C U R S O S E C O N G R E S O S

Santiago de Compostela

9-11 de julio de 2025

Libro de resúmenes de actas

IV Congreso Internacional sobre Fútbol, Innovación y Psicología



Edición a cargo de

Constantino Arce Fernández
Javier Rico Díaz
Cristina de Francisco Palacios
Julio Torrado Quintela
David Tomé Lourido
Dolores Ponte Fernández
María José Sampedro Vizcaya
M.ª Dolores González Fernández

UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA

IV Congreso Internacional sobre Fútbol, Innovación y Psicología

Santiago de Compostela,

9-11 de julio de 2025

Libro de resúmenes de actas

CURSOS E CONGRESOS DA
UNIVERSIDADE DE SANTIAGO DE COMPOSTELA
N.º 286

IV Congreso Internacional sobre Fútbol, Innovación y Psicología

Santiago de Compostela,
9-11 de julio de 2025
Libro de resúmenes de actas

Edición a cargo de

Constantino Arce Fernández
Javier Rico Díaz
Cristina de Francisco Palacios
Julio Torrado Quintela
David Tomé Lourido
Dolores Ponte Fernández
María José Sampedro Vizcaya
M.ª Dolores González Fernández

2026
Universidade de Santiago de Compostela



This work is licensed under a Creative Commons BY NC ND 4.0 international license. Any form of reproduction, distribution, public communication or transformation of this work not included under the Creative Commons BY-NC-ND 4.0 license can only be carried out with the express authorization of the proprietors, save where otherwise provided by the law. You can access the full text of the license at https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/legalcode



Esta obra se encuentra bajo una licencia internacional Creative Commons BY-NC-ND 4.0. Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra no incluida en la licencia Creative Commons BY-NC-ND 4.0 solo puede ser realizada con la autorización expresa de los titulares, salvo excepción prevista por la ley. Puede Vd. acceder al texto completo de la licencia en este enlace: https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.es



Esta obra atópase baixo unha licenza internacional Creative Commons BY-NC-ND 4.0. Calquera forma de reprodución, distribución, comunicación pública ou transformación desta obra non incluída na licenza Creative Commons BY-NC-ND 4.0 só pode ser realizada coa autorización expresa dos titulares, salvo excepción prevista pola lei. Pode acceder Vde. ao texto completo da licenza nesta ligazón: https://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/deed.gl

© Universidade de Santiago de Compostela, 2026

Edita
Edicións USC
Campus Vida
15782 Santiago de Compostela
https://www.usc.gal/publicacions

Maqueta
Tania Sanmartín
Imprenta Universitaria

DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

Índice

Introducción 21
Comité Científico 24
Comité Organizador 25
Ponencias Plenarias 26
Ponencias Paralelas 32

PONENCIAS PLENARIAS

Innovación, Tecnología y Psicología del Deporte en Galicia: experiencias y retos desde la gestión pública 27
Iván Clavel San Emeterio

El fútbol femenino en España. Estado actual y futuro 30
Paulo Alonso, Fran Alonso, Erika Gadea, Eugenia Gil, Iyán Iván-Baragaño y Humberto Lede

PONENCIAS PARALELAS

El fútbol como medio para la transmisión de valores 33
Jonas Holst

Deportividad y violencia en el fútbol base 36
Alfredo Sáenz Ibáñez

La violencia en el fútbol: observaciones para la reflexión 39
Mª Dolores González Fernández

Toma de decisiones y percepción en el juego: un estudio con jóvenes futbolistas ... 41
Carlos Díaz-Rodríguez

Comunicación táctica y emocional en fútbol: aportaciones desde la experiencia 46
Santiago Rivera

Deporte para el desarrollo: una herramienta de intervención social comunitaria ... 48
Rubén Fernández Manzano

Comparación de niveles de ansiedad, técnicas de afrontamiento y cohesión de equipo entre canteras de fútbol de equipos profesionales y no profesionales ... 51
Omar Estrada Contreras, Eugenio A. Pérez Córdoba, Carla Kochenbach, Noelia López Valenciano, Antonio Romero González, M. Lourdes Varela Neira y Ana Vázquez Moreno

Fútbol y psicología en Brasil: el rol del modelo bioecológico en la construcción del conocimiento 56
Regina Brandão

Experiencias de carrera dual y plan de vida en el fútbol formativo peruano 60
Mario Reyes–Bossio

Rol del psicólogo del deporte en el fútbol uruguayo masculino profesional 62
Mª Eugenia Berneche García

Expectativas vs. realidad en el fútbol juvenil uruguayo 65
Dra. Verónica Tutte

Desarrollo del talento del joven deportista 67
David Llopis Goig, Julia Montero Monzó, Estela Arlegui Largo y Javier Calduch Rochina

Desarrollo de las competencias del/de la entrenador/a excelente 69
Julia Montero Monzó, David Llopis Goig, Estela Arlegui Largo y Javier Calduch Rochina

Claves para potenciar el rendimiento en los equipos 71
Estela Arlegui Largo, Javier Calduch Rochina, David Llopis Goig y Julia Montero Monzó

Momentos clave del entrenamiento y la competición 73
Javier Calduch Rochina, David Llopis Goig, Estela Arlegui Largo y Julia Montero Monzó

Análisis de las conductas finales de ataque en la selección nacional de fútbol 76
José Sevillano Aragón, Juan Pablo Morillo Baro, Sabina Tamara Rodríguez, Rafael E. Reigal, Diogo Monteiro y Antonio Hernández Mendo

Fútbol base: análisis de las conductas de finalización mediante coordenadas polares 83
Francisco Ortega Escobar, Juan Pablo Morillo Baro, Carolina Sánchez García, Yarisel Quiñones, Susana de los Reyes López, Lucía Poyato Fraguero y Verónica Morales Sánchez

Análisis del comportamiento de los porteros de fútbol ante los lanzamientos de penaltis 86
Yarisel Quiñones Rodríguez, Sabina Tamara Rodríguez, Carolina Sánchez García, Antonio Hernández Mendo y Verónica Morales Sánchez

Análisis de la toma de decisiones y funcionamiento cognitivo en jóvenes futbolistas 89
Alejandro Sabarit, Rafael E. Reigal, Irene Peñalver Ruiz, Antonio Hernández Mendo, Daniel Merchán Doblas y Verónica Morales Sánchez

Estructura y dinámica de trabajo del departamento de análisis del juego en equipos profesionales: el microciclo del entrenador-analista. 92
Ángel Vales-Vázquez, Pablo López Vidal y Pedro Gómez Rodríguez

Entre la conexión y la exigencia: la relación del FOMO y el perfeccionismo en futbolistas 95
Antonio J. Muñoz-Villena y Juan González-Hernández

Regulación de la angustia frente a la búsqueda de la perfección en árbitros de fútbol: un análisis desde la formación hasta el profesionalismo 97
Juan Jesús Martínez Oller, Salvador Pérez Ruiz, Sofía Carceller y Juan González Hernández

Autoeficacia, perfeccionismo y miedo a fallar en jóvenes futbolistas. 99
Lucas Heras, Daniel Barrera, Alvaro Orozco y Juan González-Hernández

Efectos del estilo interpersonal del entrenador en la angustia y el miedo a fallar en jóvenes futbolistas 101
Sofía Carceller, Juan Jesús Martínez, Salvador Pérez Ruiz y Juan González-Hernández

Perfeccionismo, autorregulación emocional y miedo a cometer errores. Un estudio en entrenadores de fútbol 103
Juan González-Hernández y Antonio J. Muñoz-Villena

¿Qué sabemos de los líderes de equipo? (y ... ¿para qué nos sirve?) 105
Julio Torrado

El clima motivacional empowering creado por el entrenador como promotor de la satisfacción de necesidades psicológicas básicas, la motivación autónoma y el rendimiento percibido: un enfoque multinivel y longitudinal 108
Natalia Martínez-González, Mª Ángeles Atiénzar, Luis Ródenas, Amparo Fernández-Machado e Isabel Balaguer

La relación entrenador-atleta en las grandes competiciones internacionales: un estudio cualitativo con entrenadores de equipos nacionales 113
Daniel Duarte, Ricardo Braga-Pereira, João Bernardo-Ramos, Pedro Castro-Vigário y Pedro Teques

La calidad de la relación del entrenador con los deportistas y su salud psicológica: un estudio exploratorio en un contexto profesional 118
João Francisco Ferreira, António Rodrigues Sampaio, Flávio Ventura, Filipe Costa, Pedro Teques y Daniel Duarte

¿Se pueden compensar los efectos negativos del clima *disempowering* familiar con el clima *empowering* del entrenador y de los iguales, y viceversa? 120
Lorena González-García, Natalia Martínez-González y Francisco L. Atienza-González

Generando climas motivacionales en la charla prepartido: ¿cómo promover conocimientos y cambios de conducta en el entrenador? 125
Pablo E. Raya-Castellano, Juan J. Pulido y Tomás García-Calvo

Gestionando la presión en el alto rendimiento a través de los climas motivacionales. 130
Joaquín Sorribas Ariño y Mª Ángeles Atiénzar Martínez

Los entrenadores como agentes de cambio a través del aprendizaje de estrategias de empoderamiento 133
Luis Ródenas Cuenca, Jeanette López Walle y José Leandro Tristán Rodríguez

Realidad del fútbol femenino. Entrevistas en profundidad como instrumento para la evaluación de la percepción de jugadoras de élite 137
Ana Díaz Crespo

Análisis de los estilos de juego en la FWWC 2023 a partir de datos de *eventing* de *StatsBomb* 139
Iyán Iván-Baragaño

Influencia del Ranking FIFA en el estilo de juego ofensivo y desarrollo de posesiones de balón durante la Copa Mundial Femenina FIFA 2023 141
Rubén Maneiro, Iyán-Iván Baragaño y Antonio Ardá

Diseño de un instrumento de observación para la detección de patrones temporales en fase de ataque en el fútbol de alto nivel 143
Juan José Martínez Sánchez

Control y monitorización de la carga en fútbol femenino profesional 145
Manuel Posse Álvarez

Recuperación de la actividad física a través de la natación en aguas abiertas en personas con daño cerebral adquirido 148
Mª Carmen Glez. Hermo

Más que Tenis: deporte recreativo e inclusión. Evaluación de un programa para personas con discapacidad intelectual 151
Raul Fraguela-Vale, Apolinar Varela, Nerea Crespo-Eguilaz y Leire Gambra

Motivar en educación física: estudio de las necesidades psicológicas básicas como predictoras de la motivación en Educación Primaria 156
Marta Prado-Botana, Miriam Carretero-García, Lara Varela-Garrote y Raúl Fraguela-Vale

Experiencia como psicóloga en cantera de alto rendimiento 160
Alba Rosalía Lorenzo Alonso

Controla tu nivel de activación: la psicología detrás del rendimiento 162
Cristhian Fernández Otero

Experiencia con la Selección Gallega sub-19 femenina de fútbol sala: funciones y resultados 164
Jacobo Ceide Franqueira

Modelo de trabajo del Área de Atención Integral en Athletic Club 166
David Rincón Izcaria

Fútbol educativo: bienestar y buen trato, el camino a la élite 168
Gonzalo Silió Sáiz

Desafíos y adaptaciones en la intervención psicológica en cantera 174
Mercedes Valiente, Enrique Arroyo, José Carlos Pérez y Julián Cabrera

La deontología profesional como herramienta de trabajo en psicología del deporte... 175
Enrique Cantón Chirivella

El perfil profesional del especialista en psicología del deporte en fútbol 177
Eugenio A. Pérez Córdoba

La deontología profesional en psicología del deporte, una seguridad para el futbolista 181
Mª Dolores González Fernández y Víctor Contreras Pérez

El entrenamiento con *flywheel* en la preparación física del fútbol moderno. ¿Cuál es la dosis mínima de sobrecarga excéntrica para la mejora del rendimiento deportivo en jóvenes futbolistas de élite? 183
Óscar García García y Daniel Núñez Fernández

Cambios en la capacidad de salto y *sprint* durante la pretemporada en jugadores profesionales en deportes de equipo 187
Álvaro de Pedro-Múñez, Tania Álvarez-Yates, Virginia Serrano-Gómez y Oscar García-García

¿Cuánto influye el ROM de los miembros inferiores en la probabilidad de sufrir una lesión en la musculatura isquiosural? El caso del fútbol 192
Oscar García-García, Ángela Molina Cárdenas, Tania Álvarez-Yates y Virginia Serrano-Gómez

Comparación de los efectos de seis semanas de entrenamiento de sprints repetidos estructurado por series o repeticiones sobre el rendimiento físico en jugadores de fútbol jóvenes masculinos 196
Diego Fernández Penedo

Influencia del orden del entrenamiento de sprints repetidos durante el microciclo sobre la carga externa semanal, el rendimiento neuromuscular y la percepción de la recuperación en futbolistas profesionales 199
Alberto García Santamaría

Cómo diseñar ejercicios que mejoren a los jugadores en el fútbol 204
Carlos Lago Peñas

Lo vivido en el pozo: narraciones sobre lesión y salud mental 208
Aurelio Olmedilla Zafra y Luis Miguel Ramos Pastrana

Equilibrio entre rendimiento y salud mental: hacia la sostenibilidad psicológica en el fútbol 210
Sidónio Serpa

Entrenamiento psicológico en etapas formativas 213
Diego Fuertes García

Residencia de Jóvenes Jugadores: construyendo y fortaleciendo la identidad personal y deportiva 215
Virginia Sánchez Larriba

El trabajo psicológico desde la integración en el cuerpo técnico 216
Rubén Bravo Carvajal

El trabajo de la psicología desde fuera. Relación con el entorno y las estructuras ... 218
Lara Jiménez Martín

Efectos del entrenamiento de estabilidad central en el rendimiento físico de futbolistas: revisión sistemática con metaanálisis 220
Sebastián Rodríguez, Edgar Debray Hernández Álvarez y Catalina León Prieto

Periodización del ejercicio físico en la rehabilitación de un futbolista profesional tras la reconstrucción del ligamento cruzado anterior: reporte de un caso 225
Sebastián Rodríguez y Catalina León-Prieto

Propuesta de análisis del uso estratégico del espacio en el fútbol femenino durante la competición con métricas no lineales 230
Ibai Errekagorri, Kévin Marín y Julen Castellano

Do football and basketball male early adolescents' players perform equally well on Tripela Sports Test (TST) using either instep or inner part of the foot? 236
Rui Matos, Nuno Amaro, Raúl Antunes, Miguel Jacinto, Luís Coelho, Rodrigo Nogueira, Ricardo Silva y Diogo Monteiro

De la motivación a la emoción: el papel de las metas de logro y los climas motivacionales en la comprensión de la ansiedad y las percepciones de fracaso en jóvenes futbolistas 240
Jéssica Azevedo, António Manuel Fonseca y Cláudia Dias

Juego interno: el papel de los factores disposicionales, motivacionales y conductuales en la regulación emocional de jóvenes futbolistas 243
Joana Queiroz, Rui Sofia, António Manuel Fonseca y Cláudia Dias

Entre competencia y ansiedad: ¿cuál es su papel en la construcción de conocimientos tácticos en jóvenes futbolistas? 246
Álvaro Vaz, António Manuel Fonseca y Cláudia Dias

No es el destino, es el viaje: explorando la comunicación de los padres y su impacto en el rendimiento y el bienestar de los jóvenes futbolistas 250
Filipa Rocha, António Manuel Fonseca y Cláudia Dias

¿Sembrar bien hoy garantiza una buena cosecha mañana? Un análisis de la influencia del *grit*, el autocontrol y las habilidades tácticas en la trayectoria del éxito en el fútbol 254
Jonathan Lujan Hawasly, Daniel Barreira, António Manuel Fonseca y Cláudia Dias

Impacto del sueño con el riesgo de lesiones en futbolistas. Revisión sistemática ... 257
Joel Raga Martínez

Fútbol infantil y roles parentales: la importancia de la inteligencia emocional en el fútbol infantil 260
Ines Roca Belliure y David Peris Delcampo

Transiciones deportivas y desarrollo de carrera dual en el fútbol 262
Héctor Blanco López e Irene Checa Esquiva

Atención y ansiedad en función de la posición y etapa de desarrollo en jugadores del Villarreal C.F. 265
Alejandro Benítez García y Enrique Cantón Chirivella

Impacto de nuevas noticias en el bienestar psicológico y la rutina diaria del aficionado al fútbol 268
Cristina Mas Collado y David Peris Delcampo

Percepción de la calidad en los servicios deportivos ofrecidos por clubes de fútbol femenil en México: un análisis descriptivo 271
Víctor Andrés Padilla Urquidi, Raquel Morquecho Sánchez, Rubén Ramírez Nava, Verónica Morales Sánchez, Zaid Alejandro Moreno Hernández y Erika Alexandra Gadea Cabazos

Evaluación de la calidad percibida y la satisfacción de los espectadores de la Liga MX Femenil. Caso: Club Tigres Sinergia Deportiva 274
Erika Alexandra Gadea Cavazos, Raquel Morquecho Sánchez, Verónica Morales Sánchez, José Alberto Pérez García, Mireya Medina Villanueva y Diego Alejandro Arvizu Lozoya

El rol del autoconcepto en la imagen de marca de futbolistas profesionales mexicanas 279
María Fernanda León-Alcérreca, Raquel Morquecho-Sánchez, Rubén Ramírez Nava, José Alberto Pérez García, Mireya Medina Villanueva y Jorge Zamarripa Rivera

Patada a seguir. Evaluación longitudinal de creencias, perfeccionismo y motivación de futbolistas adolescentes en base a sus expectativas de carrera 282
Yago Ramis, Marta Borrueco, Anna Jordana, José T. Mejías, Marina García y Joan Pons

La salud mental de los jóvenes futbolistas: la regulación emocional como factor mediador en su camino hacia el profesionalismo 286
Jahel Molina, M. Carmen Pastor, Joan Pons y Miquel Torregrossa

«Tiene que estudiar porque del fútbol no vivirá»: creencias de los padres y madres de futbolistas-estudiantes 292
Neus Ramos Agost, Miquel Torregrossa Álvarez y Anna Jordana Casas

«Podría haber disfrutado más de la adolescencia», perspectiva holística de los procesos de migración interna en el fútbol uruguayo 295
Flavia Vique Bonino, Diego Pena Perg, Pilar Cristaldo Samudio y Miquel Torregrossa Alvarez

Recomendaciones a clubes para facilitar el proceso migratorio de los entrenadores a los que contratan 300
Fran Herruzo, Anna Jordana y Miquel Torregrossa

Retos éticos y buenas prácticas en la Psicología del Deporte en el fútbol 302
Alejo García-Naveira

El entrenamiento mental integrativo en un equipo de fútbol 306
Guillermo Dellamary

La interacción entre la orientación a la tarea y la orientación al ego sobre la calidad de la motivación: un estudio longitudinal en fútbol base 308
Lorena González-García, Natalia Martínez-González, Alba Carrillo-Marín, Verónica Morales y Francisco L. Atienza-González

Transferencia de estrategias psicológicas de baloncesto al fútbol: optimización del rendimiento a través de la observación directa, análisis de cuestionarios y comportamientos influyentes en el rendimiento deportivo 314
José Manuel Jiménez Moure

Cuerpos y mentes al límite: comprendiendo el *burnon* en entrenadores 319
Regina Brandão

Entre la dedicación y el estrés: análisis del compromiso deportivo y el *burnout* en entrenadores de fútbol de Sudamérica 321
Mario Reyes–Bossio

Entrenadores magnéticos 324
Dra. Verónica Tutte

Intervención psicológica tras LCA con una jugadora profesional de fútbol sala. 326
Luis Miguel Ramos Pastrana, Rafael Sánchez Ruiz y Beatriz Moreno Fenoll

El desafío de la carrera dual en el fútbol femenino en una academia profesional: influencias, evolución y perspectivas futuras 329
Jahel Molina, M. Carmen Pastor, Joan Pons y Miquel Torregrossa

Crecimiento personal durante el proceso de rehabilitación de lesiones graves en mujeres deportistas 335
Mireya Núñez Egea, Luis Miguel Ramos Pastrana y Verónica Gómez-Espejo

Eficacia de un programa de intervención psicológica para la mejora del estado de ánimo en jugadoras de fútbol 338
Beatriz Moreno-Fenoll, Rafael Sánchez, Mireya Núñez y Verónica Gómez-Espejo

La dirección del entrenamiento y la competición en el fútbol de formación y alto nivel: claves epistemológicas y metodológicas para la optimización del rendimiento 340
Rafael Martín Acero

La dirección del entrenamiento y la competición en el fútbol de formación y alto nivel 343
Carlos Lago Peñas

Co-diseño del proceso entre jugador y entrenador: nuevas posibilidades de monitorización en el entrenamiento y competición en fútbol 345
Sanfiz-Arias, H.

