sesión del ejercicio físico. *Pensamiento Psicológico*, 17(1), 19-32. doi: 10.11144/Javerianacali.PPSI17-1.dnif
- Arbinaga, F. (2013). Fisicoculturismo: diferencias de sexo en el estado de ánimo y la ansiedad precompetitiva. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(2), 353-360. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235128058005.pdf>
- Arias, I., Cardozo, T., Aguirre-Loaiza, H. y Arenas, J. (2016). Características psicológicas de rendimiento deportivo en deportes de conjunto. *Psicogente*, 19(35), 25-36. doi: 10.17081/psico.19.35.1206
- Barragán-Estrada, R. y Morales-Martínez, C. (2014). Psicología de las emociones positivas: generalidades y beneficios. *Enseñanza e Investigación en Psicología*, 19(1), 103-114. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/292/29232614006.pdf>
- Campo-Arias, A. y Herazo, E. (2010). Concordancia intra e interevaluadores. *Revista Colombiana de Psiquiatría*, 39(2), 424-432. doi: 10.1016/S0034-7450(14)60261-4
- Campo, M., Mackie, D. M., & Sánchez, X. (2019). Emotions in Group Sports: A Narrative Review from a Social Identity Perspective. *Frontiers in Psychology*, 10, 1-10. doi: 10.3389/fpsyg.2019.00666
- Castaño, C. y Acevedo, M. (2014). Condiciones psicosociales y deportivas de los atletas de las ligas de combate en el departamento de Nariño. *Viref: Revista de Educación Física*, 3(1), 37-51. Recuperado de <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/18496/16162>
- Congreso de la República de Colombia. (2006). Ley 1090. Por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de Psicología, se dicta el Código Deontológico y Bioético y otras disposiciones. Bogotá, Diario Oficial No. 46.383 de 6 de septiembre de 2006. Recuperado de [http://colpsic.org.co/aym\\_image/files/LEY\\_1090\\_DE\\_2006.pdf](http://colpsic.org.co/aym_image/files/LEY_1090_DE_2006.pdf)
- Costa, D. O., Oliveira, L. S., Sena, E. A., Lima, F. F., & Silva, A. S. (2018). Physical, Physiological and Psychosocial States of Taekwondo Athletes in Pre-Competition Period. *Journal of Physical Education*, 29(1), 2913. doi: 10.4025/jphyseduc.v29i1.2913
- Dömötör, Z., Ruiz-Barquín, R., & Szabo, A. (2016). Superstitious Behavior in Sport: A Literature Review. *Scandinavian Journal of Psychology*, 57(4), 368-382. doi:10.1111/sjop.12301
- Escobar-Pérez, J. y Cuervo-Martínez, A. (2008). Validez de contenido y juicio de expertos: una aproximación a su utilización. *Avances en Medición*, 6, 27-36. Recuperado de [http://www.humanas.unal.edu.co/psicometria/files/7113/8574/5708/Articulo3\\_Juicio\\_de\\_expertos\\_27-36.pdf](http://www.humanas.unal.edu.co/psicometria/files/7113/8574/5708/Articulo3_Juicio_de_expertos_27-36.pdf)
- Filgueira, A. (2015). La caracterización del perfil del deportista de atletismo de alto nivel. *Revista de Investigación en Educación*, 13(2), 219-242. Recuperado de <http://reined.webs.uvigo.es/index.php/reined/article/view/231>