Compromiso deportivo y *burnout* en futbolistas: ¿disfrute o atrapamiento? 348
Cristina De Francisco, M. Rocío Bohórquez, Jesús Portillo y Rosa Tinoco

***Burnout* en deportistas: una revisión desde la teoría de la autodeterminación** 352
Rosana Llames, M. Claudia Scurtu, Cristina De Francisco y Rosa Tinoco

Más allá del *burnout*: factores que promueven el *engagement* en deportistas 358
M. Claudia Scurtu, M. Pilar Vílchez, Rosa Tinoco y Cristina De Francisco

Cuando arbitrar también desgasta: experiencias subjetivas de *burnout* en jueces de Tiro Olímpico 364
M. Rocío Bohórquez, Zahra Essamadi y Cristina De Francisco

***Burnout* y *Engagement*: testimonio de una árbitro** 369
Rosa Tinoco, Jesús Portillo, Rosa Ana Llames y Cristina De Francisco

Entrenando el cerebro del futbolista: *biofeedback* y neuroentrenamiento 374
Francisco Caamaño Pulleiro

Influencia de tareas físicas, cognitivas y mixtas sobre la fatiga mental y los procesos neurales en futbolistas amateurs 380
Ana Rubio Morales, Jesús Díaz García, Rosa Ayuso Moreno e Inmaculada González Ponce

Análisis de la fatiga física y mental de futbolistas españoles durante la semana de entrenamiento 382
José Carlos Ponce-Bordón, David Lobo-Triviño, Iván Ramírez y Rubén Llanos

Influencia de la percepción semanal de rendimiento sobre la carga interna y externa en futbolistas profesionales 384
Borja Sanabria Pino, Jorge Polo Tejada, Ana Rubio Morales y Rodrigo Dos Santos Guimarães

Aspectos conceptuales de la fatiga mental y la carga mental: antecedentes y consecuentes en el fútbol 386
Rosa Ayuso Moreno e Inmaculada González Ponce

Evaluación y monitorización de la carga mental en fútbol: herramientas, retos y oportunidades 388
Ana Rubio Morales y Jesús Díaz García

Planificación del entrenamiento desde la perspectiva de la carga y la fatiga mental: organización de contenidos y control del proceso 390
Tomás García Calvo

Aplicaciones prácticas: modificación de tareas y sesiones de entrenamiento para ajustar la carga mental 392
José Carlos Ponce Bordón y David Lobo Triviño

Entrenamiento de habilidades psicológicas aplicadas al arbitraje 394
Pedro Teques

Comportamiento del árbitro de fútbol: sistematización e intervención con árbitros profesionales 397
Pedro Teques y Joel Teixeira

Exigencias psicológicas y desafíos del VAR en el arbitraje de fútbol 400
Rui Martins y Pedro Teques

Efectos de un programa de intervención sobre el perfil psicológico en jóvenes futbolistas 403
Carolina Sánchez García, Rafael E. Reigal, José A. Domínguez González, Yarisel Quiñones Rodríguez, y Antonio Hernández Mendo

Efecto combinado del entrenamiento pliométrico y la visualización sobre el rendimiento motor y la autoconfianza en futbolistas 406
Sabina Tamara Rodríguez, Rafael E. Reigal, Juan Pablo Morillo Baro, Jesús Blanco Ariza, Paula del Río Aguilar y Verónica Morales-Sánchez

El *choking under pressure* en los penaltis 409
Luis Ródenas Cuenca, Samantha Medina Villanueva, José Alberto Pérez García, Ángel Morquecho Méndez y Rocío Juárez Ruiz de Mier

Realidad virtual como herramienta de entrenamiento cognitivo en fútbol..... 413
Luis Ródenas Cuenca, Ángel Morquecho Méndez, Samantha Medina Villanueva, Karen B. Alva Escobar y Rocío Juárez Ruiz de Mier

Creatividad e innovación en la gestión profesional..... 419
Lic. Pablo Nigro y Lic. Alfredo Fenili

Entrenamiento de personas con diversidad intelectual para carreras populares.. 420
Mª Carmen Glez. Hermo

Efectos de una intervención psicoeducativa en aficionados de fútbol participantes de TIGREFIT: comparación entre modalidades..... 423
José A. Jiménez-Chaires, Jeanette M. López-Walle, Abril Cantú-Berrueto, José L. Tristán y Alejandro García-Mas

Manifestaciones identitarias en el fútbol: formas de expresar la identidad en las comunidades de aficionados..... 425
Daniel Alonso-Hernán y Mónica Gómez-Suárez

10 años del Servicio de Psicología del Deporte del RC Celta y de la Selección Mexicana de Fútbol..... 427
Joaquín Dosil Díaz, Rubén Domínguez Domínguez, Robert F. Gutiérrez Villa y Diana Vázquez Cruz

Salud mental en el fútbol profesional: diagnóstico, sensibilización e intervención en Portugal..... 429
Pedro Teques

Intervención actual con la Selección Absoluta de Fútbol de Colombia Clasificatorias del Mundial 2026..... 433
Marcelo Roffé

Cambio de entrenador en el fútbol profesional: efectos sobre el rendimiento y la experiencia de los jugadores..... 438
Alexandru Boncu

Análisis de la competición desde una perspectiva psicológica..... 442
David Peris-Delcampo

Motivación e intención de continuar en el fútbol: el papel de las facetas positivas y negativas de la motivación..... 444
Diogo Monteiro, Nuno Couto, Miguel Jacinto, Joana Bica, Verónica Morales-Sánchez, Rafael Reigal y Luis Cid

Evaluación de los comportamientos interpersonales en el contexto del fútbol: validación del *Interpersonal Behavior Questionnaire* 446
Miguel Jacinto, Rui Matos, Nuno Amaro, Raúl Antunes, Nuno Couto, Luís Cid, Joana Bica y Diogo Monteiro

Satisfacción vs. frustración de necesidades psicológicas básicas en el contexto del fútbol. La otra cara de la moneda de la motivación 448
Nuno Couto, Teresa Bento, Anabela Vitorino, Paulo Rosa, Miguel Jacinto, Joana Bica, Diogo Monteiro y Luis Cid

La evaluación del continuo motivacional en el deporte: *Behavioral Regulation Sport Questionnaire* y el *Sport Motivation Scale-II* 450
Joana Bica, Miguel Jacinto, Rui Matos, Nuno Amaro, Raúl Antunes, Nuno Couto, Luís Cid y Diogo Monteiro

Aprendizaje de discriminación condicionada en la presión tras pérdida apoyada en desvanecimiento de estímulos 452
Manuel Eugenio Huertas Castro y Antonio Muñoz Castellano

Mejora del rendimiento en definición a portería mediante moldeamiento de conducta o aproximaciones sucesivas..... 454
Manuel Eugenio Huertas Castro y Antonio Muñoz Castellano

Herramientas prácticas para generar autoconfianza en futbolistas 456
Isabel Gallo García

Técnicas prácticas para promover la motivación en futbolistas 462
Isabel Gallo García

¿Influye el tipo de competición jugada en las semanas congestionadas en el rendimiento físico de los equipos de LaLiga?..... 466
David Lobo-Triviño, Aldo A. Vasquez-Bonilla, Javier Raya-González y José Carlos Ponce-Bordón

Análisis de la especificidad en la respuesta física de jugadores profesionales de fútbol en las diferentes sesiones de entrenamiento del microciclo competitivo 468
Kévin Marín, Ibai Errekagorri y Julen Castellano

Análisis del efecto combinado de la demarcación y el nivel de posesión del balón del equipo en la distancia recorrida por el jugador..... 474
Julen Castellano, Ibai Errekagorri, Kévin Marín, Ibon Echeazarra, Aitor Pinedo y Jesús Cámara

Diferencias entre equipos finalistas y no finalistas en las relaciones de pases durante el Mundial de Qatar 2022 480
Jorge Polo-Tejada, Borja Sanabria-Pino, Rosa Ayuso-Moreno y Tomás García-Calvo

Ventaja local y castigo cromático: sesgos arbitrales en el fútbol femenino 482
José Baurre y M. Rocío Bohórquez

PÓSTERES

Validación de la *Coach-Athlete Attachment Scale* en una muestra de futbolistas españoles 488
Alejandro Magallares, María Valls-Barberá y Patricia Recio

Impacto de un programa de estimulación cognitiva de funciones ejecutivas para reducir la ansiedad competitiva de futbolistas infantiles 490
Héctor R. Martínez Menchaca MC, Verónica Morales Sánchez PhD y Xóchitl Angélica Ortiz Jiménez PhD

Perfil psicológico deportivo y estado de *flow* en una muestra de futbolistas jóvenes. 492
José A. Domínguez González, Verónica Morales Sánchez, Rafael E. Reigal, Cristian Ruiz Carrera, José Antonio Sepúlveda Peralta, Irene Peñalver Ruiz y Antonio Hernández-Mendo

Rol mediador de la orientación motivacional hacia la tarea y la dureza mental en las relaciones entre el clima *empowering* y el estado de *flow* en jóvenes futbolistas ... 496
José A. Domínguez González, Rafael E. Reigal, Verónica Morales Sánchez, Alicia Victoria Manjarrés Bejarano, Susana de los Reyes López, Raquel Fernández Cabello y Antonio Hernández-Mendo

Perfil psicológico, ansiedad precompetitiva y perfil decisional en una muestra de jugadoras de fútbol sala 500
David Tomé-Lourido, Constantino Arce, Dolores Ponte, M. José Sampedro, Carla Gómez y Sabela Ferrás

Perfil psicológico, ansiedad precompetitiva y perfil decisional en una muestra de entrenadores de fútbol sala 502
David Tomé-Lourido, Dolores Ponte, Constantino Arce, M. José Sampedro, Mateo Vázquez y Sabela Ferrás

Estudio de la táctica del portero de fútbol ante los lanzamientos de penaltis en el Mundial de Catar 2022 504
Yarisel Quiñones Rodríguez, Susana de los Reyes López, Irene Peñalver Ruiz y Diego Alejandro Arvizu Lozoya

Liderazgo transformacional de entrenadores y compromiso deportivo en futbolistas adolescentes argentinos 507
Ignacio Celsi, Juan Facundo Corti, Martina Castro, María Julia Raimundi, Juan González Hernández y Octavio Álvarez

***InSquads*. Formando entrenadores para mejorar la inclusión social de migrantes a través del fútbol** 509
M. Rocío Bohórquez, Jesús Fernández-Gavira, Cristina De Francisco y Alejandro Lara-Bocanegra

Los efectos de la elaboración y la autovalidación de la autohabla sobre el rendimiento físico de futbolistas 515
Rafael Mateos y Javier Horcajo

Perfil psicológico, ansiógeno y niveles de agresión en una muestra de jugadores/as de fútbol 518
Sabela Ferrás, Dolores Ponte, David Tomé-Lourido, Constantino Arce y M. José Sampedro

Regulación motivacional y motivos para la práctica deportiva en futbolistas federados: un análisis diferencial 520
Ariana Nicolás, M. José Sampedro, David Tomé-Lourido, Constantino Arce, Dolores Ponte y Sabela Ferrás

Impacto de factores psicológicos en la cohesión y toma de decisiones en equipos de fútbol sala 522
Salvador Pérez Ruiz, Juan Jesús Martínez Oller, Sofía Carceller del Castillo y Juan González Hernández

Diferencias en la percepción de jóvenes futbolistas del clima motivacional creado por el entrenador en dos momentos de la temporada 524
Amparo Fernández-Machado, Natalia Martínez-González, Alba Carrillo-Marín, Andrés Tudela-Desantes y Francisco Atienza-González

Análisis diferencial y combinado de la percepción de jóvenes futbolistas del clima motivacional creado por entrenadores, pares y padres sobre las orientaciones disposicionales de meta de los futbolistas 526
Alba Carrillo-Marín, Natalia Martínez-González, Amparo Fernández-Machado, Luis Ródenas y Francisco Atienza-González

El desarrollo de habilidades socioemocionales a través del deporte en contextos desfavorecidos: estudio con niños y jóvenes integrados en el proyecto Science4Activar 529
João Rocha, António Sampaio, Pedro Teques, Joana Carreiro y Daniel Duarte

TALLERES

DEPÓRVIDA: Un programa de intervención para la mejora del carácter de jóvenes futbolistas 533
Elkin A. Flórez Domínguez, Laura Mella Boullón, Seydiba Mendes y David Tomé-Lourido

Psicología de la transición a la élite en fútbol: abordaje aplicado del miedo al éxito ... 535
Santiago Rivera

Deportividad y violencia en el fútbol base 537
Alfredo Sáenz Ibáñez, Héctor Gutiérrez Pablo y Jonas HOLST

Entrenando *fair play*, fortaleciendo valores para la integridad de jóvenes futbolistas 539
Antonio J. Muñoz-Villena y Juan González-Hernández

En búsqueda de la «Mejor Versión»: identificación y desarrollo de las destrezas y habilidades psicológicas involucradas 541
Rudy Daini

Diseño y comunicación para las tareas según la etapa evolutiva del jugador 543
Gonzalo Goyanes López y Nuno Lima Temprano

Taller práctico de Hipnosis aplicada al *soccer* y al fútbol americano 545
Dr. Arnoldo Tellez López y Dr. Antonio Hernández Mendo

Gestión de equipos de alto rendimiento en fútbol 547
Jacobo Ceide Franqueira y Santiago López Roel

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 21-23
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INTRODUCCIÓN

El IV Congreso Internacional sobre Fútbol, Innovación y Psicología tuvo lugar en la Facultad de Psicología de la Universidade de Santiago de Compostela (USC) los días 9, 10 y 11 de julio de 2025. Con anterioridad se habían celebrado en la misma universidad eventos similares en los años 2015, 2017 y 2019.

La presente edición fue organizada conjuntamente por la USC y la Secretaría Xeral para el Deporte de la Xunta de Galicia. También colaboraron de manera significativa con el congreso la agencia de Turismo de Galicia, la Real Federación Gallega de Fútbol, la Federación Española de Psicología del Deporte, el Consejo General de la Psicología de España, el RC Celta, la Fundación Celta, el RC Deportivo de La Coruña, LaLiga, el Colegio Oficial de Psicología de Galicia, el Racing Club de Ferrol, la Asociación Gallega de Psicología de la Actividad Física y del Deporte, la Asociación de Psicología del Deporte Argentina, el CD Lugo, el Ourense CF, la SD Compostela y el Victoria FC.

El Comité Científico lo formaron catedráticos y profesores de las universidades de Málaga, València, Sevilla, A Coruña, São Judas (São Paulo, Brasil), Oporto (Portugal), Extremadura, Islas Baleares, Villanueva, Granada, Europea de Madrid, Vigo, Autónoma de Nuevo León (México), Murcia, Andrés Bello (Santiago de Chile), Santiago de Compostela y Lusófona de Lisboa (Portugal).

El Comité organizador estuvo constituido, en su mayoría, por profesores y alumnos de Psicología del Deporte de grado y máster de la USC, a los que se unieron miembros del Servicio de Deportes, de la Real Federación Gallega de Fútbol, de Senda Soccer, del RC Deportivo de La Coruña, y profesores e investigadores de la Facultad de Psicología de la USC, de la Universidade de A Coruña, de la UNIR, de la Universidad de Sevilla y de la UNED.

Al congreso acudieron cerca de 300 ponentes y participantes procedentes de 59 universidades y de más de 40 clubs y entidades deportivas diferentes, en su mayoría españolas, pero también de Portugal y otros muchos países latinoamericanos y europeos como Argentina, Chile, Uruguay, Perú, Brasil, Colombia, México, Andorra, Italia, Rumanía o Suecia.

El programa incluyó tres tipos de actividades: (1) ponencias, (2) pósteres y (3) talleres. Tres sesiones de ponencias fueron plenarias y el resto, se desarrollaron de forma paralela. En la primera sesión plenaria intervino Iván Clavel San Emeterio, Gerente de la Fundación Deporte Galego, de la Xunta de Galicia, que disertó sobre «Innovación, tecnología y psicología del deporte en Galicia: experiencias y retos desde la gestión pública». La segunda fue una mesa coloquio sobre fútbol femenino organizada y dirigida por Paulo Alonso, director de Deportes de La Voz de Galicia, y en la que participaron como ponentes invitados Fran Alonso (Dépor Abanca, RC Deportivo de La Coruña), Erika Gadea (Universidad Autónoma de Nuevo León, México), Eugenia Gil (Real Federación Española de Fútbol, Comité Técnico de Árbitros), Iyán Iván-Baragaño (Universidad Europea de Madrid) y Humberto Lede (RC Celta). La tercera sesión plenaria, organizada y dirigida por Antonio Hernández Mendo (Universidad de Málaga), estuvo dedicada a cinco grandes referentes de la psicología del deporte: Isabel Balaguer (Universitat de València), Regina Brandão (Universidad São Judas, Brasil), António Manuel Fonseca (Universidade do Porto, Portugal), Alejandro García-Mas (Universidad de las Islas Baleares) y Sidónio Serpa (Universidade Lusófona, Lisboa, Portugal).

Las restantes ponencias estuvieron organizadas en un total de 38 mesas donde se trataron diversidad de temas actuales de la psicología del deporte y ciencias afines.

Además, durante el congreso se pudo visitar de manera permanente una exposición de 16 pósteres y se organizaron 9 talleres, de los cuales cinco se desarrollaron en el aula, y cuatro en el campo de fútbol de la USC.

En la ceremonia de clausura se otorgaron cinco premios honoríficos a los profesores doctores Dña. Isabel Balaguer (Universitat de València), Regina Brandão (Universidade São Judas, São Paulo, Brasil), António Manuel Fonseca (Universidade do Porto, Portugal), Alejandro García-Mas (Universidad de Las Islas Baleares) y Sidónio Serpa (Universidad Lusófona, Lisboa, Portugal), en reconocimiento a su extraordinaria labor en favor de la psicología del deporte a lo largo de toda su trayectoria académica y profesional.

También se otorgaron premios a los mejores pósteres y se creó el primer premio María Teresa Anguera a los mejores trabajos sobre metodología observacional, que por unanimidad del jurado fueron concedidos a los autores de las ponencias presentadas en el Simposio sobre Metodología Observacional Aplicada al Fútbol: enseñanzas de la Dra. Anguera, organizado por Antonio Hernández Mendo y Rafael Reigal Garrido, de la Universidad de Málaga, en el que se presentaron cuatro ponencias sobre la temática.

Desde la organización y en nombre y representación de la Universidade de Santiago de Compostela queremos aprovechar la oportunidad para dejar constancia de nuestro profundo agradecimiento a todos y cada uno de los ponentes, autores de pósteres, organizadores de talleres, participantes y entidades organizadoras y colaboradoras por su confianza en nuestro proyecto y por la calidad excepcional de sus aportaciones al congreso.

Constantino Arce
Presidente del Comité Organizador

Comité Científico

Presidente: Antonio Hernández Mendo (Universidad de Málaga)
Secretaria: Cristina De Francisco (Universidad de Sevilla)

Miembros del Comité:

Antonio Ardá (Universidade da Coruña)
Isabel Balaguer (Universitat de València)
Rocío Bohórquez (Universidad de Sevilla)
Regina Brandão (Universidade São Judas, São Paulo, Brasil)
Antonio Fonseca (Universidade do Porto, Portugal)
Tomás García-Calvo (Universidad de Extremadura)
Alejandro García-Mas (Universidad de las Islas Baleares)
Alejo García Naveira (Universidad Pontificia de Comillas)
Juan González (Universidad de Granada)
Iyán Iván-Baragaño (Universidad Europea de Madrid)
Carlos Lago (Universidade de Vigo)
Jeanette López-Walle (Universidad Autónoma de Nuevo León, México)
Rubén Maneiro Dios (Universidade de Vigo)
Rafael Martín Acero (Universidade da Coruña)
Verónica Morales (Universidad de Málaga)
Aurelio Olmedilla (Universidad de Murcia)
Paula Ortiz (Universidad Andrés Bello, Santiago de Chile)
Rafael Reigal (Universidad de Málaga)
María José Sampedro (Universidade de Santiago de Compostela)
Sidónio Serpa (Lusófona University, Lisboa-Portugal; Comité Olímpico de Portugal)
Pedro Teques (Universidade de Tras-os-Montes e Alto Douro, Federação Portuguesa de Futebol)
Ángel Vales (Universidade da Coruña)

Comité Organizador

Presidente: Constantino Arce (Universidade de Santiago de Compostela)
Secretario: Javier Rico (Universidade de Santiago de Compostela)

Miembros del Comité:

Gonzalo Brenlla Blanco (Universidade de Santiago de Compostela)
Jacobo Ceide Franqueira (Real Federación Galega de Fútbol)
Daniel Contonente (Senda Soccer)
Denis Fernández Valcárcel (UNED)
Elkin Flórez Domínguez (RC Deportivo de La Coruña)
Orlando García Álvarez (AENA S.M.E.)
Mª Dolores González Fernández (Universidade da Coruña)
Kira Guerra Franco (Universidade de Santiago de Compostela)
Lidia Guntín Mareque (Universidade de Santiago de Compostela)
Sergio Guntín Mareque (Universidade de Santiago de Compostela)
Alejandro Malvido Puente (Universidade de Santiago de Compostela)
Ana Martínez Fernández (Universidade de Santiago de Compostela)
Noelia Martínez Souto (Universidade de Santiago de Compostela)
Lorena Miranda Iglesias (Universidade de Santiago de Compostela)
Dolores Ponte (Universidade de Santiago de Compostela)
Martín Pouso Tubío (Universidade de Santiago de Compostela)
Uxío Salvi Pérez (Universidade de Santiago de Compostela)
Rosa Tinoco Barriga (Universidad de Sevilla)
David Tomé-Lourido (UNIR)
Julio Torrado (Universidade de Santiago de Compostela)
Laura Yuste Moldes (Universidade de Santiago de Compostela)

PONENCIAS PLENARIAS

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 27-29
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INNOVACIÓN, TECNOLOGÍA Y PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN GALICIA: EXPERIENCIAS Y RETOS DESDE LA GESTIÓN PÚBLICA

Iván Clavel San Emeterio

Secretaría Xeral para o Deporte, Xunta de Galicia /
Fundación Deporte Galego y Universidade da Coruña

ivan.clavel.sanemeterio@xunta.gal

Introducción. El deporte constituye hoy una política pública transversal con capacidad de generar beneficios sociales, culturales, económicos y de salud. Galicia ha apostado por un modelo de gestión que combina innovación, tecnología y psicología del deporte, partiendo de la convicción de que innovar no significa únicamente introducir cambios, sino mejorar con propósito y avanzar hacia un sistema más inclusivo, justo, eficiente y humano. Desde esta perspectiva, la *Secretaría Xeral para o Deporte* ha puesto en marcha iniciativas que buscan transformar el ecosistema deportivo gallego desde la evidencia científica, el compromiso político y el respeto por todas las personas implicadas.

Líneas de actuación. La innovación se ha materializado en la creación de la Cuenta Satélite del Deporte, que cuantifica la aportación del sector al PIB y al empleo; en la equiparación de becas olímpicas y paralímpicas; en la implantación de un seguro deportivo universal en programas de promoción como Xogade o los Proyectos de Vida Activa e Deportiva. Asimismo, se avanza en la construcción del Centro de Alto Rendimiento de Galicia, concebido como infraestructura estratégica al servicio del talento. En el campo de la tecnología, la administración deportiva gallega ha apostado por la digitalización de trámites, la creación de registros de instalaciones y el desarrollo de plataformas orientadas a la gestión inteligente de datos. Entre ellas destaca DAFIS, sistema que permite evaluar la condición física de la población

escolar y cuya integración con la historia clínica electrónica lo convierte en un modelo único en Europa, reconocido por organismos internacionales como la OMS. También la plataforma *Adestra a túa saúde* constituye un ejemplo de innovación aplicada, al posibilitar que los profesionales sanitarios prescriban actividad física y monitoricen la práctica de sus pacientes. La psicología del deporte, por su parte, se ha consolidado como un recurso esencial. Galicia cuenta con un servicio de atención psicológica con más de 250 sesiones anuales, jornadas de formación para deportistas y programas de carrera dual desarrollados en colaboración con universidades y asociaciones empresariales. Asimismo, se han elaborado protocolos para prevenir la violencia y la discriminación en el deporte base, reforzando el papel del deporte como espacio de valores, igualdad y respeto.

Resultados. Las medidas implantadas han situado a Galicia como referente en innovación en gestión deportiva. El sector representa en torno al 1,3% del PIB y genera casi el 2% del empleo. Programas como DAFIS han alcanzado a más de 34.000 escolares con más de 68.000 valoraciones realizadas, mientras que la universalización del seguro deportivo y la equiparación de becas han fortalecido la equidad. La atención psicológica se ha consolidado como uno de los servicios más demandados y la colaboración con universidades y empresas ha abierto nuevas vías para la inserción laboral. Al mismo tiempo, la Comisión Gallega de Control de la Violencia ha registrado cerca de treinta expedientes en los últimos años, lo que pone de relieve la necesidad de continuar reforzando la educación en valores.

Conclusiones. La experiencia gallega demuestra que la combinación de innovación, tecnología y psicología aplicada puede actuar como motor de transformación del sistema deportivo. Los avances logrados hasta el momento son significativos, pero los retos de futuro siguen siendo numerosos. Entre ellos destacan la necesidad de reducir el abandono deportivo en la adolescencia —especialmente en el caso de las niñas—, consolidar la prescripción médica de ejercicio, implantar de forma efectiva la carrera dual y facilitar la inserción laboral de los deportistas retirados. También resulta prioritario reforzar la transferencia del conocimiento generado en el ámbito universitario hacia la gestión pública, con el fin de diseñar políticas basadas en datos y evidencia científica.

Referencias

Consejo de la Unión Europea (2014). Conclusiones sobre el deporte como motor de innovación social y económica. Diario Oficial de la Unión Europea (DOUE), C 183, 10–12. https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/PDF/?uri=CELEX:52018XG1213(01)

Ley 3/2012, de 2 de abril, del deporte de Galicia. (2012). Diario Oficial de Galicia (DOG), núm. 71, de 13 de abril de 2012. https://www.xunta.gal/dog/Publicados/2012/20120413/AnuncioC3B0-040412-14490_gl.html

Organización Mundial de la Salud – Europa (2022). Good practices in physical activity monitoring. WHO Regional Office for Europe. https://www.who.int/teams/health-promotion/physical-activity/global-status-report-on-physical-activity-2022

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 30-31
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL FÚTBOL FEMENINO EN ESPAÑA. ESTADO ACTUAL Y FUTURO

Coordinador: Paulo Alonso (Director de Deportes de La Voz de Galicia)

Ponentes invitados: Fran Alonso (Dépor Abanca, RC Deportivo de La Coruña), Erika Gadea (Universidad Autónoma de Nuevo León, México), Eugenia Gil (Real Federación Española de Fútbol, Comité Técnico de Árbitros), Iyán Iván-Baragaño (Universidad Europea de Madrid) y Humberto Lede (RC Celta)

La mesa redonda reunió a especialistas de distintas áreas vinculadas al fútbol femenino, quienes coincidieron en que la disciplina atraviesa un momento de gran expansión y consolidación. Uno de los datos mencionados fue que España ha superado por primera vez las 100.000 licencias federativas, un hito histórico que refleja el interés creciente de niñas y mujeres por este deporte.

A nivel internacional, se mencionó el caso de México, que entre 2019 y 2023 pasó de 50.000 a 1,5 millones de licencias, según el *Women's Survey Report* de la FIFA, lo que evidencia un crecimiento exponencial en determinados contextos. Este aumento del número de jugadoras se acompaña de una mayor presencia mediática y de cifras de asistencia a los estadios cada vez más relevantes, lo que fortalece la visibilidad del fútbol femenino, si bien es cierto que aún existe una brecha entre competiciones internacionales y competiciones nacionales, siendo el caso de la Liga F un claro ejemplo de competición con escasa asistencia a los estadios.

El debate también abordó la profesionalización y los recursos económicos, un campo en el que, aunque se han dado pasos importantes, todavía muchas futbolistas deben compaginar su carrera deportiva con otras actividades profesionales, lo que limita su dedicación plena. A pesar de ello, el caso de Galicia y sus clubes se abordó como un ejemplo de profesionalización y apuesta deportiva por parte de los principales clubes.

De igual forma, la especialización de los cuerpos técnicos ha avanzado de forma notable, tanto en cantidad como en calidad, pero en infraestructuras aún persisten desigualdades, como el uso frecuente de césped artificial en competicio-

nes de primer nivel o en sesiones de entrenamiento de clubes de grandes ligas. En cuanto a la detección de talento, se subrayó que el mayor volumen de jugadoras debe permitir una selección más competitiva, aunque se alertó sobre sesgos como el de la edad relativa y sobre la tendencia a priorizar atributos físicos por encima de la técnica en algunos procesos de captación.

En relación con el arbitraje, se mencionaron las diferencias entre fútbol masculino y femenino, aunque estas se están reduciendo. Tradicionalmente el masculino presentaba un mayor número de faltas y tarjetas, pero la sensación actual del colectivo arbitral es que el femenino comienza a equipararse en intensidad y agresividad. En este contexto, se celebró la incorporación en 2025 del nuevo sistema de videoarbitraje (*Football Video Support*) en la Liga F, lo que representa un paso hacia la equidad tecnológica con otras competiciones de élite.

Finalmente, se subrayó el papel cada vez más central del uso de datos. Proveedores como *StatsBomb* ya facilitan de manera gratuita información de «*eventing*», lo que democratiza el acceso a herramientas analíticas antes reservadas a clubes de gran presupuesto. Este tipo de recursos permite identificar patrones de juego, segmentar datos de acciones concretas y generar visualizaciones que ayudan tanto a entrenadores como a ojeadores a comprender con rapidez estilos de juego individuales y colectivos.

En resumen, el fútbol femenino ha evolucionado, sí, pero aún persisten retos en materia de salarios, infraestructuras y aplicación sistemática de avances científicos y tecnológicos. Como conclusión: el fútbol femenino se acerca progresivamente a los estándares del masculino, consolidando a la vez sus particularidades propias, que deben ser reconocidas y potenciadas para asegurar un desarrollo sostenible.

PONENCIAS PARALELAS

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 33-35
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL FÚTBOL COMO MEDIO PARA LA TRANSMISIÓN DE VALORES

Jonas Holst

Universidad San Jorge, Instituto de Humanismo y Sociedad

jholst@usj.es

Introducción. El fútbol, tal como ha sido practicado en Europa en sus distintas modalidades desde el siglo XIX, tiene una serie de características que permite conceptualizar y comprenderlo como un medio para la transmisión de valores: es un juego deportivo de invasión y una práctica social reglada de entre 10 (*five-a-side*) y 22 jugadores (formato tradicional) que conlleva distintos grados de contacto, comunicación y coordinación. Por estos tres rasgos, muchos entrenadores de fútbol de todas las edades y de todos los niveles convierten muchas veces entrenamientos y partidos en un espacio educativo o en «un laboratorio moral» (McFee 2010), en el que los jugadores pueden aprender, no solo habilidades técnicas y tácticas, sino también valores y virtudes que les empodera para interactuar éticamente con compañeros, rivales y árbitros, y enfrentarse, de forma asertiva, a retos presentes y futuros. El fútbol no es, sin más, un medio para la transmisión de valores. Para esto, hace falta desarrollar el potencial pedagógico y ético de la práctica de fútbol a partir de una serie de características que vamos a resaltar a continuación.

Desarrollo. Siendo un juego deportivo, lo que el fútbol enseña, a diferencia de otros juegos deportivos, es jugar con un balón que se puede tocar con todo el cuerpo menos con los brazos (exceptuando los porteros y en los saques de banda). Resulta ser una forma versátil de estar en juego con un balón que cada jugador golpea y controla principalmente con los pies, lo que le abre el camino para intentar combinar acciones de las más instintivas en el ser humano, como correr y patear, con la inteligencia y aptitud estratégica de prever la trayectoria del balón y coordinar sus movimientos corporales con los de sus compañeros y contra los de sus rivales. El

hecho de que es un juego de confrontación e invasión, en el que el contacto físico está permitido y notable, sobre todo en los tacleos de los jugadores, le dota al fútbol de un sentido agonístico que, a veces, predomina sobre lo lúdico, cuyas cualidades de juego, (re)creatividad e ilusión pueden quedarse marginalizadas o incluso suprimidas como consecuencia del predominio de lo agonístico, representado por el enfrentamiento, la lucha y la agresividad. Ambos componentes son igualmente importantes para que el fútbol sea un medio de transmisión de valores, aunque puede que suponga un reto especial encontrar el punto de equilibrio entre lo lúdico y lo agonístico en el fútbol.

Una forma básica de jugar al fútbol, teniendo en cuenta este punto de equilibro, es integrar las reglas en la práctica. Como cualquier otro juego, el fútbol está estructurado según un reglamento que marca los límites permitidos dentro de los cuales se lleva a cabo la práctica. Los valores asociados al seguimiento de las reglas son, sobre todo, el respeto, la honestidad y la justicia tanto hacia los rivales como hacia el árbitro, cuyo papel es aplicar correctamente el reglamento y mantener cierta regularidad en el juego (Borge 2019, 162). Como las reglas deben ser interpretadas y aplicadas a situaciones cambiantes de juego también brindan la oportunidad a los implicados de reflexionar sobre su debido empleo y las posibles excepciones que a veces permiten al árbitro dar continuidad al juego a pesar de alguna infracción cometida. Las reglas delimitan los medios y las metas del juego (Suits 2005, 48-50). De esta manera, hacen posible que haya algo en juego, un reto, sobre el que los practicantes puedan entenderse, compararse y medirse. Seguir las reglas y desarrollar una comprensión amplia de su aplicación es la base para promover el *fair play* en el fútbol que también puede llegar a ser promotor de otros tantos valores.

Con hasta 22 jugadores en el campo, más los entrenadores y el árbitro, la práctica regular y continua del fútbol, sin interrupciones incesantes, exige un alto grado de coordinación y comunicación que, a su vez, se fundamentan sobre el respeto y la justicia para funcionar adecuadamente. Para que las relaciones múltiples entre los jugadores estén sustentadas en el respeto y la confianza, y no en conflicto y violencia, hace falta llegar a acuerdos sobre el rol significante de cada jugador en el equipo para que se refuerce el sentido colectivo de todos los integrantes, quienes, a su vez, respeta a cada uno en el equipo. Para extender la deportividad a rivales, es necesario recalcar a los jugadores y a sus clubes que el fútbol es una práctica social entre humanos y que sólo es realizable si los dos equipos se respetan y comprenden que el juego es un acto lúdico y simbólico, no una batalla real de vida y muerte. Así se fomenta la igualdad y la solidaridad en el grupo junto con la rivalidad equilibrada que deja a los jugadores medir sus fuerzas con el rival, teniendo presente que es un juego en el que están involucrados.

Conclusiones. El *fair play* y la deportividad en el fútbol dependen de una serie de valores que pueden ser fomentados y transmitidos en tanto en cuanto las características lúdicas y agonísticas del fútbol son interpretadas y puestas en práctica de forma equilibrada e igualitaria. Siendo un juego, el aspecto lúdico de tocar y controlar el balón y ser habilidoso en el manejo del balón como equipo debe jugar un papel destacable en la formación de todo jugador. En la relativamente larga historia del fútbol, el aspecto agonístico ha sido muchas veces protagonista en el campo, lo cual ha contribuido a una deformación de este deporte con la violencia, y no el juego, como su seña de identidad. Para que el fútbol sea un medio para la transmisión de valores debe ser protagonista el componente lúdico. La práctica regular del fútbol, que promueve valores, se juega en consonancia con reglas y exige un alto grado de coordinación y comunicación, respeto y sentido colectivo para ofrecer su mejor versión.

Referencias

Borge, S. (2019). *The Philosophy of Football*. Routledge.

McFee, G. (2010). Spoiling: An indirect reflection of sport's moral imperative? En M. McNamee (Ed.), *The Ethics of Sports: A reader* (pp. 200–213). Routledge.

Suits, B. (2005). *The Grasshopper: Games, life and utopia*. Broadview Press.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 36-38
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DEPORTIVIDAD Y VIOLENCIA EN EL FÚTBOL BASE

Alfredo Sáenz Ibáñez

Gesto Deportivo

alfredo@gestodeportivo.com

Introducción. En el contexto de competiciones deportivas, especialmente en el deporte base, es fundamental mantener un ambiente de respeto y deportividad. En España, en la disciplina de fútbol hay más de 1.044.000 licencias. Según la Memoria de la Comisión Nacional contra la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte 2022-23, los encuentros con incidentes no deportivos han crecido un 32%. Por este motivo, se hace necesario desarrollar programas, como el programa *Deportivity*, que permitan evaluar la deportividad vs. no deportividad en contextos de fútbol base, prevenir actitudes y conductas no deportivas e intervenir cuando sucedan.

Participantes. Actualmente, la Federación Alavesa de Fútbol, la Federación Guipuzcoana y la Federación Vasca de Fútbol, están implementando el programa *Deportivity* en la categoría cadete. Cuerpos técnicos; futbolistas; colectivo arbitral y grada de estas Federaciones participan en el programa.

Descripción del programa. El Programa *Deportivity* es el resultado de más de quince años de experiencia. Todo este trabajo tiene como resultado un protocolo que tiene su base académica en la tesis doctoral «Deportividad y violencia en el deporte base» (2010). El modelo actual ha evolucionado en los últimos años desde la puesta en marcha de la primera versión del Programa *Deportivity* en la temporada 2018-19. En los últimos dos años se han incorporado al programa desarrollos de analítica predictiva que permite identificar con antelación los partidos con mayor riesgo de conflicto. Los objetivos del programa *Deportivity* son:

— Sensibilizar a todos los participantes en los partidos de la necesidad de desarrollar comportamientos deportivos antes, durante y después del partido.

— Evaluar el nivel de deportividad de los equipos de las competiciones que participan en el programa, permitiéndoles conocer dicho nivel y compararlo con respecto a la media de su competición.

— Prevenir situaciones potencialmente conflictivas permitiendo asignar recursos a aquellos partidos con un mayor nivel de riesgo.

— Elaborar estrategias de intervención y formación en base a los datos de deportividad disponibles.

El programa *Deportivity* consta de 4 fases:

La fase 1 es la de sensibilización. Durante esta fase se pretende concienciar a los agentes que participan en los encuentros deportivos sobre la importancia de desarrollar conductas deportivas durante el desarrollo de los mismos evitando situaciones que puedan generar conflictos. Esta primera fase cuenta con varias herramientas que se despliegan de forma sucesiva a lo largo de la temporada: vídeos de sensibilización; estadísticas de deportividad; clasificación de deportividad; mensajes de reconocimiento en App.

La fase 2 es la de evaluación. Esta fase consiste en la valoración del nivel de deportividad vs. no deportividad por parte de los agentes que participan en el encuentro deportivo: cuerpos técnicos de los dos equipos y colectivo arbitral. Para poder llevar a cabo una valoración objetiva, los agentes disponen del documento «Diccionario de conductas».

La fase 3 del programa incorpora analítica de datos para tratar de identificar con antelación los partidos con mayor riesgo de conflicto. A través del modelo predictivo, en base a la información histórica de la deportividad vs. no deportividad de los partidos evaluados, asignamos a cada partido un grado de riesgo de conflicto. Esto permite actuar de manera preventiva en aquellos partidos con mayor riesgo para evitar situaciones conflictivas.

La fase 4 es la de intervención. Una vez se detecta un Partido No Deportivo, a través de la aplicación, desde Gesto Deportivo se pone en marcha un protocolo de intervención. El objetivo de este protocolo es desarrollar acciones concretas diseñadas en función de los datos obtenidos en la aplicación para reconducir situaciones conflictivas. Los pasos de protocolo proponen acciones progresivas en las que se involucran a los agentes que pueden colaborar en esa labor formativa:

cuerpos técnicos del equipo y coordinadores/as de clubes principalmente. En la *App Deportivity* quedan recogidos todos los detalles de las intervenciones llevadas a cabo en cada equipo.

Resultados. Los datos muestran que el nivel de participación en el programa *Deportivity* ha sido superior al 95%. La mayor parte de los partidos considerados como no deportivos se producen en fútbol 11 masculino (78%). Un 17% de los equipos que conforman la categoría cadete han participado en al menos un partido considerado como no deportivo. La grada ha sido el agente que más veces ha tenido un comportamiento no deportivo en los partidos considerados no deportivos (68%).

Conclusiones. Las Federaciones de fútbol es fundamental que dispongan de programas integrales que permitan detectar incidentes no deportivos y afrontarlos. El programa *Deportivity*, sensibiliza, evalúa, previene e interviene ante e sucesos no deportivos protagonizados por los diferentes agentes (cuerpos técnicos; grada; jóvenes futbolistas) que participan en contextos de fútbol base. Para la disminución de comportamientos antideportivos, se hace necesario desarrollar programas multicomponente como el descrito.

Referencias

Sáenz, A. (2010). *Deportividad y violencia en el fútbol base* [Tesis doctoral, Universidad de Zaragoza].

Sáenz, A., Gimeno, F., Gutiérrez, H., Lacambra, D., Arroyo del Bosque, R., & Marcén, C. (2015). Evaluación de la violencia y deportividad en el deporte: un análisis bibliométrico. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 15*(1), 211-222.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 39-40
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA VIOLENCIA EN EL FÚTBOL: OBSERVACIONES PARA LA REFLEXIÓN

Mª Dolores González Fernández

Universidade da Coruña

m.d.gonzalez@udc.gal

Introducción. Hablar de violencia en el fútbol requiere, en primer lugar, hacer un breve análisis histórico y legal para después centrarnos en un análisis desde el punto de vista psicológico. Inicialmente, la conceptualización de la violencia en el fútbol se centraba, principalmente, en la seguridad en los estadios, lo que limitaba la comprensión de otros aspectos de la violencia relacionados con el fútbol. La tragedia en 1985 en el Estadio del Heysel de Bruselas supuso un punto de inflexión en este tema. Un mes después, en junio de 1985, España se unió a otros 21 países miembros del Consejo de Europa al firmar el Convenio Europeo contra la Violencia en Espectáculos Deportivos. Este convenio consta de 15 artículos diseñados para prevenir la violencia en los estadios deportivos.

Tras la ratificación del Convenio Europeo contra la Violencia en 1985, España incorporó la prevención de la violencia en los espectáculos deportivos mediante la Ley 10/1990, de 15 de octubre, en su capítulo IX. Posteriormente, esta ley fue sustituida por la Ley 19/2007, de 11 de julio, que aborda la violencia, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte. En la actualidad, la Comisión Nacional contra la Violencia en los Espectáculos Deportivos es la responsable de aislar y controlar las conductas violentas dentro y fuera de los estadios deportivos, recogiendo las incidencias en sus memorias anuales las sanciones por incumplimiento de la ley del deporte a entidades y particulares.

En Galicia, en septiembre de 2018, se pone en marcha la *Comisión Galega de Control da Violencia*.

Desgraciadamente, en cualquier campo de fútbol en los miles de partidos que se juegan los fines de semana podemos constatar la presencia de violencia. Aunque los

medios de comunicación solo se hagan eco de los sucesos más trascendentes, lo cierto es que lo complicado es asistir a un partido de fútbol base en el que no haya ningún tipo de comentario irrespetuoso o reclamaciones al equipo arbitral. Además, y debido a las nuevas tecnologías, existe una gran facilidad para grabar situaciones de **violencia en el deporte** y colgarlas en Internet, así conocemos más casos que se producen en el fútbol base y provocan que la sociedad se asuste cada vez más de lo que se ve cada fin de semana en los campos donde juegan los niños y niñas del fútbol base. Tampoco podemos limitar esa violencia a la grada ya que dentro del propio campo muchos jugadores y jugadoras no controlan las emociones y se pasan de revoluciones en multitud de ocasiones.

En el ámbito del fútbol base, la violencia se ha convertido en un problema preocupante. En lugar de ser un entorno de aprendizaje, diversión y desarrollo personal, a menudo se ve afectado por episodios de violencia. Para entender este fenómeno, es necesario analizar las causas subyacentes. Nos centraremos en dos de ellas: por un lado, la presión y expectativas excesivas por parte de familia y entrenadores/as y por otro, la pérdida de valores.

Es indudable que el fútbol es competitivo por naturaleza, pero debemos recordar que el fútbol base es un camino de aprendizaje y desarrollo. Necesitamos alejarnos de la presión y las expectativas excesivas que recaen sobre los hombros de jóvenes futbolistas. Las familias pueden ejercer una presión indebida para que tengan un excelente rendimiento, muchas veces por encima de lo que el propio jugador o jugadora es capaz; y esta presión puede generar estrés y frustración. Esto puede llevar a situaciones de violencia en el campo, ya sea hacia otros jugadores o jugadoras o hacia el árbitro. Es importante, también, reconocer que el personal técnico desempeña un importante papel en la formación y desarrollo en el fútbol base.

La violencia en el fútbol base también puede atribuirse a la falta de educación y valores. Es fundamental promover una cultura deportiva basada en el respeto, la empatía y la tolerancia. La formación en aspectos éticos y comportamientos deportivos adecuados debe ser una prioridad para fomentar un ambiente seguro y saludable. Necesitamos entender que el fútbol es un juego colectivo en el que la deportividad y el juego limpio son fundamentales. Asimismo, las personas adultas tienen la responsabilidad de enseñar y ejemplificar estos valores. Solo a través de una sólida base educativa podremos romper con el ciclo de violencia en el fútbol base.

Conclusiones. Si nos preguntamos si es posible erradicar la violencia en los campos de fútbol, la respuesta plantea una reflexión profunda y compleja. La educación en valores, probablemente, sea la única solución válida a corto y largo plazo. Esta educación implica a clubs, federaciones, política… pero también a las propias familias.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 41-45
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

TOMA DE DECISIONES Y PERCEPCIÓN EN EL JUEGO: UN ESTUDIO CON JÓVENES FUTBOLISTAS

Carlos Díaz-Rodríguez

Universidad de Oviedo

diazrcarlos@uniovi.es

Resumen. La percepción del juego y la toma de decisiones son habilidades cognitivas determinantes para el rendimiento en el fútbol. Esta investigación propone un programa de intervención basado en el Entrenamiento Táctico Perceptual (ETP), diseñado para potenciar la percepción táctica significativa y la toma de decisiones en jugadores jóvenes de fútbol profesional. Se integran variables psicológicas y cognitivas, evaluadas mediante el cuestionario Big Five y el Test de Matrices Progresivas de Raven, con la finalidad de obtener un perfil multidimensional del deportista. Un estudio piloto preliminar validó la viabilidad del programa y las herramientas de evaluación, señalando mejoras iniciales en la percepción y la toma de decisiones. Se discuten las aportaciones teóricas y aplicadas de esta intervención, así como sus limitaciones y potencialidades para futuras investigaciones y aplicaciones prácticas en el entrenamiento del fútbol.
Palabras clave: Percepción táctica, Toma de decisiones, Entrenamiento Táctico Perceptual, Personalidad, Inteligencia, Fútbol, Jugadores jóvenes, Cognición deportiva

Introducción. La percepción del juego y la toma de decisiones tácticas son habilidades cognitivas cruciales para el rendimiento exitoso en deportes colectivos como el fútbol (Williams et al., 1999, Memmert, 2009). La capacidad para interpretar el entorno, anticipar la acción y seleccionar respuestas adecuadas determina en gran medida el desempeño individual y colectivo en el campo (Araújo et al., 2006). En este contexto, la evaluación y desarrollo de estas competencias ha sido foco de múltiples estudios, donde además se reconoce la interacción con variables psicológicas personales como la personalidad y la inteligencia (Díaz-Rodríguez & Pérez-Córdoba, 2024; Başoğlu et al., 2025). Investigaciones recientes han subrayado la

relevancia de la flexibilidad cognitiva en la toma de decisiones deportivas, señalando la necesidad de entrenar la diversidad y control de respuestas para afrontar la complejidad dinámica del juego (Başoğlu et al., 2025). Asimismo, las perspectivas duales de procesos intuitivos y analíticos en la toma de decisiones han sido objeto de revisión, destacando su aplicabilidad práctica en el entrenamiento deportivo (Yung et al., 2024). De igual modo, estudios sobre la toma de decisiones encarnadas enfatizan la interacción entre cuerpo, percepción y contexto como fundamentos para la toma eficaz de decisiones en escenarios deportivos (Maselli & Aglioti, 2025).

En investigaciones previas, Díaz-Rodríguez y Pérez-Córdoba (2024) examinaron los factores de personalidad, medidos mediante el cuestionario EPQ-R de Eysenck (1991), y la capacidad cognitiva general con el Test de Matrices Progresivas de Raven (Raven et al., 2003), estableciendo una base psicométrica para el estudio de la toma de decisiones deportivas. Por otro lado, Díaz-Rodríguez et al. (2024) desarrollaron y aplicaron el método denominado *Entrenamiento Táctico Perceptual* (ETP), orientado a mejorar la percepción y la toma de decisiones tácticas en jugadores jóvenes de baloncesto. Aunque estudios anteriores emplearon el cuestionario *EPQ-R* de Eysenck (1991), el presente trabajo opta por el modelo *Big Five* de Costa y McCrae (1992), reconocido por su mayor robustez conceptual y validez en el ámbito deportivo contemporáneo. Esta modificación metodológica permite un análisis más sólido y actualizado de la influencia de la personalidad en la toma de decisiones tácticas.

El presente estudio adapta el método ETP al fútbol profesional, integrándolo con la evaluación psicocognitiva basada en el modelo *Big Five* (Costa & McCrae, 1992) y las habilidades cognitivas generales evaluadas mediante el *Test de Matrices Progresivas de Raven* (Raven et al., 2003). Con ello, se propone un enfoque integral para comprender y potenciar la percepción del juego y la toma de decisiones en futbolistas jóvenes.

Método. Como variable independiente, se propone un programa de intervención basado en el Entrenamiento Táctico Perceptual (ETP), el cual engloba actividades orientadas al desarrollo de la percepción táctica significativa, fomentando además competencias como la autonomía, la competencia percibida y la relación con sus iguales (Díaz-Rodríguez et al., 2024). Las variables dependientes a evaluar incluyen la calidad de la percepción táctica y la toma de decisiones, medidas a través de instrumentos específicos adaptados al contexto del fútbol, junto con rasgos de personalidad evaluados mediante el cuestionario Big Five Inventory (Costa & McCrae, 1992) y habilidades cognitivas generales medidas con el Test de Matrices Progresivas de Raven (Raven et al., 2003).

El diseño es un cuasi-experimental con grupo control. Los participantes serán jóvenes futbolistas pertenecientes a un club profesional. Aquellos que decidan participar en el programa formarán el grupo experimental, mientras que aquellos que no deseen participar, pero acepten ser evaluados, constituirán el grupo control. El estudio plantea la aplicación del programa durante un periodo determinado, con evaluaciones pre y post intervención para determinar posibles cambios en las variables dependientes. Los instrumentos empleados serán el cuestionario *Big Five Inventory* para medir rasgos de personalidad, el *Test de Matrices Progresivas de Raven* para evaluar la capacidad cognitiva general y herramientas propias para valorar la percepción y la toma de decisiones tácticas en situaciones reales o simuladas de juego. Se garantizará el consentimiento informado de los participantes y el cumplimiento de la normativa ética vigente.

Resultados. Como parte de la propuesta de intervención, se llevó a cabo un estudio piloto con un grupo reducido de futbolistas jóvenes para evaluar la viabilidad y adecuación del programa ETP adaptado al contexto futbolístico. Este estudio piloto permitió comprobar la funcionalidad de los instrumentos de evaluación y recoger primeras evidencias sobre la aceptación y aplicación del método. Aunque los datos obtenidos del estudio piloto son preliminares y derivados de una muestra pequeña, indicaron que los participantes lograron una comprensión adecuada de las actividades propuestas y mostraron indicios iniciales de mejora en la percepción táctica según las herramientas diseñadas para tal fin. El análisis completo de resultados y la evaluación transdisciplinar de las variables psicocognitivas propuestas (*Big Five* y Test de Matrices Progresivas de Raven) forman parte del desarrollo futuro de esta intervención. El estudio piloto constituye un paso fundamental para ajustar el programa, optimizar instrumentos y planificar evaluaciones con muestras mayores.