- Fradejas, E., Espada, M. y Garrido, R. (2016). La autoconfianza en el deporte en edad escolar. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación – e Avaliação Psicológica. RIDEP*, 44(2), 158-171. doi: 10.21865/RIDEP44.2.13
- García-Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 259-268. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/778/77815136005.pdf>
- Gimeno, F. y Pérez-Llantada, M. C. (2010). Características psicométricas del cuestionario CPRD. En F. Gimeno y J. M. Buceta (Eds.), *Evaluación psicológica en el deporte. El cuestionario CPRD* (pp. 81-124). Madrid: Dykinson.
- González-Campos, G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz, M. y Romero, S. (2014). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: revisión de estudios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte*, 10(1), 95-101. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311132628012.pdf>
- González-Reyes, A., Moo-Estrella, J. y Olmedilla-Zafra, A. (2017). Características psicológicas que influyen en las lesiones deportivas de triatletas amateurs de Yucatán, México. *Revista de Psicología del Deporte*, 26, 71-77. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235152045010.pdf>
- González, S., Sarmiento, O., Lozano, O., Ramírez, A. y Grijalba, C. (2014). Niveles de actividad física de la población colombiana: desigualdades por sexo y condición socioeconómica. *Biomédica*, 34(3), 447-459. doi:10.7705/biomedica.v34i3.2258
- Guillén-Rojas, N. (2007). Implicaciones de la autoeficacia en el rendimiento deportivo. *Pensamiento Psicológico*, 3(9) 21-32. Recuperado de <https://psycnet.apa.org/record/2011-17787-002>
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6. ed.). México D.F.: McGraw-Hill Education.
- Jaitman, L. y Scartascini, C. (2017). *Deporte para el desarrollo*. Washington, DC: Banco Interamericano de Desarrollo. Recuperado de <https://publications.iadb.org/bitstream/handle/11319/8713/Deporte-para-el-desarrollo.PDF?sequence=4&isAllowed=y>
- Jodra, P., Galera, M., Estrada, O. y Domínguez, R. (2019). Esfuerzo físico y procesos atencionales en el deporte. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 4(10), 1-6. doi: 10.5093/rpaedf2019a12
- Lamonedá, J. (2015). Prevención de adicciones a través del deporte. En E. Aceti, L. Castelli, C. López, J. Moggi, J. Lamonedá y J. Ziegler (Eds.), *Desarrollo social a través del deporte* (pp.14-27). Quito: Banco de Desarrollo de América Latina CAF y Universidad Andina Simón Bolívar.
- Leo, F. M., García, T., Sánchez, P. A., y de la Vega, R. (2011). Relación entre la cohesión de equipo, la eficacia percibida y el rendimiento en equipos masculinos de jóvenes futbolistas. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 6(1), 47-61. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311145841009.pdf>
- Liberal, R., Escudero, J., Cantalops, J. y Ponseti, J. (2014). Impacto psicológico de las lesiones deportivas en relación al bienestar psicológico y la ansiedad asociada a los deportes de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 451-456. Recuperado de <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235131674026.pdf>
- Marsters, C. (2017). *Young Pacific Male Athletes and Positive Mental Wellbeing* (Tesis de Maestría). Auckland: University of Auckland. Retrieved from <https://researchspace.auckland.ac.nz/handle/2292/34248>
- Ministerio de Salud de Colombia. (1993). Resolución 8430. Normas científicas, técnicas y administrativas para la investigación en salud. Bogotá, D.C., octubre 4 de 1993. Recuperado de <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>
- Mora, R. y Quintana, I. (2010). Risa y terapias positivas: moderno enfoque y aplicaciones prácticas en medicina. *Revista de Psiquiatría y Salud Mental*, 3(1), 1-36. doi: 10.1016/S1888-9891(10)70006-9
- Navarro-Patón, R., Mecías, M., Basanta, S. y Lojo, C. (2016). Análisis de la cohesión grupal de los equipos de fútbol sala de máxima categoría en Galicia (España). *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), 247-251. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3111/311145841009.pdf>
- Núñez-Pratz, A. y García-Mas, A. (2017). Relación entre el rendimiento y la ansiedad en el deporte: una revisión sistemática. *RETOS: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 32, 172-177. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/3457/345751100034.pdf>
- Olmedilla, A., García-Mas, A., & Ortega, E. (2017). Psychological Characteristics for Sport Performance in Young Players of Football, Rugby, and Basketball. *Acción Psicológica*, 14(1), 7-16. doi: 10.5944/ap.14.1.19249