Conclusiones. Esta propuesta de intervención mediante el Entrenamiento Táctico Perceptual (ETP) para futbolistas jóvenes incorpora un enfoque innovador al integrar variables psicocognitivas como los rasgos de personalidad medidos con el modelo *Big Five* y la capacidad cognitiva evaluada con el *Test de Matrices Progresivas de Raven*. La inclusión de estas variables permite un análisis más completo del perfil del deportista, considerando tanto aspectos tácticos como psicológicos y cognitivos que influyen en la toma de decisiones. El estudio piloto realizado proporciona una base preliminar que valida la viabilidad del programa y la adecuación de los instrumentos seleccionados para evaluar la percepción y la toma de decisiones en el contexto específico del fútbol. Este paso es crucial para garantizar que la intervención sea aplicable y relevante en el ámbito profesional. Esta aproximación multidimensional contribuye a superar limitaciones de estudios previos que han

abordado de forma aislada algunas variables relacionadas con la toma de decisiones en el deporte. Además, la sustitución del cuestionario de Eysenck por el modelo Big Five representa una actualización metodológica que mejora la robustez y actualidad del análisis de la personalidad en este contexto.

Limitaciones importantes a considerar son el tamaño reducido de la muestra piloto y la ausencia de resultados concluyentes debido a la naturaleza preliminar de la investigación. Futuras investigaciones deberán ampliar la muestra y realizar un análisis más exhaustivo para confirmar la efectividad del programa ETP y profundizar en la interpretación de los factores psicocognitivos involucrados.

En definitiva, esta propuesta abre caminos para el desarrollo de programas más integrales y personalizados orientados a mejorar la percepción de juego y la toma de decisiones en el fútbol, que podrían tener repercusiones prácticas significativas en la formación de futbolistas y en estrategias de entrenamiento innovadoras.

Referencias

Araújo, D., Davids, K., & Hristovski, R. (2006). The ecological dynamics of decision making in sport. *Psychology of Sport and Exercise, 7*(6), 653-676. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.07.002

Başoğlu, B., Keyf, E., Vural, M., Gül, M., Doğan, A., Karakaş, F., Arikan, G., & Çamiçi, F. (2025). Does cognitive flexibility enhance decision-making in sports? *Journal of Men's Health, 21*(5), 39-45. https://doi.org/10.22514/jomh.2025.066

Cook, T. D., & Campbell, D. T. (1979). *Quasi-experimentation: Design & analysis issues for field settings*. Rand McNally

Costa, P. T., & McCrae, R. R. (1992). *Revised NEO Personality Inventory (NEO PI-R) and NEO Five-Factor Inventory (NEO-FFI)*. Psychological Assessment Resources.

Díaz-Rodríguez, C., & Pérez-Córdoba, E. (2024). Influence of problem-solving ability and personality on sports performance: a study in young basketball players. *Frontiers in Psychology*, *15*, 1450084. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1450084

Díaz Rodríguez, C., Pérez Córdoba, E. A., Cantón Chirivella, E., & Expósito Boix, V. (2024). Modelo de mejora para la percepción y toma de las decisiones tácticas en el baloncesto (A model for the improvement of the perception and tactical decision-making in basketball), *Retos, 61,* 736-747. https://doi.org/10.47197/retos.v61.105224

Eysenck, H. J., & Eysenck, S. B. G. (1991). *Manual for the Eysenck Personality Questionnaire (EPQ-R)*. Hodder & Stoughton.

Maselli, A., & Aglioti, S. M. (2025). Embodied decision making in athletes: The role of perception-action coupling. *Psychology of Sport and Exercise*, *80*, 102915. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2025.102915

Memmert, D. (2009). Cognitive-perceptual expertise, high-level play and performance in sport. En J. Baker & D. Farrow (Eds.), *Routledge Handbook of Sport Expertise* (pp. 254-264). Routledge.

Raven, J., Raven, J. C., & Court, J. H. (2003). *Manual for Raven's Progressive Matrices and Vocabulary Scales*. Harcourt Assessment.

Williams, A. M., Davids, K., & Williams, J. G. (1999). *Visual Perception and Action in Sport*. E & FN Spon.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 46-47
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

COMUNICACIÓN TÁCTICA Y EMOCIONAL EN FÚTBOL: APORTACIONES DESDE LA EXPERIENCIA

Santiago Rivera

Centro Excelentia

santiago@centroexcelentia.com

Introducción. En fútbol, la comunicación en entrenamiento y competición cumple una doble función: desarrollar la tarea mediante información táctica y construir relaciones entre los sujetos que componen los equipos; a fin de mantener la concentración, la activación, la confianza y la motivación (Morilla, Rivera & Tassi, 2017). Se plantea una visión operativa: la comunicación se expresa en canales motriz, verbal, no verbal y paraverbal (Carrascosa, 2003; Rees, 2007); y debe entrenarse como contenido del rendimiento (Morilla & Rivera, 2014).

Método. El trabajo tuvo un enfoque aplicado basado en experiencia profesional y apoyada en un marco de entrenamiento psicológico-integrado en la metodología del fútbol (Morilla et al., 2017). Se presentó una taxonomía práctica de *feedback* utilizada en campo y banquillo: instrucción/corrección táctica con apoyo, instrucción hostil-activadora, silencios intencionados, *feedback* solo descriptivo y queja-reclamo/pasivo-agresivo. Asimismo, se propusieron criterios de «*feedback* de calidad» orientados a aprendizaje, autoconocimiento, cohesión y liderazgo (Carron & Dennis, 2001). Se abordó la planificación del entrenamiento de la comunicación atendiendo a objetivos técnico-tácticos/condicionales, tareas y momentos del juego, carga psicológica, etapa evolutiva y categoría, clima motivacional e individualización por posición, personalidad y competencia comunicativa.

Resultados. La presentación se orientó a que los asistentes reflexionaran sobre: 1) un diagnóstico funcional del estilo comunicativo del *staff* y entre los jugadores; y 2) reglas de decisión sobre «qué decir, cómo y cuándo» en tareas y partido.

Conclusiones. Tratar la comunicación como conducta susceptible de ser entrenada permite alinear la intervención táctica con la regulación emocional del equipo, fortaleciendo cohesión y apoyo social (Morilla, Rivera & Tassi, 2017).

Referencias

Carrascosa, J. (2003). *¿Dirigir o liderar?* Gymnos.

Carron, A. V., & Dennis, P. W. (2001). The sport team as an effective group. En J. M. Williams (Ed.), *Applied Sport Psychology: Personal growth to peak performance* (pp. 120–134). Mayfield.

Morilla, M., & Rivera, S. (2014). La psicología en el entrenamiento integrado: diseño de actividades. En M. Roffé & S. Rivera (Eds.), *Entrenamiento Mental en el Fútbol Moderno: herramientas prácticas* (pp. 214–253). Fútbol de Libro.

Morilla, M., Rivera, S., & Tassi, J. M. (2017). *Entrenamiento psicológico-integrado en la metodología del fútbol actual.* Centro Excelentia.

Rees, T. (2007). *The Influence of Social Support in Athletes.* Human Kinetics.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 48-50
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DEPORTE PARA EL DESARROLLO: UNA HERRAMIENTA DE INTERVENCIÓN SOCIAL COMUNITARIA

Rubén Fernández Manzano

Universidad de Sevilla, Fundación Real Betis Balompié

rubenfm9@gmail.com

Introducción. El deporte, más allá de su dimensión competitiva, constituye una herramienta de transformación social capaz de generar espacios de protección, aprendizaje y convivencia. En contextos de vulnerabilidad, se convierte en un recurso clave para favorecer el bienestar y la integración social, especialmente en la infancia. El proyecto Deporte x Refugio, desarrollado en Sevilla, se enmarca en esta perspectiva y surge como respuesta a la elevada tasa de pobreza infantil en España y al impacto de los procesos migratorios en comunidades locales. El propósito principal es utilizar el Deporte para el Desarrollo como estrategia de intervención social comunitaria, creando entornos seguros, inclusivos y empoderantes que protejan a la infancia y promuevan valores de respeto, solidaridad y resiliencia.

Método. La intervención se llevó a cabo en tres barrios vulnerables (Pino Montano, Torreblanca y Pajaritos), con especial atención a niños, niñas y solicitantes de asilo, a través de actividades sociodeportivas de lunes a jueves. El trabajo se organizó en duplas profesionales (perfil psicosocial y deportivo) para garantizar un enfoque interdisciplinar y sensible a la realidad de los participantes. El modelo metodológico se basó en tres pilares:

1. Infancia en el centro: las actividades se diseñaron para favorecer el bienestar social, emocional y físico de los menores.
2. Espacios seguros: se fomentaron vínculos protectores y de buen trato, utilizando herramientas como las *tarjetas verdes y azules* para reforzar comportamientos positivos y promover la convivencia.

3. Trabajo comunitario y no asistencialista: la intervención buscó el empoderamiento sostenible, evitando la dependencia, y promoviendo la participación activa de la comunidad.

Además, se incorporaron dinámicas de adversidad controlada, entendidas como experiencias deportivas que permiten a los menores entrenar su resiliencia en un contexto de apoyo y cuidado.

Resultados. Los espacios creados han mostrado ser capaces de:

— Favorecer el bienestar integral de la infancia (emocional, social y físico).

— Generar una mentalidad de crecimiento y aprendizaje, basada en la superación y el refuerzo positivo.

— Promover entornos inclusivos y de respeto, donde niños y niñas participan en igualdad, rompiendo con patrones tradicionales de género.

— Impulsar la comunicación positiva y el apoyo mutuo dentro y fuera de la cancha.

— Fortalecer los lazos comunitarios, contribuyendo a una intervención con impacto más allá del ámbito deportivo.

En definitiva, los resultados iniciales muestran que el deporte, cuando se acompaña de una metodología intencionada y profesional, puede ser una herramienta poderosa de intervención social comunitaria y de protección de la infancia, ofreciendo oportunidades reales de transformación en contextos de vulnerabilidad.

Conclusiones. El proyecto Deporte x Refugio confirma que el deporte, cuando se utiliza con una intención educativa y social clara, trasciende lo lúdico y lo competitivo para convertirse en un verdadero espacio de transformación comunitaria. La creación de entornos seguros y protectores, junto al trabajo interdisciplinar y comunitario, permite a la infancia no solo desarrollarse a nivel físico y emocional, sino también construir vínculos que refuercen su resiliencia y capacidad de afrontar la adversidad.

Este enfoque demuestra que el deporte por sí solo no educa, pero acompañado de una metodología adecuada sí puede empoderar y generar cambios duraderos en las personas y en sus comunidades. Así, se refuerza la necesidad de seguir apostando por proyectos que unan deporte, psicología y trabajo social como herramientas de inclusión y bienestar en contextos de vulnerabilidad.

Referencias

Fundación Fútbol Más. (2019). *Manual de intervención*. Fundación Fútbol Más.

Fundación Real Betis Balompié. (2024, 11 de junio). El deporte como herramienta de integración: Fundación Real Betis celebra la primera jornada del proyecto «Deporte x Refugio». https://www.realbetisbalompie.es/noticias/actualidad/i-jornada-deporte-por-refugio-inclusion-infancia-igualdad-de-genero-migracion-y-refugio-como-tematic

Fundación Real Betis Balompié. (2024, 14 de diciembre). El proyecto «Deporte x Refugio» gana el Premio FundaciónDeporte Joven al Mejor Proyecto Social e Inclusivo. https://es.futbolmas.org/deporte-por-refugio-recibe-el-premio-fundacion-deporte-joven-al-mejor-proyecto-social-e-inclusivo/

Fundación Real Betis Balompié. (2025, 28 de marzo). «Deporte x Refugio», premiado como mejor proyecto de estilos de vida saludables en infancia por el Alto Comisionado contra la Pobreza Infantil.

Fútbol Más España. (2024). *Proyecto «Deporte x Refugio»*. https://scoreproject.net/programas/deporte-por-refugio/

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 51-55
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

COMPARACIÓN DE NIVELES DE ANSIEDAD, TÉCNICAS DE AFRONTAMIENTO Y COHESIÓN DE EQUIPO ENTRE CANTERAS DE FÚTBOL DE EQUIPOS PROFESIONALES Y NO PROFESIONALES

Omar Estrada Contreras[1], Eugenio A. Pérez Córdoba[2], Carla Kochenbach[2], Noelia López Valenciano[2], Antonio Romero González[2], M. Lourdes Varela Neira[2], Ana Vázquez Moreno[2]

[1]Universidad CEU Cardenal Spínola, [2]Universidad de Sevilla

ecordoba@us.es

Introducción. A menudo se dice que el fútbol es emoción, y una de ellas es la ansiedad. Ansiedad que hay que saber controlar y afrontar, sobre todo de cara a mantener un adecuado ambiente en el equipo. Respecto de la ansiedad, Castillo-Rodríguez et al., (2022) dicen que los jugadores más experimentados y de mayor nivel muestran mayor autoconfianza y menor ansiedad, lo que subraya la necesidad de intervenciones tempranas en etapas formativas para fortalecer estas competencias psicológicas clave. La ansiedad puede influir en la toma de decisiones, la atención y concentración, la ejecución técnica, pues hay cambios fisiológicos, etc. Es decir, el deportista se preocupa de los estímulos que no están presentes, y deja de ocuparse de los presentes (atención y concentración). Respecto del afrontamiento, Aguinaga et al. (2021) observaron que las estrategias de afrontamiento y la cohesión grupal tenían un efecto amortiguador significativo en el bienestar psicológico en deportistas. Estos hallazgos subrayan la necesidad de promover en los jóvenes deportistas habilidades que favorezcan interpretaciones desafiantes de los estresores competitivos, fortaleciendo así su adaptación psicológica ante situaciones exigentes del contexto deportivo (Gomes et al., 2022). Por último, respecto del ambiente de equipo, hay que recordar que el fútbol es un deporte de equipo, y que, para la formación de un equipo, es necesario entender que cada uno de ellos conlleva una evolución, ade-

más una adjudicación de roles y normas grupales que desde el primer momento se empiezan a establecer. A todo esto, se le suma la cohesión que resulta del clima de equipo efectivo. El objetivo de este trabajo es evaluar la ansiedad, las estrategias de afrontamiento, y la cohesión grupal en jugadores de equipos de fútbol, categoría cadete, de equipos de Sevilla y comparar los resultados. Así como comparar los resultados de la cantera de un equipo profesional con los datos obtenidos en un equipo no profesional. Por último, también se tenía el objetivo de comparar a las jugadoras de la cantera de un equipo no profesional con los cadetes de un equipo profesional.

Método. Fueron evaluados un total de 102 participantes, todos de categoría cadete (15-16 años), con la siguiente distribución: 33 jugadores de una cantera de un equipo profesional, todos varones. Otros 33 varones de una cantera no profesional, y 36 féminas de una cantera de un equipo no profesional de fútbol. Se contó con la colaboración tanto del entrenador del club, como del preparador físico de la categoría cadete para obtener el consentimiento informado de los padres y la cumplimentación de los cuestionarios, garantizando así la participación de los jugadores en la investigación. Como instrumentos se utilizaron: El *STAIC* (Cuestionario de Autoevaluación de Ansiedad Estado/Rasgo en niños), que mide los niveles de ansiedad en niños y adolescentes con edades comprendidas entre los 9 y 16. El *TCQ* (Cuestionario sobre el clima de equipo, versión española), diseñado para evaluar la percepción que los jugadores tienen sobre el clima y la estructura de su equipo. Su propósito es comprender cómo se organizan, aceptan y ejecutan las funciones de cada miembro. Este cuestionario contiene 3 escalas (dimensiones), la claridad del rol, o grado en que los jugadores comprenden qué se espera de ellos dentro del equipo, la aceptación del rol, o nivel de conformidad y satisfacción del jugador con el papel que se le ha asignado, y la percepción de la ejecución del rol, es decir, hasta qué punto el deportista considera que está cumpliendo de manera efectiva con las tareas asociadas a su rol. El *ACSQ* (Cuestionario de afrontamiento en el deporte, versión española), que es un cuestionario diseñado para evaluar las estrategias de afrontamiento utilizadas por los deportistas. El procedimiento empleado fue el de contactar con el club y, tras solicitar y obtener la firma del consentimiento informado por parte de los padres, pasarle los cuestionarios (los tres seguidos) a cada uno de los grupos de futbolistas. Para el análisis de datos, se corrigieron las tres pruebas y se analizaron los resultados mediante el paquete estadístico SPSS

Resultados. En cuanto a la ansiedad (*STAIC*), si comparamos a los de la cantera profesional con la de los no profesionales, vemos que no existe una ansiedad notable entre los jugadores (percentil), en contraste con la población normal, no

encontrando una diferencia significativa entre ambos grupos. Cabe hacer notar que fue un poco más alta la ansiedad rasgo que la de estado, no siendo significativo. Si comparamos a los jugadores masculinos con los femeninos en cuanto a ansiedad, podemos decir que, respecto de la ansiedad estado, la diferencia no es estadísticamente significativa, si resultó significativa la diferencia en cuanto a la ansiedad rasgo, (t=-3.5, p=.005) ya que las féminas puntuaron más alto. Respecto al afrontamiento (*ACSQ*), al comparar a la cantera del equipo profesional con la del no profesional, vemos que las técnicas de afrontamiento que emplean ambos equipos de forma predominante son las mismas que predominan en la población general (estilos adaptativos), no habiendo diferencia entre ambos grupos. Tampoco hubo grandes diferencias al comparar a los varones con las féminas, excepto en la evitación mental, donde las féminas tienen un promedio mayor que los varones, significativo al nivel 0.001. Por último, al comparar a los jugadores de la cantera profesional con la no profesional respecto del ambiente de equipo (*TCQ*), vemos que los jugadores de la cantera profesional tienen una comprensión más clara de sus roles. Pero no es significativa. También hay una mayor homogeneidad en esta percepción en la cantera profesional. Pero la diferencia tampoco es significativa. Del mismo modo vemos que hay mayor dispersión en los no profesionales, lo que indica que algunos jugadores pueden resistirse o no estar satisfechos con sus roles, mientras que otros los aceptan mejor. En la comparación de los varones con las féminas, (*TCQ*), las diferencias no son significativas, excepto en Aceptación del rol, ya que los varones tienen una media superior (significativa p= .028). En cuanto a la puntuación total, las diferencias no son significativas.

Conclusiones. Con respecto a la población general, podemos afirmar que, en general, no experimentan una ansiedad estado significativa, si acaso sí que vemos una tendencia moderada a la ansiedad rasgo, aunque no es muy alta. En cuanto al ambiente de equipo se observa que, pese a haber un margen de mejora, los jugadores comprenden sus responsabilidades y su papel dentro del equipo, es decir, tienen una comprensión adecuada de lo que se espera de ellos dentro del grupo. Por último, referente al afrontamiento, las técnicas que predominan aquí son las mismas que predominan en la población general (estilos adaptativos como la calma emocional y la reestructuración cognitiva). Referente a las comparaciones entre equipos, vemos que no hay diferencias significativas entre la cantera del equipo profesional y la del no profesional, ni en ansiedad, ni en afrontamiento, ni en ambiente de equipo. Tampoco hay grandes diferencias significativas entre el equipo masculino (de cantera profesional) y el femenino (de cantera no profesional), excepto en:

— La ansiedad RASGO significativa al nivel $p = 0.005$. Es mayor en las féminas

— La evitación mental (afrontamiento) ($p = 0.001$). También Mayor en las féminas

— La aceptación del rol ($p = 0.028$). Mayor en los varones

En cuanto a las limitaciones de este trabajo, podemos afirmar que:

— Es un tamaño escaso de muestra, por lo que no debe considerarse muy significativo del total de canteras de fútbol.

— Habría que tener en cuenta otras variables contextuales no controladas en este estudio, y que

— El diseño de la investigación es de tipo transversal y podría haber sido longitudinal.

No obstante, podríamos hacernos una última pregunta: ¿habría que trabajar más estos aspectos en la cantera?, ante lo que nos valdría con la respuesta de Rossi et al. (2016) quienes trabajaron con 28 jugadoras de fútbol de élite y 28 jugadoras de fútbol aficionadas y encontraron que las jugadoras de alto rendimiento tuvieron mejores puntuaciones en las dimensiones «práctica bajo presión», «concentración» y «seguridad/motivación» que las jugadoras de nivel aficionado. ¿Estas mejores puntuaciones son debidas a su entrenamiento específico, o, simplemente se van aprendido con la experiencia?, o ¿es que se van seleccionando a las jugadoras en función de que tengan estas habilidades, pese a que no se han entrenado específicamente? Aún faltan muchos estudios al respecto para poder dar una adecuada respuesta, pero, sirva este estudio como un comienzo para analizar y, si fuese necesario entrenar a los deportistas que puedan ser en un futuro profesionales y, por qué no a todos en su conjunto, aunque no lleguen a ser profesionales, pues podría servirles en su vida futura.

Referencias

Aguinaga, I., Herrero-Fernández, D., & Santamaría, T. (2021). Factor protector de las estrategias de afrontamiento y la cohesión de grupo sobre el bienestar psicológico ante situaciones de ansiedad competitiva en futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 21*(1), 86-101.

Castillo-Rodríguez, A., Hernández-Mendo, A., Alvero-Cruz, J. R., Onetti-Onetti, W., & Fernández-García, J. C. (2022). Level of precompetitive anxiety and self-confidence in high level padel players. *Frontiers in Psychology, 13*, 890828. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.890828

Gomes, A. R., Simães, C., Morais, C., & Cunha, R. (2022). Adaptation to stress in football athletes: The importance of cognitive appraisal. *Frontiers in Psychology, 13*, 939840. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.939840

Rossi, A., Perri, E., Trecroci, A., Savino, M., Alberti, G., & Iaia, M. F. (2016). Characterization of in-season elite football trainings by GPS features: The identity card of a short-term football training cycle. En *2016 IEEE 16th International Conference on Data Mining Workshops (ICDMW)* (pp. 160–166). IEEE. https://doi.org/10.1109/ICDMW.2016.0030

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 56-59
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

FÚTBOL Y PSICOLOGÍA EN BRASIL: EL ROL DEL MODELO BIOECOLÓGICO EN LA CONSTRUCCIÓN DEL CONOCIMIENTO

Regina Brandão

Universidade São Judas, São Paulo, Brasil

mrfbrandao@gmail.com

Introducción. El desarrollo de atletas de fútbol de élite y la optimización del rendimiento representan pilares fundamentales dentro del ámbito de la psicología deportiva, cruciales para desbloquear el potencial completo de un futbolista y alcanzar niveles de rendimiento máximo. En los últimos años, ha habido un cambio notable hacia intervenciones y programas de desarrollo centrados en el atleta, lo que significa un cambio de paradigma en la forma en que se aborda y fomenta el éxito deportivo y el bienestar. Este cambio implica un alejamiento de las metodologías convencionales que a menudo trataban a los atletas como un grupo homogéneo o dependían en gran medida de protocolos de entrenamiento estandarizados, reconociendo y atendiendo la individualidad y complejidad de los atletas, apreciando y comprendiendo la naturaleza multifacética de cada uno. Los futbolistas de élite son individuos complejos con necesidades, motivaciones y características únicas, lo que requiere intervenciones personalizadas y adaptadas para satisfacer sus requisitos específicos, además de ofrecer apoyo personalizado para optimizar su crecimiento y rendimiento de manera efectiva. Las intervenciones y programas de desarrollo centrados en el atleta se alinean bien con el paradigma bioecológico. En el corazón de este enfoque se encuentra el modelo de persona-proceso-contexto-tiempo (PPCT), un marco robusto y holístico que ofrece perspectivas sobre los diversos factores que moldean el desarrollo del atleta.

A pesar de los amplios esfuerzos que los investigadores han invertido en refinar y utilizar el modelo PPCT en contextos deportivos, sigue habiendo una escasez

de orientación sobre su aplicación práctica, tanto en la investigación como en el ámbito de la práctica de atletas de élite. Esta presentación propone un método para operacionalizar la teoría, diseñado específicamente para el fútbol de Brasil, contexto en que la autora trabaja. Esto implicó (a) detallar la operacionalización de los componentes de proceso, persona, contexto y tiempo dentro del marco PPCT; (b) examinar la aplicación del modelo PPCT en contextos futbolísticos, incorporando estudios de investigación empírica; y (c) presentar recomendaciones para el diseño e implementación de intervenciones y programas de desarrollo centrados en el futbolista de élite.

Método. El componente de la persona del modelo PPCT destaca la importancia de reconocer los atributos individuales y las sutilezas que hacen que cada atleta sea único. Al profundizar en la personalidad, la mentalidad, las fortalezas y las áreas de desarrollo de un atleta, se pueden adaptar las intervenciones centradas en el atleta para satisfacer sus necesidades específicas, promoviendo un enfoque personalizado para fomentar el crecimiento. Este enfoque individualizado permite una estrategia de desarrollo más precisa y efectiva que atiende a las diversas características y requisitos de los atletas, mejorando su proceso de desarrollo en general. En conjunto con el componente de la persona, el elemento de proceso del modelo PPCT enfatiza las relaciones e interacciones dinámicas que moldean a los atletas dentro de sus entornos deportivos. Al enfatizar las relaciones positivas y constructivas entre atletas, entrenadores, compañeros de equipo y sistemas de apoyo, los programas centrados en el atleta priorizan la comunicación efectiva, el establecimiento de metas colaborativas y una cultura de confianza. Al fomentar entornos de apoyo que faciliten el crecimiento, la resiliencia y el rendimiento máximo, estas intervenciones crean condiciones que optimizan las trayectorias de desarrollo de los atletas, reconociendo la influencia general de los factores externos en la formación de su bienestar y éxito. El componente de contexto del modelo PPCT reconoce la influencia significativa de factores externos en el bienestar y el rendimiento de un atleta, incluidos la cultura organizativa, las expectativas sociales, las presiones competitivas y los sistemas de apoyo. Al comprender y abordar estas influencias ambientales, las intervenciones centradas en el atleta pueden crear contextos de apoyo y empoderamiento que ayuden a mitigar los factores estresantes, mejorar la salud mental y establecer condiciones propicias para un crecimiento y éxito sostenidos. Este enfoque holístico reconoce la importancia de cultivar entornos que apoyen a los atletas en la navegación de los desafíos multifacéticos que encuentran, fomentando en última instancia su desarrollo y rendimiento general en el ámbito deportivo. Complementando las consideraciones del contexto, el componente de

tiempo del modelo PPCT resalta el aspecto temporal del desarrollo de los atletas, reconociendo las etapas cambiantes y la evolución que experimentan a lo largo de sus carreras. Al reconocer esta perspectiva longitudinal, las intervenciones centradas en el atleta pueden adaptarse y crecer junto con los atletas, ofreciendo apoyo, orientación y recursos continuos que se alineen con sus necesidades y objetivos cambiantes a medida que avanzan a través de las diferentes fases de su trayectoria deportiva. Al enfatizar la naturaleza dinámica del desarrollo del atleta a lo largo del tiempo, este componente subraya la importancia de proporcionar intervenciones adaptadas y en evolución, que atiendan los requisitos cambiantes de los atletas, maximizando en última instancia su potencial y éxito a largo plazo.

Resultados. La aplicación del modelo PPCT en entornos futbolísticos de élite puede ofrecer valiosas perspectivas sobre los factores específicos que contribuyen al éxito o a los desafíos que enfrentan los futbolistas de élite, incluyendo aspectos relacionados con las prácticas de entrenamiento, las interacciones entre entrenadores y atletas, las expectativas de rendimiento y el contexto sociocultural más amplio de las competiciones deportivas de élite.

Conclusiones. Abordar el trabajo que se realiza en el fútbol de Brasil enriquece nuestra comprensión de las complejidades del desarrollo y el rendimiento de los atletas de élite dentro del marco bioecológico más amplio, mejorando el desarrollo de intervenciones y programas de desarrollo centrados en el atleta, adaptados para aquellos que compiten en los niveles más altos del deporte. Así, si concluye que, en los últimos años, los psicólogos del deporte han empleado cada vez más la teoría bioecológica de Bronfenbrenner, específicamente el modelo de proceso-persona-contexto-tiempo (PPCT), para analizar el desarrollo y el comportamiento humano en entornos deportivos y en especial en fútbol en Brasil. Este marco teórico ha facilitado un enfoque multinivel para estudiar la progresión de los futbolistas al examinar la interacción entre los atributos individuales, los factores ambientales y los elementos contextuales a lo largo del tiempo.

Referencias

Brandão, R., Lopes Angelo, D., Mastrocola, A.P., Manzini, M., Hupfer, B., Villas Boas Junior, M., ... Tutte Vallarino, V. (2024). Bioecology and sport: Linking theory and practice. *Cogent Social Sciences, 10*(1), 2402831. https://doi.org/10.1080/23311886.2024.2402831

Brandão, R., Polito, L. F., Hernandes, V., Correa, M., Mastrocola, A. P., Oliveira, D., Oliveira, A., Moura, L., Villas Boas Junior, M., & Angelo, D. L. (2021). Stressors in

indoor and field Brazilian soccer: Are they perceived as a distress or eustress? *Frontiers in Psychology*, *12*, 623719. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.623719

Krebs, R., Copetti, F., Serpa, S., & Araujo, D. (2018). Disposicões pessoais de tenistas jovens: Um estudo fundamen- tado na teoria bioecológica de Bronfenbrenner. *Revista Brasileira de Psicologia do Esporte, 2*(2), 1–24. https://doi.org/10.31501/rbpe.v2i2.9279

Pedrinelli, V. J., Rodrigues, G. M., Campos, C., de Almeida, F. R., Polito, L. F., & Brandão, R. (2018). A bioecological perspective of human development on autonomy of an athlete with intellectual disability. *Revista Psicología del Deporte, 27*(4), 9–14.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 60-61
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EXPERIENCIAS DE CARRERA DUAL Y PLAN DE VIDA EN EL FÚTBOL FORMATIVO PERUANO

Mario Reyes–Bossio

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas

mario.reyes@upc.pe

La presentación aborda los desafíos que enfrentan los deportistas jóvenes al combinar sus trayectorias académicas y deportivas. Basándose en el concepto de carrera dual, entendido como la integración coordinada de estudios y deporte para favorecer el bienestar, la salud y el rendimiento integral del atleta (Stambulova et al., 2015), se diferencian dos perfiles clave: el deportista-estudiante, cuyo eje principal es el deporte y subordina la formación académica a las exigencias competitivas, y el estudiante-deportista, cuyo foco primario es la educación y combina dicha prioridad con la actividad física o el deporte de rendimiento (Reyes-Bossio & Brandão, 2025).

La discusión se articula con investigaciones recientes en el ámbito iberoamericano que analizan tanto los conflictos de rol como las trayectorias identitarias asociadas a la carrera dual. En este sentido, Reyes-Bossio et al. (2023) destacan que la forma en que los jóvenes construyen su identidad—ya sea como «atletas-estudiantes» o «estudiantes-atletas»—condiciona sus decisiones vocacionales, expectativas de futuro y nivel de adherencia deportiva. Además, se presentan aportes desde la perspectiva bioecológica del desarrollo humano, subrayando que el rendimiento y el bienestar del deportista están moldeados por interacciones dinámicas entre sus características personales, los contextos familiares, educativos y deportivos, y las oportunidades socioculturales disponibles (Brandão et al., 2024).

En el marco de estas consideraciones, se introduce la importancia de programas estructurados que faciliten la planificación del plan de vida del deportista menor, integrando componentes psicológicos, académicos y deportivos. Se expone

como ejemplo el Programa Deportivo de Alta Competencia (PRODAC), cuyo objetivo es favorecer el desarrollo integral brindando becas deportivas, tutoría académica, soporte psicológico, nutrición, terapia física y mecanismos flexibles de evaluación, permitiendo que los deportistas mantengan un equilibrio sostenible entre sus responsabilidades competitivas y académicas. Este tipo de iniciativas se alinea con recomendaciones internacionales que subrayan que los programas de carrera dual reducen el abandono deportivo, mejoran la salud mental y fortalecen la transición hacia la vida adulta (De Maio et al., 2025; Guidotti et al., 2015).

En conjunto, la presentación evidencia que la carrera dual constituye un eje fundamental para el desarrollo del futbolista formativo en el Perú, al promover un proceso de formación equilibrado que integra metas deportivas, académicas y personales, y permite construir trayectorias más sostenibles dentro y fuera del deporte.

Referencias

Brandão, R., Lopes Angelo, D., Mastrocola, A. P., Pallone Manzini, M. F., Hupfer, B., Villas Boas Junior, M., Reyes-Bossio, M., & Tutte-Vallarino, V. (2024). Bioecology and sport: Linking theory and practice. *Cogent Social Sciences*, *10*(1), 2402831. https://doi.org/10.1080/23311886.2024.2402831

De Maio, M., Montenegro, S., Papale, O., Serafini, S., Prestanti, I., Izzicupo, P., Abalasei, B. -A., Alonso del Hierro, T., Çalışkan, B., Di Baldassarre, A., Ege, H., Figueiredo, A. J., Ghinassi, B., González-García, H., Onose, I., Onose, R. M., Perissinotto, M., Molinari, A., Ramírez-Muñoz, A., Sánchez-Pato, A., Stanković, N., Stojiljković, N., Abelkalns, I., Doupona, M., Capranica, L., & Fusco, A. (2025). A scoping review of student Athletes' perspectives on dual career policies, provisions and challenges. *Frontiers in Sports and Active Living*, 7, 1566208. https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1566208

Guidotti, F., Cortis, C., & Capranica, L. (2015). Dual career of European student-athletes: A systematic literature review. *Kinesiologia Slovenica, 21*(3), 5–20.

Reyes-Bossio, M., & Brandão, R. (2025). Nuevos retos en la psicología del deporte y el ejercicio: carrera dual y movilidad internacional de deportistas. En E. M. Leon y E. J. Garcés (Coord.), *Fundamentos de Psicología del Deporte* (pp. 143-149). Editorial Médica Panamericana.

Reyes-Bossio, M., García-Mas, A., Brandão, R., Cañizares-Hernández, M., & Tutte-Vallarino, V. (2023). Carrera dual: ¿estudiante deportista o deportista estudiante? *Apuntes Universitarios, 13*(1), 513-516.

Stambulova, N. B., Engström, C., Franck, A., Linnér, L., & Lindahl, K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise, 21*, 4-14. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.009

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 62-64
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ROL DEL PSICÓLOGO DEL DEPORTE EN EL FÚTBOL URUGUAYO MASCULINO PROFESIONAL

Ma. Eugenia Berneche García

Universidad Católica del Uruguay, Racing Club de Montevideo

meberneche@gmail.com

Resumen. La Psicología del Deporte cumple un rol esencial en el fútbol al integrar la promoción de la salud mental con el entrenamiento psicológico orientado al rendimiento. En su dimensión preventiva, favorece el desarrollo de habilidades de afrontamiento ante el estrés competitivo, fortalece la motivación, la confianza y la autoestima, y contribuye a generar entornos de entrenamiento saludables. También incluye la formación de entrenadores y dirigentes en liderazgo y comunicación, la detección temprana de indicadores de ansiedad, depresión o *burnout*, y el acompañamiento en transiciones críticas como lesiones o retiro deportivo. En paralelo, el entrenamiento psicológico implementa técnicas planificadas —regulación emocional, visualización, autodiálogo positivo, formulación de metas y rutinas precompetitivas— que optimizan la estabilidad mental y el rendimiento. A pesar de la centralidad del fútbol en la identidad deportiva uruguaya, la incorporación sistemática de psicólogos en clubes de Primera y Segunda División sigue siendo limitada, con intervenciones mayormente puntuales o restringidas a juveniles. Esta brecha contrasta con estándares internacionales que reconocen la salud mental como un componente estratégico del alto rendimiento. El contexto nacional, además, presenta altas tasas de suicidio, lo que subraya la necesidad de un enfoque preventivo, campañas de sensibilización y una institucionalización efectiva de la Psicología del Deporte como parte integral del desarrollo profesional y del bienestar del futbolista.

Desarrollo. La Psicología del Deporte ocupa un lugar estratégico en los sistemas contemporáneos de alto rendimiento al integrar la promoción de la salud mental con el entrenamiento psicológico orientado al desempeño. A pesar de ello, el fútbol uruguayo presenta una brecha significativa entre el discurso global sobre salud mental y la incorporación real de profesionales especializados. Aunque el fútbol es el deporte hegemónico y un componente identitario central del país, la presencia

de psicólogos del deporte en clubes de Primera y Segunda División sigue siendo limitada. El relevamiento realizado hasta julio de 2025 indica que la mayoría de las instituciones carecen de profesionales de manera estable y, cuando existen intervenciones, estas suelen ser puntuales, reactivas o concentradas en categorías formativas. La falta de institucionalización contrasta con políticas internacionales, particularmente las impulsadas por CONMEBOL y federaciones europeas, donde la salud mental es considerada un recurso estratégico del alto rendimiento y parte obligatoria de los equipos interdisciplinarios.

Este déficit adquiere especial relevancia en el contexto uruguayo, que presenta una de las tasas de suicidio más elevadas de la región, con cifras históricas en ascenso y un marcado predominio en población masculina joven, coincidente con la franja etaria predominante del fútbol profesional y formativo. La salud mental en el deporte, por tanto, no constituye solamente un componente del rendimiento, sino un área crítica de política pública. La conversación mediática, sin embargo, continúa siendo reactiva: la salud mental adquiere visibilidad principalmente en momentos de crisis extrema, como suicidios de futbolistas, lo cual revela la ausencia de un enfoque preventivo y de comunicación responsable y sostenida.

A nivel internacional, ¿Uruguay participa en iniciativas como la campaña «*Are you ready to talk*?» promovida por FIFPRO, cuyo objetivo es instalar la detección temprana, la apertura conversacional y la red comunitaria de apoyo como herramientas fundamentales para reducir riesgos. Este tipo de articulación global señala la importancia de posicionar al fútbol como plataforma de sensibilización, especialmente en un país donde la influencia del deporte trasciende los límites competitivos y opera como espacio de cohesión social y construcción de identidad.

La consolidación de la Psicología del Deporte en Uruguay requiere, por tanto, un marco de acción multidimensional. En primer lugar, se necesita avanzar hacia la profesionalización estructural del rol, integrando servicios psicológicos en todas las divisiones competitivas y asumiendo la salud mental como una inversión estratégica y no como un gasto operativo. Este proceso debe ser acompañado por la AUF, la MUFP y los clubes, con políticas de largo plazo que definan estándares mínimos, criterios de habilitación profesional y mecanismos de evaluación de impacto.

En segundo lugar, es fundamental implementar programas de formación continua para entrenadores, preparadores físicos, formadores y personal de club, capacitándolos como gatekeepers capaces de identificar señales tempranas de alarma y derivar oportunamente. Este enfoque distribuido, alineado con modelos preventivos de salud mental en deporte, asegura un monitoreo constante y una mayor coherencia en el acompañamiento psicológico durante el desarrollo formativo y profesional de los futbolistas.

En tercer lugar, se requiere reforzar la dimensión ética y académica de la práctica. Esto implica combatir el intrusismo —la intervención de actores no formados en psicología o sin especialización en deporte—, promover estándares éticos rigurosos y fomentar tanto la investigación aplicada como la especialización continua. La presencia de docentes altamente capacitados en instituciones de formación de entrenadores de fútbol también es clave para integrar la salud mental desde las bases del proceso educativo deportivo.

La consolidación de un enfoque interdisciplinario es otro pilar indispensable. La coordinación sistemática entre psicólogos, médicos, nutricionistas, preparadores físicos, representantes y cuerpos técnicos permite abordar al futbolista como un sujeto integral, evitando intervenciones aisladas y mejorando la calidad del diagnóstico, la planificación y el acompañamiento.

Finalmente, la visibilización pública de la salud mental —desde testimonios de futbolistas hasta campañas institucionales— contribuye a la desestigmatización y habilita un clima cultural más receptivo a la intervención temprana. A medida que jugadores jóvenes expresan sus emociones y experiencias en medios y redes sociales, se observa un cambio cultural que empieza a disolver barreras históricas y favorece prácticas más empáticas, responsables y basadas en evidencia.

En conjunto, estos elementos delinean un escenario donde la Psicología del Deporte puede consolidarse como un componente estructural del fútbol uruguayo. La transición hacia un modelo institucionalizado, preventivo y basado en evidencia resulta imprescindible para responder a las demandas del alto rendimiento contemporáneo, fortalecer el bienestar integral de los deportistas y construir entornos deportivos más seguros, profesionales y sostenibles.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 65-66
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EXPECTATIVAS VS. REALIDAD EN EL FÚTBOL JUVENIL URUGUAYO

Dra. Verónica Tutte

Universidad Católica del Uruguay

vtutte@ucu.edu.uy

Objetivo. La ponencia presentada en el simposio tuvo como propósito analizar la brecha entre las expectativas familiares/sociales que rodean al fútbol juvenil uruguayo y la realidad estadística, emocional y formativa que enfrentan los jóvenes. Desde la experiencia clínica y de campo, se buscó comprender las consecuencias psicológicas de esta desconexión y proponer intervenciones orientadas al desarrollo integral del futbolista juvenil.

Introducción / Marco contextual. El fútbol en Uruguay es un fenómeno sociocultural de enorme magnitud: cerca de 60.000 niños participan cada año en baby fútbol, con más de 100.000 partidos disputados anualmente y alrededor de 300.000 personas movilizadas semanalmente. El país cuenta con aproximadamente 160.000 futbolistas entre categorías formativas y adultas, y en muchos hogares el fútbol se percibe como una vía legítima de ascenso social. Sin embargo, menos del 1 % alcanza el profesionalismo (FIFPRO, 2023), mientras que el 99 % restante debe reorientar su proyecto de vida. Esta tensión entre deseo y realidad genera un caldo de cultivo emocional que impacta de forma directa en el bienestar de los jóvenes.

Resultados / Aportes principales. La presión familiar constituye uno de los factores más relevantes: muchos adolescentes internalizan el mandato de «salvar a la familia» (Chalela, 2008), lo que incrementa la ansiedad, el miedo al fracaso y la autoexigencia extrema. Cuando el rendimiento no se ajusta a la expectativa o se produce la desvinculación deportiva, emergen frustración, tristeza, pérdida de identidad, síntomas ansiosos o depresivos, y dificultades para transitar el duelo de-

portivo (McKay et al., 2021). Esto se exacerba por la falta de apoyo sistemático: solo la mitad de los clubes de la Asociación Uruguaya de Fútbol (AUF) cuenta con psicólogos/as deportivos/as, dejando a muchos jóvenes sin contención profesional para afrontar las transiciones. Las intervenciones sugeridas incluyen: fortalecimiento de la identidad del joven más allá del resultado; desarrollo de habilidades emocionales (regulación, tolerancia a la frustración, resiliencia); acompañamiento vocacional y promoción del modelo de doble carrera; entrenamiento psicológico en foco atencional, autoconfianza y manejo de presiones internas/externas; trabajo articulado con entrenadores; y formación específica para familias sobre expectativas realistas y apoyo saludable. Estas acciones, implementadas desde la psicología del deporte, permiten transitar las exigencias competitivas sin comprometer el bienestar, y sostener trayectorias más saludables dentro o fuera del alto rendimiento.

Conclusión. La distancia entre expectativa y realidad no solo afecta la continuidad deportiva, sino también la salud mental y el proyecto vital de miles de jóvenes. La psicología del deporte cumple un rol indispensable para acompañar estas trayectorias, integrar lo humano a lo deportivo y construir entornos donde sea posible «formar personas» además de futbolistas.

Referencias

FIFPRO. (2023). *Player workload monitoring 2023: Final report*. FIFPRO. https://media.fifpro.org/media/rtqfmtmp/fifpro_pwm2023_final.pdf

McKay, A., Cropley, B., Mullen, R., Shearer, D., & Hanton, S. (2021). Psychosocial demands and situational properties of the club-to-international transition in male youth football. *Journal of Applied Sport Psychology, 34*, 1-23. https://doi.org/10.1080/10413200.2021.1972495.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 67-68
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DESARROLLO DEL TALENTO DEL JOVEN DEPORTISTA

David Llopis Goig[1,2], Julia Montero Monzó[1], Estela Arlegui Largo[1], y Javier Calduch Rochina[1]

[1]Grupo de Investigación SportLab, [2]Florida Universitaria

dllopisgoig@gmail.com, jmonteromonzo@gmail.com, earlegui.psicologia@gmail.com, jcalduchrochina@gmail.com

Resumen. El desarrollo del talento en el joven deportista se concibe como un desafío complejo que requiere integrar y coordinar a todos los agentes que intervienen en su formación. Resulta fundamental que las intervenciones, tanto formales como informales, mantengan una coherencia que garantice un proceso de desarrollo deportivo continuo y facilite la consecución del máximo rendimiento.

Desde esta premisa, el modelo del grupo de investigación *SportLab* de Florida Universitària se presenta como una propuesta aplicada y en constante actualización, sustentada en el conocimiento de la psicología y de otras ciencias del deporte, así como en más de treinta años de aplicación en diferentes contextos deportivos. Su objetivo central es acompañar a los jóvenes en el tránsito hacia el profesionalismo, integrando rendimiento y bienestar, y promoviendo al mismo tiempo una cultura de mejora permanente.

Este modelo se articula en seis pilares fundamentales. En primer lugar, la concepción de lo que implica ser deportista, reconociendo al joven como un sujeto activo de su aprendizaje, capaz de autorregularse, asumir responsabilidades y encontrar sentido al esfuerzo cotidiano. En segundo lugar, la visión de lo que significa ser entrenador, entendido no únicamente como especialista en contenidos técnicos o tácticos sino como un agente formativo y relacional con una influencia decisiva en la trayectoria del deportista. En tercer lugar, la visión de los que constituye un equipo, donde la seguridad psicológica, la aceptación y el sentido se constituyen en elementos esenciales para la construcción de equipo que puedan alcanzar el máximo rendimiento y desarrollo colectivo.

El cuarto pilar se centra en el modelo de aprendizaje deportivo, que permite reconocer el momento en el que se está respecto al aprendizaje y definir las estrategias de intervención adecuadas según sus necesidades. El quinto pilar lo constituye el modelo de optimización del rendimiento

que integra las variables que influyen y modulan el aprendizaje y la ejecución en la competición. Finalmente, el sexto pilar aborda la identificación de los momentos clave del entrenamiento y la competición desde la perspectiva psicológica, subrayando que la preparación mental debe estar presente a lo largo de todo el proceso y no solo en la competición.

Este modelo de trabajo favorece la construcción de un lenguaje común y una forma compartida de entender el desarrollo del talento y el rendimiento deportivo por parte de los entrenadores, preparadores físicos, psicólogos, familias, directivos y el propio deportista. Esta visión compartida constituye una de las aportaciones centrales del modelo y permite alinear expectativas, trasmitir mensajes coherentes y fortalecer la percepción de apoyo social, lo cual repercute en el propio deportista y su proceso de desarrollo.

A estos fundamentos se suma un marco operativo que concibe el desarrollo del talento como un proceso dinámico y cíclico, organizado en fases que orienta la intervención con el jugador. En primer lugar, se prioriza el conocimiento del jugador y su entorno mediante la recogida de información personal, deportiva y contextual. posteriormente, se realiza el análisis de la información para elaborar un perfil individualizado que oriente el establecimiento adecuado de objetivos. Sobre esta base, se diseña un plan de acción o plan de mejora individual, que se integra en la dinámica de entrenamiento y de interacciones con el deportista. El proceso se sostiene mediante un acompañamiento continuo. Finalmente, la evaluación que permite valorar los avances, introducir ajustes y reiniciar el ciclo en clave de mejora continua.

En definitiva, el modelo de *SportLab* se configura como un marco integrador que combina fundamentos teóricos y experiencia práctica, ofreciendo un enfoque sistémico y sostenible para el desarrollo del talento deportivo. La articulación de sus pilares conceptuales, las fases operativas del proceso y la generación de un lenguaje común compartido sitúan a la psicología como eje vertebrador en la construcción de trayectorias deportivas exitosas, equilibradas y orientadas al rendimiento sostenible en el tiempo.