- Orrego-Ramírez, L., Velásquez-Restrepo, J. y Uribe-Lopera, L. (2010). Caracterización psicosocial del futbolista perteneciente a la categoría primera "A" del Fútbol Profesional Colombiano. *Pensando Psicología*, 6(10), 12-21. Recuperado de <https://revistas.ucc.edu.co/index.php/pe/article/view/411>
- Pineda-Espejel, H.A., Morquecho-Sánchez, R. y Alarcón, E. (2020). Estilo interpersonal del entrenador, competencia, motivación, y ansiedad precompetitiva en deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 10-24. Recuperado de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/397001/276131>
- Ponseti, J., García, A., Cantallops, J. y Vidal, J. (2017). Diferencias de sexo respecto de la ansiedad asociada a la competición deportiva. *Retos*, 31(1), 193-196. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i31.40325>
- Puig, N. (2012). Emociones en el deporte y sociología. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 8(28), 106-108. doi: 10.5232/ricyde2012.028
- Ramis, Y., Torregrossa, M., Pallarés, S., Viladrich, C. y Cruz, J. (2019). Modelo GEPE de práctica basada en evidencia: integrando la evidencia científica en la práctica aplicada. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 4(13), 1-6. doi: 10.5093/rpaedf2019a12
- Reigal, R., Delgado-Giralt, J., Raimundi, M. y Hernández-Mendo, A. (2018). Perfil psicológico deportivo en una muestra de triatletas amateurs y diferencias con otros deportes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(1), 55-62. Recuperado de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/310491>
- Rekhviashvili, N., & Gupta, S. (2015). Superstition Predicts Favorable Weight Change in an Open-Placebo Trial: A Prospective Study. *Eating and Weight Disorders - Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 20(3), 389-395. doi: 10.1007/s40519-014-0167-7
- Reynaga-Estrada, P., García-Santana, J., Jáuregui-Ulloa, E., Colunga-Rodríguez, C., Carrera-Viver, G. y Cabrera-González, J. (2017). Motivación al deporte en adultos y personas mayores que practican cachibol. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(2), 15-26. Recuperado de <http://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v17n2/monografico1.pdf>
- Sabato, T. M., Walch, T. J., & Caine, D. J. (2016). The Elite Young Athlete: Strategies to Ensure Physical and Emotional Health. *Open Access Journal of Sports Medicine*, 7, 99-113. doi: 10.2147/OAJSM.S96821
- Sánchez-Jiménez, A. y León-Ariza, H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 9(18), 189-205. doi: 10.15332/s1794-3841.2012.0018.11
- Ureña-Bonilla, P., Blanco-Romero, L., Sánchez-Ureña, B. y Salas-Cabrera, J. (2015). Caracterización psicológica y autovaloración del rendimiento en jugadores de fútbol y baloncesto en la primera división costarricense. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 15(2), 13-20. doi:10.4321/S1578-84232015000200002
- Weir, K. (2018). A Growing Demand for Sports Psychologists. *Monitor in Psychology*, 49(10), 50. Retrieved from <https://www.apa.org/monitor/2018/11/cover-sports-psychologists>
- World Medical Association [WMA]. (2013). Declaración de la Asociación Médica Mundial de los principios éticos de Helsinki para la investigación médica en seres humanos. *JAMA*, 310(20), 2191-2194. doi: 10.1001/jama.2013.281053

## Notas

- 1 Artículo producto del proyecto de investigación "Caracterización de deportistas activos del departamento del Huila", adelantado en el marco de cooperación académica, investigativa y de extensión celebrado entre la Fundación Universitaria Sanitas y la Universidad Surcolombiana, el 6 de diciembre de 2013.

Licencia Creative Commons CC BY 4.0

*Para citar este artículo / To cite this article / Para citar este artigo:* Gómez-Acosta, A., Sierra-Barón, W., Aguayo-Hernández, A. L., Matta-Santofimio, J. D., Solano, E. A. y Oviedo-Anturi, L. V. (2020). Caracterización psicosocial de deportistas y reconocimiento de la importancia del psicólogo deportivo. *Pensamiento Psicológico*, 18(2), 1-29. doi:<https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI18-2.cpd>