Referencias

Llopis, D. (2020). Fútbol y aprendizaje: el papel del entrenador. En *Fútbol y Neurociencia (parte 1)*. Amazon.

Llopis, D. (2021). Aprendiendo a competir a partir de la propia experiencia: El trabajo psicológico. En R. Brandão, J. Dosil, A. Viñolas y R. Domínguez (Eds.), *Píldoras solidarias: Estrategias psicológicas en el deporte para afrontar momentos de crisis*. Xunta de Galicia.

Llopis, D. (2023). *Psicología y Fútbol. Aplicaciones prácticas para alcanzar el máximo rendimiento*. Ediciones Tutor.

Llopis, D., Gómez, S., Montero, J., Berbís, P. y Cabrera, M. (2020). El área de psicología de la escuela de fútbol del Levante UD. En *Libro de resúmenes del III Congreso Internacional sobre Fútbol, Fútbol Sala y Psicología* (Santiago de Compostela, 30–31 de mayo y 1 de junio de 2019). Servizo de Publicacións e Intercambio Científico da Universidade de Santiago de Compostela.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 69-70
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DESARROLLO DE LAS COMPETENCIAS DEL/DE LA ENTRENADOR/A EXCELENTE

Julia Montero Monzó[1], David Llopis Goig[1,2], Estela Arlegui Largo[1], y Javier Calduch Rochina[1]

[1]Grupo de Investigación SportLab, [2]Florida Universitaria

dllopisgoig@gmail.com, jmonteromonzo@gmail.com, earlegui.psicologia@gmail.com, jcalduchrochina@gmail.com

Resumen. Planteamos una propuesta basada en nuestra experiencia para acompañar el desarrollo profesional de entrenadores y entrenadoras, integrando un enfoque progresivo que va más allá de la capacidad técnica. Es fundamental tener en cuenta las competencias interpersonales e intrapersonales, así como las competencias emocionales, cuando hablamos de entrenadores/as excelentes. Planteamos un modelo evolutivo que se compone de tres fases, por las que los/as entrenadores/as transitan y se desarrollan, y que van desde el dominio de las tareas y la planificación, hasta alcanzar su propio desarrollo personal, pasando por la conexión con las personas y la gestión de grupos.

Inicialmente, los/as entrenadores/as confían en la planificación de tareas como eje principal para que los entrenamientos sean útiles y los/as deportistas aprendan y se desarrollen. Este ámbito es en el que los/as entrenadores/as se sienten seguros/as, puesto que es lo que dominan, su zona de confort. Además, en muchas ocasiones sienten que dominar este aspecto es lo que les dará mayor valor profesional. No obstante, aunque planifiquen tareas de calidad y dediquen mucho tiempo y esfuerzo a ello, perciben que estas no conectan suficientemente con el equipo o los/as deportistas. Este enfoque, aunque necesario, resulta insuficiente para generar impacto en el aprendizaje y en la cohesión del grupo; y ahí es cuando los/as entrenadores/as se adentran en la segunda fase.

Esta segunda fase implica un cambio de foco hacia las personas –en este caso, los/as deportistas– y la gestión emocional del grupo –el equipo–. Los/as entrenadores/as se interesan por aspectos como la empatía, la comunicación, el liderazgo, la motivación, el clima del equipo, etc., entendiendo que su influencia va más allá de aspectos técnicos. Aparecen preguntas relacionadas con cómo se sienten los/as deportistas, cuáles son sus necesidades o cómo generar un clima positivo y motivador que facilite el rendimiento del equipo.

En este punto del camino, se dan cuenta de cómo sus propias necesidades, su manera de pensar o su estado de ánimo tienen una gran influencia en lo que ocurre en el equipo. Nos encontramos entonces en la tercera fase, en la que los/as entrenadores/as se centran en su propio desarrollo personal, en el autoconocimiento. En esta fase se trata de comprender sus valores, emociones y reacciones para liderar desde la reflexión y no desde el ego. Y esto se traduce en un estilo de liderazgo basado en la autenticidad y en la capacidad de inspirar desde la conciencia, más allá de la imposición o del control.

El papel de los/as profesionales que acompañamos este recorrido consiste en facilitar espacios de reflexión y aprendizaje adecuados en cada fase, adaptándonos al ritmo de desarrollo de cada entrenador/a. En la etapa inicial, planteamos preguntas que ayuden a considerar el componente humano detrás de la tarea; en la segunda etapa, generamos espacios para trabajar competencias emocionales, seguridad relacional y reflexión compartida; y en la última, promovemos el conocimiento profundo de las propias creencias, necesidades, emociones y liderazgo desde la conciencia.

En definitiva, la excelencia de un entrenador o una entrenadora no se define únicamente por su conocimiento técnico o su capacidad metodológica, sino por su habilidad para inspirar y acompañar desde una mirada consciente, empática y auténtica, que tiene en cuenta las necesidades de los/as deportistas y el equipo. Cuando el/la entrenador/a evoluciona a nivel personal, esa transformación se proyecta en el equipo, favoreciendo tanto el rendimiento deportivo como el aprendizaje y el desarrollo personal de cada deportista.

Referencias

Castillo, I. M., González, L., Fabra, P., Mercé, J., & Balaguer, I. (2023). El estilo transformacional del entrenador/a como facilitador de la identidad social de jóvenes jugadores/as de baloncesto: el papel mediador de las necesidades psicológicas básicas. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 23*(2), 12–25. https://doi.org/10.6018/cpd.551961

Maestre, M. (2019). *El Perfil del Entrenador Excelente. Un análisis en los clubes de fútbol de categoría infantil, cadete y juvenil* [Tesis doctoral, Universidad de Murcia].

Maestre, M., Garcés de los Fayos, E. J., Ortín, F. J., & Hidalgo, M. D. (2018). El perfil del entrenador excelente en fútbol base. Un estudio mediante grupos focales. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 18*(3), 112-128. https://revistas.um.es/cpd/article/view/338791

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 71-72
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CLAVES PARA POTENCIAR EL RENDIMIENTO EN LOS EQUIPOS

Estela Arlegui Largo[1], Javier Calduch Rochina[1], David Llopis Goig[1,2] y Julia Montero Monzó[1]

[1]Grupo de Investigación SportLab, [2]Florida Universitaria

dllopisgoig@gmail.com, jmonteromonzo@gmail.com, earlegui.psicologia@gmail.com, jcalduchrochina@gmail.com

En esta ponencia presentamos nuestra visión sobre los factores psicológicos que influyen en el rendimiento de los equipos deportivos. Partimos de la idea de que el éxito colectivo no depende únicamente de la preparación física, técnica o táctica, sino también de la construcción consciente de un entorno psicológico sólido y compartido. Consideramos que este enfoque permite reducir conflictos internos, fortalecer la convivencia y optimizar la respuesta del grupo en situaciones de alta exigencia competitiva.

Nuestro modelo de intervención se organiza en torno a tres necesidades fundamentales: **seguridad, aceptación y sentido**, que entendemos como pilares para la cohesión y la eficacia del equipo.

1. **Seguridad**: entendida como la creación de un marco estable que brinde a los/as deportistas certidumbre y claridad respecto a las expectativas de comportamiento y rendimiento. Para ello trabajamos tanto con normas institucionales (reglamentos de club) como con normas específicas de equipo, siempre construidas de manera consensuada. Defendemos que este proceso colectivo favorece la adhesión genuina y reduce resistencias. Además, insistimos en la importancia de consensuar el significado de conceptos clave (como puntualidad, disciplina o respeto), ya que aclarar estas diferencias previene conflictos y refuerza la identidad compartida.

2. **Aceptación**: entendida como la integración de cada miembro en el grupo a través de tres componentes esenciales: confianza, cohesión y comunicación. La confianza facilita que los/as jugadores/as se arriesguen y aprendan de los errores sin temor a ser juzgados; la cohesión actúa como la fuerza que mantiene unido al equipo, tanto en lo social como en lo funcional; y la comunicación, más allá de lo técnico, permite gestionar emociones, resolver conflictos y generar un clima de transparencia. Consideramos que la pretemporada constituye un momento idóneo para asentar estas dinámicas, mediante convivencias, dinámicas de grupo y la construcción del perfil de rendimiento colectivo.
3. **Sentido**: definido como la capacidad del grupo de dotar de propósito a su esfuerzo. Este pilar se concreta en la definición conjunta de objetivos claros y alcanzables, en la asunción de compromisos colectivos y en la construcción de una identidad de equipo basada en valores consensuados. Cuando los/as jugadores/as entienden no solo qué deben hacer, sino también por qué lo hacen, se incrementan la motivación y la resiliencia frente a la adversidad.

La creación de un entorno psicológico favorable es un **proceso dinámico y permanente**. Aunque muchas de estas bases se establecen en la pretemporada, la evolución de la competición (lesiones, resultados, cambios tácticos o presiones externas) exige ajustes continuos. En conclusión, defendemos que el desarrollo del talento deportivo exige un trabajo psicológico sistemático y coordinado, orientado a fortalecer el marco grupal que potencia tanto el rendimiento individual como el colectivo.

Referencias

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68

Marí, P. (2017). *Liderar Equipos Comprometidos*. Plataforma Editorial.

Marí, P. (2019). *Equipos Campeones*. Plataforma Editorial.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 73-75
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

MOMENTOS CLAVE DEL ENTRENAMIENTO Y LA COMPETICIÓN

Javier Calduch Rochina[1], David Llopis Goig[1,2], Estela Arlegui Largo[1], y Julia Montero Monzó[1]

[1]Grupo de Investigación SportLab, [2]Florida Universitaria

dllopisgoig@gmail.com, jmonteromonzo@gmail.com, earlegui.psicologia@gmail.com, jcalduchrochina@gmail.com

La presente ponencia aborda un modelo de intervención psicológica centrado en el desarrollo integral del talento futbolístico, sustentado en la experiencia profesional aplicada y en la premisa de influir sin dirigir. El objetivo es ofrecer una psicología del deporte más humana, empática y adaptada a los desafíos del fútbol contemporáneo, donde el conocimiento no se impone, sino que se comparte. Se analizan las fases críticas del proceso deportivo: preparación del entrenamiento, desarrollo del entrenamiento, preparación de la competición y momento de partido, destacando las funciones del psicólogo deportivo en cada una. Finalmente, se subraya el valor de la experiencia aplicada como herramienta para construir contextos de influencia positiva y sostenible en la formación de jugadores y equipos.

La psicología del deporte ha evolucionado desde un enfoque centrado exclusivamente en el rendimiento hacia un paradigma más amplio, donde el bienestar integral y el desarrollo del talento ocupan un lugar central. En el fútbol, la intervención psicológica debe adaptarse a múltiples actores: jugadores, entrenadores, familias, directivos y equipos técnicos.

En este contexto, se propone un modelo de intervención basado en la influencia frente a la dirección, en el cual el psicólogo deportivo actúa como facilitador de procesos de aprendizaje y crecimiento, respetando la autonomía del deportista. Tal como han señalado investigaciones recientes, el estilo transformacional de liderazgo (Castillo et al., 2023) y el perfil del entrenador excelente (Maestre et

al., 2018; Maestre, 2019) encuentran puntos de convergencia con este enfoque, al priorizar la influencia positiva, la motivación intrínseca y la satisfacción de necesidades psicológicas básicas.

El conocimiento constituye la base del modelo. No se trata únicamente de acumular información teórica, sino de saber aplicarla de forma contextualizada, práctica y empática. El psicólogo deportivo se convierte en un agente de influencia, capaz de integrar la dimensión psicológica en la preparación física, técnica y táctica del futbolista en los diferentes momentos claves de la semana.

La primera es la preparación del entrenamiento. En esta etapa, la labor del psicólogo es crear entornos de aprendizaje que potencien habilidades mentales como la concentración, la autoconfianza y la regulación emocional. La intervención se centra en generar transversalidad, vinculando las tareas de entrenamiento con recursos psicológicos adaptados al ritmo y a las necesidades del equipo. Tras ello tenemos el momento durante el entrenamiento en el que el trabajo psicológico se manifiesta en la observación, el feedback positivo y la gestión de los roles individuales. La observación psicológica es entendida como una herramienta rigurosa que permite extraer información valiosa en tiempo real.

Otro momento clave es la preparación de la competición. En el contexto de la alta exigencia, la psicología se orienta a disminuir la ansiedad precompetitiva y reforzar rutinas mentales que preparen al deportista para escenarios de presión. Aspectos como la convocatoria, las decisiones técnicas y los tiempos de preparación son abordados desde una óptica psicológica, con el objetivo de favorecer la estabilidad emocional y el rendimiento. Finalmente, el momento de partido en el que la intervención se caracteriza por su sutileza y orientación estratégica. Se fomenta la autonomía del jugador, promoviendo la toma de decisiones bajo presión y el autocontrol en momentos críticos. Aquí, el psicólogo no dirige, sino que influye indirectamente a través del trabajo previo y la preparación contextual.

El modelo presentado se diferencia de enfoques tradicionales más autoritarios, proponiendo un cambio de paradigma hacia la influencia positiva. Este planteamiento converge con las tendencias actuales en psicología del deporte que promueven un liderazgo transformacional, capaz de generar identidad, cohesión y motivación intrínseca en los equipos (Castillo et al., 2023).

Asimismo, conecta con la necesidad de redefinir el rol del entrenador y del psicólogo en el fútbol base y profesional. Estudios como los de Maestre (2018, 2019) ponen de relieve que los entrenadores excelentes no imponen, sino que orientan y acompañan, lo cual encaja con el principio de influir sin dirigir.

El fútbol plantea retos específicos: la presión del entorno, las expectativas sociales, la exposición mediática y la necesidad de resultados inmediatos. En este

sentido, la psicología del deporte debe trascender al jugador individual y ser transversal, alcanzando a entrenadores, familias y estructuras de gestión.

Referencias

Castillo, I. M., González, L., Fabra, P., Mercé, J., & Balaguer, I. (2023). El estilo transformacional del entrenador/a como facilitador de la identidad social de jóvenes jugadores/as de baloncesto: el papel mediador de las necesidades psicológicas básicas. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 23*(2), 12–25. https://doi.org/10.6018/cpd.551961

Llopis, D. (2023). *Psicología y Fútbol. Aplicaciones prácticas para alcanzar el máximo rendimiento.* Ediciones Tutor.

Maestre, M. (2019). *El Perfil del Entrenador Excelente: un análisis en los clubes de fútbol de categoría infantil, cadete y juvenil* [Tesis doctoral]. Universidad de Murcia. https://portalinvestigacion.um.es/investigadores/331064/tesis

Maestre, M., Garcés de los Fayos, E. J., Ortín, F. J., & Hidalgo, M. D. (2018). El perfil del entrenador excelente en f*útbol* base. Un estudio mediante grupos focales. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 18*(3), 112-128. https://revistas.um.es/cpd/article/view/338791

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 76-82
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DE LAS CONDUCTAS FINALES DE ATAQUE EN LA SELECCIÓN NACIONAL DE FÚTBOL

José Sevillano Aragón[1], Juan Pablo Morillo Baro[1], Sabina Tamara Rodriguez[1], Rafael E. Reigal[1], Diogo Monteiro[2] y Antonio Hernández Mendo[1]

[1]Universidad de Málaga, España, [2]Instituto Politécnico de Leiria, Portugal

sabinatrodriguez@gmail.com

Introducción. El análisis del rendimiento en el fútbol ha evolucionado significativamente en las últimas décadas, incorporando metodologías que permiten comprender la complejidad de la interacción motriz y la toma de decisiones en contextos competitivos. En este sentido, la metodología observacional se ha consolidado como un enfoque clave para el estudio del comportamiento deportivo en situaciones reales de juego. Los deportes colectivos se caracterizan fundamentalmente por presentar dinámicas con una alta interacción motriz y variabilidad en las diversas acciones de juego (Gonçalves et al., 2017). Por ello, resulta fundamental identificar las conductas exitosas para mejorar el rendimiento (Prudente et al., 2017). Específicamente, el rendimiento en el fútbol 11 es producto de la interacción motriz (Mićović et al., 2023), teniendo en cuenta aspectos físicos, técnicos y tácticos (Liu et al., 2016). Con respecto a su relevancia, el fútbol 11 es un deporte en evolución constante que ha experimentado cambios en los estilos ofensivos de juego durante los últimos años (Barreira et al., 2015). Así, se le ha dado un gran valor a la creación ofensiva y al empleo de tácticas innovadoras que favorezcan al juego de ataque. Por su parte, la Metodología Observacional en el fútbol resulta muy útil para estudiar aspectos técnicos tácticos. Se han realizado diversas investigaciones en esta línea. Algunos estudios se centran en fases específicas del juego observando las finalizaciones exitosas en distintos equipos (Mundial 2018 y *Champions League* 2021) y empleando la metodología observacional, tal y como se realiza en la presente inves-

tigación. La Metodología Observacional es un procedimiento científico que, según los objetivos planteados para la investigación, permite identificar la manifestación de distintas conductas perceptibles (Anguera y Hernández-Mendo, 2013; 2014). La recogida de datos e información perceptible se produce directamente a través de la observación de los participantes en contextos naturales y habituales, es decir, en entrenamientos y competiciones. Estas conductas se registran de forma sistemática empleando una herramienta diseñada específicamente y con parámetros adecuados. El objetivo del presente estudio fue analizar las conductas finales de ataque en la selección nacional de fútbol, mediante la aplicación de la técnica de Coordenadas Polares, con el fin de identificar las relaciones entre las conductas que finalizan en éxito de la Selección Española de Fútbol en la UEFA EURO 2024.

Método. *Diseño*. La herramienta fue diseñada ad hoc utilizando un diseño observacional, de carácter nomotético, de seguimiento y multidimensional (Anguera et al., 2011), adecuado para el análisis del comportamiento en contextos deportivos reales.
Participantes. La muestra estuvo compuesta por 7 partidos de la selección nacional de fútbol en competición oficial, analizándose las acciones correspondientes a las fases finales de ataque.

Tabla 1. Partidos de la Selección Española de Fútbol en la UEFA euro 2024

Fase	Fecha	Partido	Resultado
Fase de grupos	15/6/24	España-Croacia	3-0
	20/6/24	España-Italia	1-0
	24/6/24	Albania-España	0-1
Octavos de final	30/6/24	España-Georgia	4-1
Cuartos de final	5/7/24	España-Alemania	2-1
Semifinal	9/7/24	España-Francia	2-1
Final	14/7/24	España-Inglaterra	2-1

Instrumentos. Se emplearon los siguientes instrumentos: *Software HOISAN* (Hernández-Mendo, 2012, 2014): realizar las observaciones, realizar los análisis de calidad del dato y de Coordenadas Polares. *Software SAGT* (Hernández-Mendo

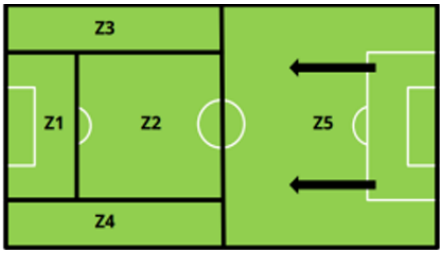
et al., 2012, 2016): Análisis de Generalizabilidad. *Programa R* (Rodríguez-Medina et al., 2019): optimizar la representación vectorial del Análisis de Coordenadas Polares. Se diseñó *una herramienta de observación ad hoc*, mediante la combinación del formato de campo y sistemas de categorías exhaustivas y mutuamente excluyentes. Es un instrumento de observación creado y validado por Morillo-Baro et al. (2022). Constituido por 8 criterios y 59 categorías. La unidad de observación para llevar a cabo el registro fue la secuencia de acción de finalización, definida en este estudio desde el momento en que el jugador atacante lleva a cabo el último pase hasta que se produce un disparo (Tabla 2).

Tabla 2. Criterios, categorías y sistemas de codificación de la herramienta de observación (Morillo-Baro et al., 2022)

CRITERIO	ÚLTIMO PASE DE	FINALIZADOR	ÁREA DE FINALIZACIÓN	TIPO DE LANZAMIENTO	RESULTADO DEL LANZAMIENTO	TIEMPO DE PARTIDO	MARCADOR	TÁCTICAS
CATEGORÍA	UPPO	FIPOR	ZF1	LPSIOP	GOL	M0-15	EMP	TLIB
	UPCE	FICE	ZF2	LPCOP	NGDE	M16-30	GA1+	SADE
	UPLD	FILD	ZF3	LCSIOP	NGPA	M31-45	GGA2+	CONT
	UPLI	FILI	ZF4	LCCOP	NGFU	MAD1	PI1-	JELB
	UPPIV	FIPIV	ZF5	LTRON	NGPO	M46-60	PI2-	BLAR
	UPMED	FIMED			NGPE	M61-75		DESP
	UPMEP	FIMEP				M76-90		PEN
	UPEXD	FIEXD				MAD2		
	UPEXI	FIEXI				PRG		
	UPDE	FIDE				MPEN		
	UPNO							

En la figura 1 se pueden observar las zonas de finalización delimitadas para la herramienta:

Figura 1. Zonas de finalización



Procedimiento

Análisis de calidad del dato. La fiabilidad interobservador e intraobservador fue estimada usando el HOISAN (Hernández-Mendo et al., 2012, 2014) (Tabla 3).

Tabla 3. Resultados de los coeficientes de correlación Pearson, Spearman y Tau b de Kendall y el índice de concordancia Kappa de Cohen.

Coeficientes de correlación		
Coeficiente	Concordancia Intraobservador	Concordancia Interobservador
Pearson	.99	.98
Spearman	.96	.85
Tau b de Kendall	.97	.92
Índice de concordancia		
Kappa de Cohen	.97	.91

Análisis de generalizabilidad. Se aplicó mediante el software informático SAGT, se ha establecido un diseño de dos facetas (categorías y observadores = C/O) para determinar la fiabilidad intra e interobservador, obteniendo en ambos casos resultados excelentes en ambos coeficientes, 0.985 intraobservador y 0.973 interobservador. Complementan los análisis de la Calidad del dato.

Análisis de Coordenadas Polares. El Análisis de Coordenadas Polares (CP) es uno de los análisis propios de la Metodología Observacional. Mediante esta herramienta se genera un mapa interrelacional entre las conductas, apoyado en un planteamiento de carácter secuencial se complementa con una perspectiva prospectiva y otra retrospectiva. El análisis de CP relaciona una conducta (focal) con el resto de la herramienta activando o inhibiendo su aparición tanto en perspectiva prospectiva como retrospectiva. A partir de los valores *z* hallados como índices relativos de dependencia secuencial en las perspectivas prospectiva y retrospectiva se aplica una potente técnica de reducción de datos mediante el estadístico *Zsum*. El estadístico *Zsum* muestra si hay dependencia excitatoria o inhibitoria. Mediante el análisis de CP, se realiza una vectorización del comportamiento, caracterizado por 4 cuadrantes distintos. La ubicación del vector a través del ángulo determina la naturaleza de

la relación: activación o inhibición. La longitud del módulo determina si la relación es significativa o no: mayor o igual a 1.96. Dicho análisis, permite comprender la evolución de las mencionadas relaciones tanto en su significación como en su naturaleza; lo que puede tener implicaciones técnico-tácticas para los entrenadores; por ejemplo, sugiriendo el entrenamiento de las mismas.

Resultados. En el análisis de coordenadas polares se han seleccionado 2 categorías de la herramienta como conductas focales: juego elaborado y balón largo intencionado, dentro del criterio tácticas. Dicha elección se debe a ser consideradas las que pueden otorgar unos resultados más representativos para describir la táctica de juego empleada respecto a las finalizaciones exitosas y su creación en fútbol 11. Los resultados establecieron relaciones significativas entre las conductas focales y las conductas de apareo. Destacando en el cuadrante I (mutua excitación) para el juego elaborado la presencia de las conductas de apareo, perdiendo por un gol y último pase del central. Mientras que la conducta focal balón largo muestra relación significativa con las conductas ganando por un gol, último pase del lateral izquierdo y lanzamiento de cabeza con oposición. En el cuadrante III (mutua inhibición) para el juego elaborado destaca la categoría ganando por un gol o dos goles o más. Para el balón largo intencionado se muestra la categoría perdiendo por un gol. En las siguientes figuras (4 y 5) podemos observar la representación mediante el programa R del plano vectorial para ambas tácticas seleccionadas como conductas focales.

Figura 4. JELB

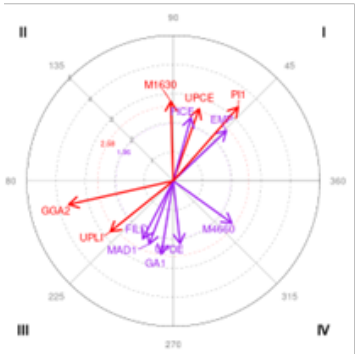
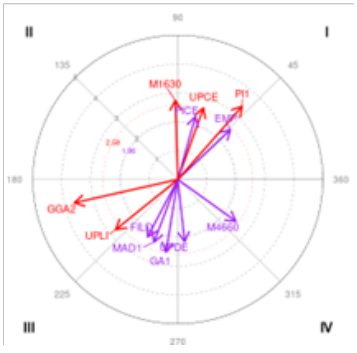


Figura 5. BLAR



Conclusiones. El estudio permite identificar patrones relevantes en las conductas finales de ataque, destacando la influencia del contexto competitivo en la organización ofensiva. La aplicación de la técnica de coordenadas polares ha permitido profundizar en la comprensión de las relaciones entre conductas, aportando información de utilidad para:

— El diseño de tareas de entrenamiento específicas

— La optimización del rendimiento ofensivo

— El análisis táctico aplicado al fútbol de élite

Referencias

Anguera, M. T., Blanco-Villaseñor, A., Hernández-Mendo, A., & López-López, J. A. (2011). Diseños observacionales: ajuste y aplicación en psicología del deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 11*(2), 63–76. https://revistas.um.es/cpd/article/view/133241

Anguera, M. T., & Hernández-Mendo, A. (2013). La metodología observacional en el ámbito del deporte. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte, 9*(3), 135–160. http://ojs.e-balonmano.com/index.php/revista/article/view/139

Anguera, M. T., & Hernández-Mendo, A. (2014). Metodología observacional y psicología del deporte: Estado de la cuestión. *Revista de Psicología del Deporte, 23*(1), 103–109. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4872359

Gonçalves, B., Esteves, P., Folgado, H., Ric, A., Torrents, C., & Sampaio, J. (2017). Effects of pitch area restrictions on tactical behavior, physical, and physiological performances in soccer large-sided games. *Journal of Strength and Conditioning Research, 31*(9), 2398–2408. https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001700

Hernández-Mendo, A., Blanco-Villaseñor, A., Pastrana-Brincones, J. L., Morales-Sánchez, V., & Pérez, F. J. (2016). SAGT: Programa informático para análisis de generalizabilidad. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 11*(1), 77–89. https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5287982

Hernández-Mendo, A., López-López, J. A., Castellano, J., Morales-Sánchez, V., & Pastrana-Brincones, J. L. (2012). HOISAN 1.2: Programa informático para uso en metodología observacional. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 12*(1), 55–78. https://revistas.um.es/cpd/article/view/162641

Liu, H., Gómez, M. A., Lago-Peñas, C., & Sampaio, J. (2016). Match statistics related to winning in the group stage of 2014 Brazil FIFA World Cup. *Journal of Sports Sciences, 34*(12), 1145–1151. https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1022578

Morillo-Baro, J. P., Reigal, R. E., Ruiz-López, J. A., Vázquez-Diz, J. A., Morales-Sánchez, V., & Hernández-Mendo, A. (2022). Finalization actions of the finalist teams in

the Soccer World Cup 2018: A study with polar coordinates. *Quality & Quantity, 56*(2), 779–792. https://doi.org/10.1007/s11135-021-01151-5

Prudente, J., Sousa, D., Sequeira, P., López-López, J. A., & Hernández-Mendo, A. (2017). Analizando la influencia del tiempo de juego y puntuación parcial en el comportamiento táctico en el duelo 2 vs. 2 en balonmano mediante coordenadas polares. *Anales de Psicología, 33*(3), 515–529. http://hdl.handle.net/10201/72705

Rodríguez-Medina, J., Arias, V., Arias, B., Hernández-Mendo, A., & Anguera, M. T. (2019). *Polar coordinate analysis, from HOISAN to R: A tutorial paper.* https://github.com/jairodmed/HOISAN_to_R

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 83-85
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

FÚTBOL BASE: ANÁLISIS DE LAS CONDUCTAS DE FINALIZACIÓN MEDIANTE COORDENADAS POLARES

Francisco Ortega Escobar[1], Juan Pablo Morillo Baro[1], Carolina Sánchez García[2], Yarisel Quiñones[1], Susana de los Reyes López[3], Lucía Poyato Fraguero[1] y Verónica Morales Sánchez[1]

[1]*Universidad de Málaga,* [2]*Universidad del Atlántico Medio,* [3]*Universidad Europea, Madrid*

Carolina.sanchez@pdi.atlanticomedio.es

Introducción. El estudio del fútbol base constituye un eje central dentro de las ciencias del deporte, no solo por su dimensión lúdica, sino por su papel determinante en las primeras fases del desarrollo del talento. En este contexto, la transición entre el fútbol 7 y el fútbol 11 trasciende una simple modificación en el número de jugadores o en el espacio de juego, implicando una transformación sustancial de las exigencias cognitivas, técnicas y tácticas que el joven futbolista debe afrontar. La evidencia científica reciente destaca que el fútbol 7 proporciona un entorno especialmente favorecedor para el aprendizaje, al incrementar la frecuencia de contacto con el balón y la densidad de situaciones decisionales, factores clave en la consolidación de patrones motores complejos. No obstante, la eficacia de este proceso formativo depende en gran medida de la implementación de enfoques metodológicos que superen los modelos tradicionales y se apoyen en sistemas de análisis del rendimiento capaces de objetivar la dinámica real del juego. En este marco, la finalización se configura como un indicador prioritario de eficacia, al sintetizar el rendimiento ofensivo en términos de consecución del objetivo competitivo.

Método. La metodología observacional en el deporte se consolida como un enfoque imprescindible para el análisis del rendimiento en contextos competitivos reales, al permitir el estudio sistemático de conductas sin alterar la dinámica natural del juego. Su aplicación en entornos ecológicos garantiza una alta validez externa, ya

que los comportamientos registrados responden a las verdaderas demandas de la competición. En este sentido, el análisis observacional no solo constituye una herramienta rigurosa desde el punto de vista científico, sino que también facilita la construcción de instrumentos específicos *ad hoc*, adaptados a las particularidades del deporte y del objeto de estudio. Esta capacidad de operacionalizar la realidad competitiva convierte a la metodología observacional en un pilar fundamental para la comprensión profunda de los procesos tácticos y conductuales que subyacen al rendimiento deportivo.

Desde una perspectiva epistemológica, la investigación se sustenta en la Metodología Observacional. El diseño adoptado responde a una estructura idiográfica, de seguimiento y multidimensional (I/S/M), lo que permite abordar el comportamiento del delantero desde una óptica integral sin renunciar a la precisión analítica. Este enfoque facilita el registro diacrónico de las acciones de finalización, incorporando la variabilidad inherente al juego dentro del modelo de análisis. El objetivo principal del estudio consistió en examinar la estructura relacional de dichas conductas en equipos de formación de alto nivel, concretamente el Sevilla FC y el Real Betis Balompié, mediante el uso del análisis de coordenadas polares, técnica que permite identificar relaciones de activación o inhibición entre eventos conductuales.

En el plano procedimental, se diseñó y validó un instrumento de observación específico, estructurado a partir de formatos de campo y sistemas de categorías exhaustivas y mutuamente excluyentes (E/ME). Este instrumento contempló variables de distinta naturaleza, desde configuraciones tácticas globales hasta aspectos microestructurales de la ejecución técnica, incluyendo las zonas de último pase, las zonas de finalización, el tipo de golpeo y la segmentación temporal del partido en intervalos de diez minutos, incorporando también los tiempos añadidos. La calidad del dato se aseguró mediante análisis de fiabilidad inter e intraobservador, empleando el coeficiente Kappa de Cohen y correlaciones de Pearson y Spearman, con valores superiores a .93, lo que indica un nivel de concordancia muy elevado. Asimismo, se aplicó la Teoría de la Generalizabilidad a través de los programas SAGT y HOISAN, confirmando que la variabilidad registrada responde a diferencias reales del juego y no a errores de medición.

El núcleo del análisis se centra en la aplicación de las coordenadas polares, técnica basada en el cálculo de residuos ajustados procedentes del análisis secuencial de retardos. Este procedimiento permite representar las relaciones entre una conducta focal (la finalización del delantero) y distintas conductas asociadas en un sistema de ejes cartesianos dividido en cuatro cuadrantes, cada uno con una interpretación funcional específica: excitación mutua, inhibición de la conducta focal,

inhibición recíproca o activación de la conducta focal. La implementación se realizó mediante la integración del software HOISAN con el entorno de programación R, posibilitando la generación de representaciones vectoriales de alta precisión.

Resultados. Los resultados obtenidos evidencian patrones relevantes en la conducta del delantero en fútbol 7 de alto nivel formativo. Se identificó una asociación de activación mutua entre la finalización y el sistema ofensivo 1-3-2-1, así como con el uso de la pierna izquierda en momentos concretos del partido, especialmente en el tiempo añadido de la primera mitad y en los primeros compases de la segunda. Asimismo, destaca la relación con el último pase procedente del portero, lo que sugiere la eficacia de secuencias de juego directo o transiciones rápidas que concluyen en situaciones de remate. Paralelamente, se detectaron configuraciones tácticas y espaciales que reducen la probabilidad de finalización, lo que aporta información valiosa para la optimización de los modelos de juego en función del contexto competitivo.

En la discusión, se pone de relieve que el análisis mediante coordenadas polares permite superar los enfoques descriptivos tradicionales, proporcionando una comprensión estructural de las interacciones que configuran el rendimiento ofensivo. La identificación de conductas que actúan como facilitadoras o inhibidoras de la finalización ofrece una base empírica sólida para el diseño de tareas de entrenamiento más específicas, alineadas con las demandas reales de la competición. En este sentido, el rendimiento del delantero no puede entenderse de forma aislada, sino como el resultado de una red compleja de interacciones que integran variables tácticas, temporales y contextuales.

Conclusiones. Finalmente, aunque el estudio presenta una elevada consistencia metodológica, se reconoce la limitación derivada del carácter específico de la muestra, centrada en clubes de élite de una misma región. Esto sugiere la conveniencia de ampliar futuras investigaciones a otros contextos competitivos y niveles formativos. Asimismo, se propone la incorporación de variables de carácter psicológico, como la percepción de autoeficacia tras la finalización, con el fin de integrar enfoques cuantitativos y cualitativos en el análisis del rendimiento. En conjunto, este trabajo contribuye al avance del conocimiento en fútbol base, destacando la relevancia de la innovación metodológica y del análisis científico en la optimización de los procesos de formación deportiva.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 86-88
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DEL COMPORTAMIENTO DE LOS PORTEROS DE FÚTBOL ANTE LOS LANZAMIENTOS DE PENALTIS

Yarisel Quiñones Rodríguez[1], Sabina Tamara Rodríguez[2], Carolina Sánchez García[3], Antonio Hernández Mendo[2], Verónica Morales Sánchez[2]

[1]Universidad de Granada, [2]Universidad de Málaga, [3]Universidad Isabel I

yquignones_1@ugr.es, sabinatrodriguez@gmail.com, Carolina.sanchez@pdi.atlanticomedio.es, mendo@uma.es, vomorales@uma.es

Introducción. Actualmente, importantes competiciones de fútbol se deciden en la tanda de penaltis. La observación y el análisis de estas situaciones han mejorado significativamente gracias a las nuevas tecnologías e instrumentos de medición, análisis y registro. Además, los avances en programación y codificación informática facilitan el tratamiento de la información (Hernández-Mendo et al., 2014). Aunque estos cambios pueden parecer menores a simple vista, su impacto en el juego es considerable. La información obtenida permite a los porteros desarrollar nuevas estrategias y tácticas. Por ejemplo, el estudio de Furley et al. (2017) evidenció la importancia de contar con una táctica propia durante los lanzamientos desde el punto de penalti. Entre estas acciones tácticas se incluyen los movimientos previos de los porteros, como desplazamientos laterales, indicaciones hacia un lado de la portería o interacciones con el lanzador, con el objetivo de influir en su decisión al ejecutar la pena máxima. El presente estudio se realizó con la intención de identificar los factores que contribuyen a que los porteros aumenten sus posibilidades de detener un lanzamiento de penalti y desarrollar estrategias efectivas durante estas situaciones. El objetivo principal fue analizar las relaciones técnico-tácticas durante las tandas de penaltis en el Mundial de Fútbol de Qatar 2022, utilizando para ello el análisis de coordenadas polares.

Método. El estudio se realizó con la metodología observacional (Anguera, 1990, 1993). Para el desarrollo de la investigación se utilizaron los partidos de seis 6 equipos participantes en la Copa Mundial de la FIFA Qatar 2022. Se diseñó una herramienta de observación que dispone de 12 criterios y 79 categorías, que se corresponden con el orden secuencial de la intervención del portero hasta la acción posterior del resultado final. El análisis de calidad se realizó con los registros del primer partido de fase de grupos entre Argentina y Arabia Saudí. Se seleccionaron las conductas focales tanda de penalti 1, tanda de penalti 2, tanda de penalti 3, tanda de penalti 4 y tanda de penalti 5. El análisis de coordenadas polares se efectuó con 70 multieventos correspondiente a los partidos Arabia Saudí vs. Argentina, Países Bajos vs. Argentina, Brasil vs. Croacia, Argentina vs. Croacia y Argentina vs. Francia. El análisis se realizó con el software HOISAN (Hernández-Mendo et al., 2012).

Resultados. La herramienta se validó con resultados que constatan la validez, fiabilidad y precisión.

Figura 1. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal Tanda penalti 1*

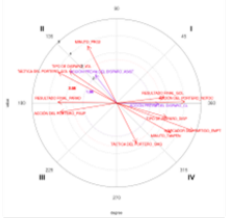


Figura 2. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal Tanda penalti 2*

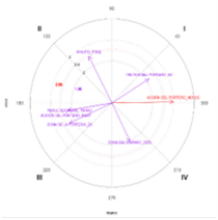


Figura 3. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal Tanda penalti 3*

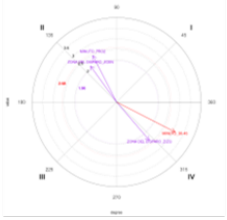


Figura 4. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal Tanda penalti 4*

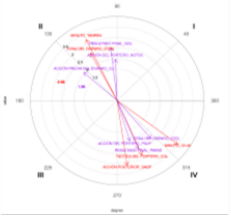
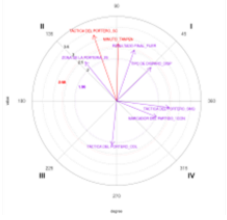


Figura 5. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal Tanda penalti 5*



El análisis de coordenadas polares identificó patrones técnico-tácticos diferenciados a lo largo de las tandas de penaltis. La primera tanda presentó una mayor asociación con la consecución del gol. La segunda tanda, evidenció una relación significativa con la táctica del portero «realiza saltos en el centro de la portería», lo que sugiere posibles estrategias de anticipación o condicionamiento. La tercera tanda no aportó información relevante para el análisis. La cuarta tanda de penalti sugiere una inhibición de la carrera larga como acción previa al disparo y, la quinta tanda, una inhibición del uso de la táctica «el portero se queda quieto».

Conclusiones. Los hallazgos evidencian cómo las dinámicas técnico-tácticas en las tandas de penaltis varían en función del momento competitivo y pueden ofrecer información relevante para la planificación de entrenamientos y la toma de decisiones estratégicas en contextos de alta presión.

Referencias

Anguera, M. T. (1990). Metodología observacional. En J. Arnau, M. T. Anguera y J. Gómez (Eds.), *Metodología de la Investigación en Ciencias del Comportamiento* (pp. 125-236). Secretariado de Publicaciones de la Universidad de Murcia.

Anguera, M. T. (1993). Proceso de categorización. En M. T. Anguera (Ed.), *Metodología Observacional en la Investigación Psicológica* (2.ª ed., pp. 115–167). PPU.

Furley, P., Noël, B., & Memmert, D. (2017). Attention towards the goalkeeper and distraction during penalty shootouts in association football: A retrospective analysis of penalty shootouts from 1984 to 2012. *Journal of Sports Sciences, 35*(9), 873–879. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1195912.

Hernández-Mendo, A., Castellano, J., Camerino, O., Jonsson, G., Blanco-Villaseñor, Á., Lopes, A., & Anguera, M. T. (2014). Observational software, data quality control and data analysis. *Revista de Psicologia del Deporte, 23*, 111-121.

Hernández-Mendo, A., López-López, J., Castellano, J., Morales-Sánchez, V. y Pastrana, J. L. (2012). *Hoisan 1.2:* Programa informático para uso en metodología observacional. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 12*(1), 55-78. https://doi.org/10.4321/s1578-84232012000100006.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 89-91
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DE LA TOMA DE DECISIONES Y FUNCIONAMIENTO COGNITIVO EN JÓVENES FUTBOLISTAS

Alejandro Sabarit, Rafael E. Reigal, Irene Peñalver Ruiz, Antonio Hernández Mendo, Daniel Merchán Doblas y Verónica Morales Sánchez

Universidad de Málaga

mendo@uma.es

Introducción. El rendimiento de los jóvenes futbolistas depende de diversos factores, como físicos, técnicos, tácticos y cognitivos. En los últimos años se ha incrementado el interés por el rol de las capacidades cognitivas en el rendimiento de deportes como el fútbol, de alta variabilidad y demanda en la toma de decisiones. En estos deportes, los jugadores deben atender a una elevada cantidad de estímulos para actuar de forma eficaz en las diferentes situaciones a las que se enfrentan (Vestberg et al., 2017). En este contexto, procesos como la atención o la velocidad de procesamiento, entre otras, son esenciales para adaptarse adecuadamente a las demandas del entorno. Así, diversas investigaciones avalan que los futbolistas con mayor nivel muestran un mejor funcionamiento cognitivo, lo que contribuye a tomar decisiones más precisas y adecuadas (Sakamoto et al., 2018). Esto es especialmente interesante en deporte formativo, porque va a contribuir al propio desarrollo del jugador, permitiendo un mejor aprendizaje y adaptación (Schumacher et al., 2018). El presente trabajo analiza las relaciones entre la atención selectiva y la velocidad de procesamiento cognitivo con medidas de rendimiento deportivo en situaciones de juegos reducidos 3 vs. 3. Además, como medida de control, se evalúa el nivel de condición física para minimizar sesgos de interpretación debido a estas variables.

Método. Participaron 96 futbolistas de género masculino pertenecientes a categorías infantil (n=57) y cadete (n=39), con edades comprendidas entre los 12 y los

16 años (*M*=13,81; *DT*=1,29), pertenecientes a dos clubes de fútbol de la provincia de Málaga (España). El estudio comenzó con 97 participantes, pero 12 fueron eliminados por no cumplimentar correctamente alguna prueba, por no completar todas las pruebas de evaluación o bien por renuncia durante el proceso. Además, se excluyó a aquellos que no proporcionaron el consentimiento informado firmado por los padres, madres o tutores legales. Para recoger los datos, se utilizaron distintos instrumentos de evaluación. La condición física se valoró mediante la batería Alpha-Fitness (Ruíz et al., 2011) y la composición corporal con el Tanita® BC-601 *Body Composition Monitor*. La atención selectiva y la concentración se evaluaron con el Test de Atención D2 (Brickenkamp, 2009), mientras que la velocidad de procesamiento se analizó mediante las pruebas de Claves y Búsqueda de Símbolos del WISC-IV (Wechsler, 2005). Finalmente, el rendimiento de juego se midió con el *Game Performance Assessment Instrument* (GPAI) (Oslin et al., 1998). Los ejercicios de juegos reducidos (3 vs. 3) se realizaron en un terreno de juego de 20 × 20 metros durante 4 periodos de 5 minutos (con 3 minutos de descanso entre periodos). El objetivo de estos ejercicios era mantener la posesión del balón sin límite de toques.

Resultados. Los resultados mostraron relaciones estadísticamente significativas entre las medidas de atención selectiva y velocidad de procesamiento con las variables de rendimiento en el juego, ejecución técnica, participación en el juego y toma de decisiones. Sin embargo, no se apreciaron asociaciones con las medidas de condición física. Además, se observaron diferencias significativas entre grupos de jugadores, en función del nivel de funcionamiento cognitivo presentado, en las diferentes variables de rendimiento en el juego, con valores de tamaño del efecto moderados y altos (d' Cohen entre.52 y .93).

Conclusiones. Los hallazgos evidencian diferencias entre jugadores jóvenes de fútbol en medidas de rendimiento en el juego en función del perfil cognitivo. Esto sugiere que deben tenerse en cuenta estas variables para comprender mejor los patrones de juego y rendimiento a estas edades. Además, este trabajo pretende poner de relieve la importancia del desarrollo de estas aptitudes en los futbolistas, como medida para mejorar su preparación para enfrentarse a la competición deportiva.

Referencias

Brickenkamp, R., & Cubero, N. S. (2009). *d2: Test de atención* (ed. revisada). TEA Ediciones.

Oslin, J. L., Mitchell, S. A., & Griffin, L. L. (1998). *The Game Performance Assessment Instrument* (GPAI): Development and preliminary validation. *Journal of Teaching in Physical Education, 17*(2), 231–243. https://doi.org/10.1123/jtpe.17.2.231

Ruíz, J. R., España Romero, V., Castro Piñero, J., Artero, E. G., Ortega, F. B., Cuenca García, M., M., Jiménez-Pavón, D., Chillón, P., Girela-Rejón, M. J., Mora, J., Gutiérrez, A., Suni, J., Sjöström, M., & Castillo, M. J. (2011). Batería ALPHA-Fitness: test de campo para la evaluación de la condición física relacionada con la salud en niños y adolescentes. *Nutrición Hospitalaria*, *26*(6), 1210-1214.

Sakamoto, S., Takeuchi, H., Ihara, N., Ligao, B., & Suzukawa, K. (2018). Possible requirement of executive functions for high performance in soccer. *PLOS ONE*, *13*(8), e0201871. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0201871

Schumacher, N., Schmidt, M., Wellmann, K., & Braumann, K. M. (2018). General perceptual-cognitive abilities: Age and position in soccer. *PLOS ONE*, *13*(8), e0202627. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0202627

Vestberg, T., Reinebo, G., Maurex, L., Ingvar, M., & Petrovic, P. (2017). Core executive functions are associated with success in young elite soccer players. *PLOS ONE*, *12*(2), e0170845. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0170845

Wechsler, D. (2005). *Escala de inteligencia de Wechsler para niños-IV (WISC-IV): Manual técnico y de interpretación*. TEA Ediciones.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 92-94
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ESTRUCTURA Y DINÁMICA DE TRABAJO DEL DEPARTAMENTO DE ANÁLISIS DEL JUEGO EN EQUIPOS PROFESIONALES: EL MICROCICLO DEL ENTRENADOR-ANALISTA

Ángel Vales-Vázquez[1], Pablo López Vidal[2], Pedro Gómez Rodríguez[3]

[1]Universidade de A Coruña, [2]Racing Club de Ferrol, [3]Cultural y Deportiva Leonesa

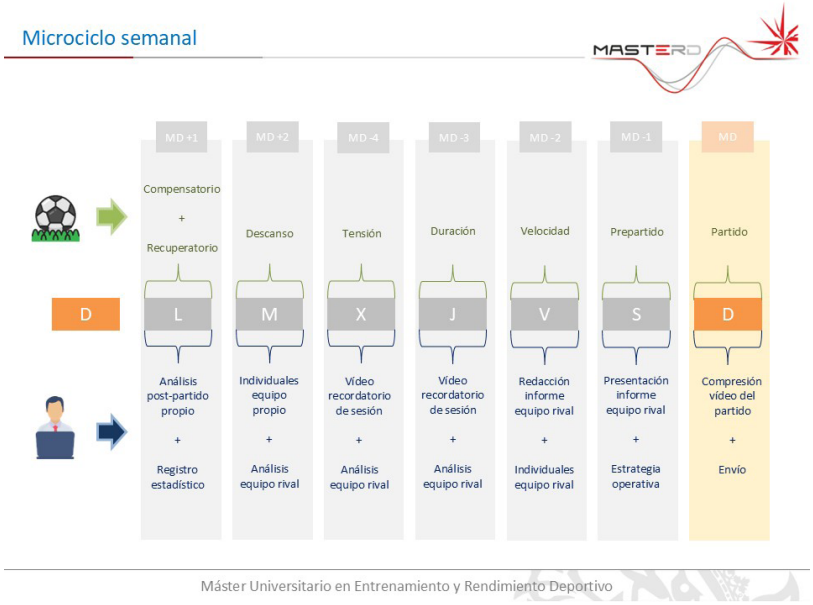
Introducción. En las últimas décadas, se ha observado un interés creciente en el deporte y especialmente en el fútbol acerca del análisis del juego, tal y como se refleja en el mayor número de investigaciones científicas publicadas a partir del 2001 sobre esta temática (Marcelino, Sampaio & Mesquita, 2011). Como consecuencia de ello, la mayoría de clubs profesionales han aumentado el número de recursos que destinan a los denominados Departamentos de Análisis, con el fin de obtener una ventaja competitiva durante los partidos de sus respectivos equipos. Este análisis minucioso del juego puede ser vital ante un fútbol cada vez más igualado y competitivo (Vales-Vázquez, Casal-López, Gómez-Rodríguez, Blanco-Pita y Serra-Olivares, 2017). De este modo, el análisis de las regularidades, fortalezas y debilidades del equipo contrario, así como del equipo propio para optimizar el proceso de entrenamiento-competición, serían herramientas clave para favorecer la consecución de éxitos (Vales-Vázquez, 2012).

Estructura-funciones. Este departamento de análisis está configurado por diferentes roles profesionales: entrenador–analista, analistas de datos, informáticos, *scouters, etc.* A través del trabajo interdisciplinar de estas figuras profesionales, se registran variables e indicadores de rendimiento empleando principalmente dos fuentes de información: el análisis cualitativo-observacional, en directo o a través de vídeo, y el registro cuantitativo-estadístico.

En la actualidad, la figura del entrenador – analista está íntimamente vinculada con los cuerpos técnicos de fútbol profesional. Sus funciones principales estarían vinculadas con el análisis individual y colectivo del equipo propio, el se-

guimiento estadístico – comparativo del equipo con respecto al resto de equipos de la competición en la que actúan, y el análisis individual y colectivo de los equipos rivales a los que se va a enfrentar próximamente. Además, todos estos análisis deben desarrollarse a través de dos vertientes complementarias. Por un lado, se debe desarrollar un análisis descriptivo, encaminado a responder a las preguntas ¿por qué gana o pierde mi equipo? ó ¿cuáles son las principales regularidades, fortalezas y debilidades del equipo rival? De esta manera, actuarían como evaluadores del rendimiento competitivo. Sin embargo, por otro lado, también deben desarrollar una función prescriptiva, en base a las respuestas de las preguntas ¿cómo se puede mejorar el rendimiento de mi equipo? o ¿qué estrategia operativa es la más adecuada para enfrentarme a un determinado rival? En este sentido, actuarían como asesores del entrenador principal (Vales-Vázquez, 2012).

Figura 1. *Representación del microciclo semanal del entrenador-analista*



Conclusiones. Por último, dentro del microciclo semanal del entrenador-analista debemos diferenciar dos fases. Por un lado, hay una primera fase (retrospectiva), enfocada a analizar el rendimiento individual y colectivo del equipo propio durante el último partido de competición. De este modo, esta primera parte del microciclo

semanal estaría encaminada a analizar el rendimiento pasado reciente, con el fin de evaluar la eficacia del mismo (función descriptiva) y reajustar la planificación de las tareas destinadas a la mejora de las debilidades observadas y refuerzo de las potencialidades del equipo (función prescriptiva). Por otro lado, la segunda fase del microciclo (prospectiva), está enfocada a analizar las regularidades del equipo al que nos vamos a enfrentar (función descriptiva) con el fin de adoptar, con el resto del cuerpo técnico, la mejor estrategia operativa o plan de partido contra ese rival concreto, así como la planificación de las tareas destinadas a ese plan de partido (función prescriptiva). De este modo, esta segunda parte del microciclo semanal estaría encaminada a planificar las tareas que nos permitan preparar de manera óptima el próximo partido (rendimiento futuro reciente). En esta segunda parte del microciclo semanal, destinada al análisis individual y colectivo del equipo rival, es necesario mencionar que el entrenador-analista deberá trabajar con una semana de antelación, analizando al equipo rival al que se enfrentará en el siguiente microciclo.

Referencias

Marcelino, R., Sampaio, J., & Mesquita, I. (2011). Investigação centrada na análise do jogo: Da modelação estática à modelação dinâmica. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, *11*(1), 481-499.

Vales-Vázquez, A. (2012). *Fútbol: del análisis del juego a la edición de informes técnicos.* Moreno y Conde Sports.

Vales-Vázquez, A., Casal-López C., Gómez-Rodríguez P., Blanco-Pita, H., & Serra Olivares J. (2017). Competitive profile differences between the best-ranked European football championships. *Human Movement Special Issues, 18*(5), 97105. https://doi.org/10.5114/hm.2017.73619

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 95-96
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRE LA CONEXIÓN Y LA EXIGENCIA: LA RELACIÓN DEL FOMO Y EL PERFECCIONISMO EN FUTBOLISTAS

Antonio J. Muñoz-Villena[1] y Juan González-Hernández[2]

[1]Universidad de Alicante, [2]Universidad de Granada

munnozvillena@ua.es, jgonzalez@ugr.es

El deporte se caracteriza por elevados niveles de exigencia, evaluación constante y exposición social, factores que inciden de manera directa en el bienestar psicológico de los deportistas. En este contexto, el modelo multidimensional del perfeccionismo propuesto por Hewitt y Flett ofrece un marco teórico relevante para el análisis de las demandas internas y externas presentes en el ámbito deportivo. Vinculado a estas dinámicas, el *Fear of Missing Out* (FoMO) ha emergido como un fenómeno psicológico de creciente interés en el ámbito deportivo, especialmente en contextos caracterizados por una elevada conectividad social, donde la exposición a representaciones idealizadas y los procesos de comparación social adquieren un papel central. El presente estudio tuvo como objetivo analizar la relación entre el FoMO, la autoestima y las distintas dimensiones del perfeccionismo en futbolistas, así como examinar el papel predictivo de estas variables sobre el FoMO.

La muestra estuvo compuesta por 78 futbolistas (N=78), de los cuales 21 eran mujeres y 57 hombres, con edades comprendidas entre los 18 y 24 años (M=21,02; DT=1,59). La recogida de datos se llevó a cabo mediante la administración de una batería de cuestionarios específicamente seleccionados para los objetivos del estudio.

Los resultados correlacionales evidencian que el FoMO se asocia negativamente con la autoestima ($r=-.34$, $p=.02$) y positivamente con el perfeccionismo socialmente prescrito ($r=.50$, $p<.001$); en cambio, la autoestima mostró una relación negativa significativa con el perfeccionismo auto-orientado ($r=-.40$, $p<.001$. El análisis de regresión lineal indicó que el perfeccionismo socialmente prescrito emergió como predictor significativo del FoMO ($\beta=0.33$, $p=.005$). Así bien, los

hallazgos subrayan la relevancia de las exigencias percibidas desde el entorno social y deportivo en la experiencia del FoMO en futbolistas, más allá de las autoexigencias personales. Estos resultados aportan evidencia empírica para el diseño de intervenciones psicológicas orientadas a reducir la presión social percibida y promover contextos deportivos más saludables, favoreciendo tanto el bienestar psicológico como el rendimiento deportivo.

Referencias

Aparicio Gálvez, M. A., & Martínez Cardama, S. (2024). Fear of Missing Out (FOMO) en estudiantes universitarios: desafíos informativos e implicaciones para la Alfabetización Digital. *Revista General de Información y Documentación*, *34*(1), 85–97. https://doi.org/10.5209/rgid.93742

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(6), 1303-1325. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1303

Przybylski, A. K., Murayama, K., DeHaan, C. R., & Gladwell, V. (2013). Motivational, emotional, and behavioral correlates of fear of missing out. *Computers in Human Behavior, 29*(4), 1841–1848. https://doi.org/10.1016/j.chb.2013.02.014

Stoeber, J., & Stoeber, F. S. (2009). Domains of perfectionism: Prevalence and relationships with perfectionism, gender, age, and satisfaction with life. *Personality and Individual Differences, 46*(4), 530–535. https://doi.org/10.1016/j.paid.2008.12.006

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 97-98
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

REGULACIÓN DE LA ANGUSTIA FRENTE A LA BÚSQUEDA DE LA PERFECCIÓN EN ÁRBITROS DE FÚTBOL: UN ANÁLISIS DESDE LA FORMACIÓN HASTA EL PROFESIONALISMO

Juan Jesús Martínez Oller[1], Salvador Pérez Ruiz[1], Sofía Carceller[1], Juan González Hernández[2]

[1]Universidad Europea, [2]Universidad de Granada

juanjemo21@gmail.com, salva2908.spr@gmail.com, soofcarceller@gmail.com, psdeportivaceade@gmail.com

Introducción. El arbitraje de fútbol se ha configurado como un contexto de alta exigencia psicológica, caracterizado por una exposición constante a la evaluación social, la presión por el error y la demanda de decisiones inmediatas. En este escenario, variables como el perfeccionismo y la sensibilidad a la ansiedad adquieren un papel relevante en la regulación emocional del árbitro, pudiendo incrementar la carga psicológica y afectar al desempeño. Frente a ello, la tolerancia a la angustia se plantea como un posible factor modulador que facilite una gestión emocional más eficaz en situaciones de alta presión competitiva.

Método. Se empleó un diseño correlacional y transversal. La muestra estuvo compuesta por 222 árbitros de fútbol pertenecientes a diferentes categorías y niveles de experiencia. Las variables evaluadas fueron el perfeccionismo, la sensibilidad a la ansiedad y la tolerancia a la angustia. Se utilizaron instrumentos validados como el *Multidimensional Perfectionism Scale Short Form*, el *Anxiety Sensitivity Index 3* y la *Distress Tolerance Scale*. La recogida de datos se realizó de forma online mediante cuestionarios autoinformados, garantizando el anonimato y el cumplimiento de los criterios éticos de investigación.

Resultados. Los resultados mostraron asociaciones significativas entre el perfeccionismo, especialmente el perfeccionismo socialmente prescrito, y una mayor

sensibilidad a la ansiedad. Asimismo, se observó que niveles más altos de tolerancia a la angustia se relacionaron con una mejor regulación emocional en contextos de presión, lo que se asoció con una gestión más adaptativa de las demandas del arbitraje. No se encontraron diferencias significativas atribuibles al nivel competitivo en las relaciones principales del modelo analizado.

Conclusiones. Los hallazgos refuerzan la importancia de considerar la tolerancia a la angustia como un factor clave en la regulación emocional del árbitro de fútbol. Los resultados apoyan la necesidad de integrar programas de formación psicológica específicos que aborden el perfeccionismo desadaptativo y la sensibilidad a la ansiedad, con el objetivo de optimizar el bienestar psicológico y el desempeño profesional a lo largo de las distintas etapas del desarrollo arbitral.

Referencias

Hewitt, P. L., & Flett, G. L. (1991). Perfectionism in the self and social contexts: Conceptualization, assessment, and association with psychopathology. *Journal of Personality and Social Psychology, 60*(3), 456–470. https://doi.org/10.1037/0022-3514.60.3.456

Simons, J. S., & Gaher, R. M. (2005). *The Distress Tolerance Scale*: Development and validation of a self-report measure. *Motivation and Emotion, 29*(2), 83–102. https://doi.org/10.1007/s11031-005-7955-3

Taylor, S., Koch, W. J., & Crockett, D. J. (1991). Anxiety sensitivity, trait anxiety, and anxiety disorders. *Journal of Anxiety Disorders, 5*(4), 293–311. https://doi.org/10.1016/0887-6185(91)90030-W

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 99-100
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

AUTOEFICACIA, PERFECCIONISMO Y MIEDO A FALLAR EN JÓVENES FUTBOLISTAS

Lucas Heras, Daniel Barrera, Alvaro Orozco y Juan González-Hernández

Universidad de Granada

herasmoreno10@correo.ugr.es, danibarreravazq@gmail.com, orozcotrainer@gmail.com, jgonzalez@ugr.es

Se ha buscado estudiar y conocer cómo interaccionan el perfeccionismo, la autoeficacia y el miedo a cometer errores entre sí dentro de un contexto deportivo, siguiendo para ello el Modelo de Desconexión Social del Perfeccionismo y las relaciones que establece. De esta manera, 118 deportistas, 46 chicos (M = 25.9; DT = 7.37) y 72 chicas (M = 23.2; DT = 6.63) futbolistas, que completaron medidas de evaluación del error en el rendimiento (PFAI), perfeccionismo (MPS) y autoeficacia.

Se llevaron a cabo análisis descriptivos, comparativos, correlacionales y regresivos para llevar a cabo los resultados, los cuales mostraron fuertes relaciones protectoras de la autoeficacia en los efectos del perfeccionismo sobre el miedo a cometer errores. Además, se encontró una mayor capacidad predictiva de la baja autoeficacia sobre el miedo al fracaso, junto con la tendencia hacia el perfeccionismo socialmente prescrito (interpretación individual sobre un rendimiento impecable demandado por el contexto, generando presión externa constante, miedo al error y una autoestima condicionada a la aprobación social).

La autoeficacia, por tanto, actúa como factor protector, amortiguando el impacto del perfeccionismo desadaptativo. En jóvenes futbolistas, las preocupaciones perfeccionistas incrementan el miedo a cometer errores y la ansiedad competitiva, mientras que una alta autoeficacia favorece interpretaciones del error como aprendizaje, promoviendo bienestar psicológico y rendimiento adaptativo.

Referencias

Bayati, S. S., Khaksary, G., & Soleyman, M. (2018). The relationship between sport self-efficacy inter-mediator and perfectionism and competitive anxiety among top football league athletes of Hamedan province. *International Journal of Sport Culture and Science*, *6*(2), 126-139.

Blachowska, A., Waleriańczyk, W., & Stolarski, M. (2023). Striving for a perfect flow: Testing the 2 × 2 model of perfectionism in trail runners. *Personality and Individual Differences*, *212*, 112278. https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112278

Correia, M. E., & Rosado, A. F. (2018). Fear of failure and anxiety in sport. *Análise Psicológica, 36*(1), 75-86. http://hdl.handle.net/10400.12/6535.

Curran, T., & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin, 145*(4), 410-429. https://doi.org/10.1037/bul0000138

Firoozi, M., Zadebagheri, G., Kazemi, A., & Karami, M. (2016). An investigation on the relationship between perfectionism beliefs, self-efficacy, and test anxiety with self-handicapping behaviors. International Journal of *Behavioral Sciences, 10*(2), 45-49.

Gotwals, J. K., Stoeber, J., Dunn, J. G., & Stoll, O. (2012). Are perfectionistic strivings in sport adaptive? A systematic review of confirmatory, contradictory, and mixed evidence. *Canadian Psychology, 53*(4), 263-279. https://doi.org/10.1037/a0030288

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(6), 1303-1325. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1303

Hill, A. P., Mallinson-Howard, S. H., & Jowett, G. E. (2018). Multidimensional perfectionism in sport: A meta-analytical review. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 7*(3), 235-270. https://doi.org/10.1037/spy0000125

Stewart, M. A., & De George-Walker, L. (2014). Self-handicapping, perfectionism, locus of control and self-efficacy: A path model. *Personality and Individual Differences, 66,* 160-164. https://doi.org/10.1016/j.paid.2014.03.038

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 101-102
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EFECTOS DEL ESTILO INTERPERSONAL DEL ENTRENADOR EN LA ANGUSTIA Y EL MIEDO A FALLAR EN JÓVENES FUTBOLISTAS

Sofía Carceller[1], Juan Jesús Martínez[1], Salvador Pérez Ruiz[1], y Juan González-Hernández[2]

[1]Universidad Europea de Madrid; [2]Universidad de Granada

jgonzalez@ugr.es

Este trabajo analiza los efectos del estilo interpersonal del entrenador en el miedo a fallar y la tolerancia a la angustia en futbolistas, considerando además el papel del clima motivacional percibido. Participaron 93 jugadores y jugadoras en activo, con edades comprendidas entre los 12 y los 59 años, procedentes de diferentes niveles competitivos. A través de instrumentos psicométricos validados, se evaluaron las variables emocionales y motivacionales clave del estudio. Los resultados mostraron que las mujeres y los deportistas más jóvenes presentaron mayores niveles de miedo al fallo, mientras que también se observó una tolerancia a la angustia más elevada en mujeres. Sin embargo, no se hallaron relaciones significativas entre el apoyo a la autonomía percibido por parte del entrenador y las respuestas emocionales analizadas.

Llamativamente, se identificó una correlación positiva entre la tolerancia a la angustia y el miedo al fallo, contraria a lo esperado teóricamente, lo que invita a considerar la influencia de variables contextuales y personales no contempladas en este diseño.

Los hallazgos subrayan la complejidad de los procesos emocionales en el deporte y la necesidad de intervenciones individualizadas que combinen la calidad del trabajo con el contexto de entrenamiento, con la atención a las características personales del deportista. Un estilo interpersonal del entrenador controlador y crítico incrementa la angustia y el miedo a fallar en jóvenes futbolistas, mientras que

un estilo autónomo-apoyante actúa como factor protector del bienestar psicológico y del rendimiento.

Referencias

Duda, J. L., & Appleton, P. R. (2016). Empowering and disempowering coaching climates: Conceptualization, measurement considerations, and intervention implications. En M. Raab, P. Wylleman, R. Seiler, A.-M. Elbe, & A. Hatzigeorgiadis (Eds.), *Sport and Exercise Psychology Research: From theory to practice* (pp. 373–388). Elsevier Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-803634-1.00017-0

González-Hernández, J., Gómez-López, M., Manzano-Sánchez, D., & Valero-Valenzuela, A. (2023). Motivated and without fear of failure: The strength of basic psychological needs in youth Spanish sthletes in team sports. *Journal of Human Kinetics, 87,* 235–245. https://doi.org/10.5114/jhk/162449

Gustafsson, H., Sagar, S. S., & Stenling, A. (2017). Fear of failure, psychological stress, and burnout among adolescent athletes competing in high level sport. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 27*(12), 2091–2102. https://doi.org/10.1111/sms.12797

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(6), 1303-1325. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1303

Pamungkas, A. F. A., & Muhid, A. (2020). Perfectionism, shame, social support and fear of failure in high school students. *Journal of Psychological Research, 4*(2), 276–281.

Sandín, B., Simons, J. S., Valiente, R. M., Simons, R. M., & Chorot, P. (2017). Psychometric properties of the Spanish version of The Distress Tolerance Scale and its relationship with personality and psychopathological symptoms. *Psicothema, 29*(3), 421–428. https://doi.org/10.7334/psicothema2016.239

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 103-104
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PERFECCIONISMO, AUTORREGULACIÓN EMOCIONAL Y MIEDO A COMETER ERRORES. UN ESTUDIO EN ENTRENADORES DE FÚTBOL

Juan González-Hernández[1] y Antonio J. Muñoz-Villena[2]

[1]Universidad de Granada; [2]Universidad de Alicante

jgonzalez@ugr.es; munnozvillena@ua.es

Es creciente el interés por comprender las respuestas de liderazgo de los entrenadores, sus características personales, y el impacto de tal combinación en sus equipos deportivos. Teniendo en cuenta qué variables pueden mediar/moderar, influir o participar en su trabajo y en su estado psicológico personal, el presente estudio analiza (N = 82), cómo el perfeccionismo, el miedo al fracaso y la autorregulación emocional de una muestra de entrenadores de fútbol se relacionan con el estilo de respuesta ante situaciones específicas en la gestión de sus equipos. Los resultados mostraron diferencias según las categorías entrenadas, donde cuanto mayor era la profesionalización (categorías LIGA o REF), mayores son los esfuerzos por alcanzar la perfección, sin diferencias según el género. Las tendencias perfeccionistas mostraron relaciones positivas significativas con la aparición del miedo al fracaso, mientras que fueron negativas con la expectativa de dejar pronto el entrenamiento.

Los modelos predictivos (según la percepción de la gravedad de no ejecutar las acciones tácticas entrenadas) mostraron vínculos idénticos en cuanto a poder predictivo (aunque con diferentes niveles de varianza explicada). El entrenador, cuanto más se muestre y mantenga como una persona estable, que acepte y reconozca sus límites, gestionará más eficazmente sus emociones, asumirá errores como parte de sus procesos de liderazgo. Además, debe tener confianza en sí mismo, mostrando seguridad y firmeza en lo que hace, garantizando un impacto positivo tanto para sí mismo como para sus métodos de trabajo y transformando a sus deportistas y colaboradores.

Referencias

Blachowska, A., Waleriańczyk, W., & Stolarski, M. (2023). Striving for a perfect flow: Testing the 2 × 2 model of perfectionism in trail runners. *Personality and Individual Differences*, *212*, 112278. https://doi.org/10.1016/j.paid.2023.112278

Correia, M. E., & Rosado, A. F. (2018). Fear of failure and anxiety in sport. *Análise Psicológica, 36*(1), 75-86. http://hdl.handle.net/10400.12/6535.

Curran, T., & Hill, A. P. (2019). Perfectionism is increasing over time: A meta-analysis of birth cohort differences from 1989 to 2016. *Psychological Bulletin, 145*(4), 410-429. https://doi.org/10.1037/bul0000138

Gotwals, J. K., Stoeber, J., Dunn, J. G., & Stoll, O. (2012). Are perfectionistic strivings in sport adaptive? A systematic review of confirmatory, contradictory, and mixed evidence. *Canadian Psychology, 53*(4), 263-279. https://doi.org/10.1037/a0030288

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(6), 1303-1325. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1303

Hill, A. P., Mallinson-Howard, S. H., & Jowett, G. E. (2018). Multidimensional perfectionism in sport: A meta-analytical review. *Sport, Exercise, and Performance Psychology, 7*(3), 235-270. https://doi.org/10.1037/spy0000125

Olsson, L. F., Madigan, D. J., Hill, A. P., & Grugan, M. C. (2022). Do athlete and coach performance perfectionism predict athlete burnout? *European Journal of Sport Science, 22*(7), 1073-1084. https://doi.org/10.1080/17461391.2021.1916080

Otto, K., Geibel, H. V., & Kleszewski, E. (2021). «Perfect Leader, Perfect Leadership?» Linking Leaders' Perfectionism to Monitoring, Transformational, and Servant Leadership Behavior. *Frontiers in Psychology, 12,* 1290. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.657394

Tóth, R., Turner, M. J., Kökény, T., & Tóth, L. (2022). «I must be perfect»: The role of irrational beliefs and perfectionism on the competitive anxiety of Hungarian athletes. *Frontiers in Psychology, 13,* 994126. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.994126

Török, L., Szabó, Z. P., & Orosz, G. (2022). Elite athletes' perfectionistic striving vs. concerns as opposing predictors of self-handicapping with the mediating role of attributional style. *Frontiers in Psychology*, *13*, 862122. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.862122

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 105-107
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

¿QUÉ SABEMOS DE LOS LÍDERES DE EQUIPO? (Y... ¿PARA QUÉ NOS SIRVE?)

Julio Torrado

Universidade de Santiago de Compostela

jutorrado@gmail.com

Introducción. El trabajo pretende hacer una lectura sintética de los avances en el estudio del liderazgo informal entre iguales en equipos deportivos. Frente a la mayor dedicación de la investigación al liderazgo formal, ejemplarizado en la figura del entrenador, el liderazgo entre iguales ha recibido menor atención de la investigación en el ámbito de los equipos deportivos.

El objetivo del trabajo es avanzar en términos positivistas y aplicados con respecto a lo ya conocido por la investigación, y presentar los resultados más útiles a efectos aplicados para contribuir a una mayor eficacia en el ejercicio profesional.

Avances presentados. Se presenta el modelo de integración de rol (social y de tarea) como modelo de referencia para el estudio del liderazgo de equipos (Kim, 1992). Al hilo de la diferenciación de ambos roles se profundiza en la relación de estas orientaciones con su mayor utilidad y eficacia en función de aspectos de género y edad de los grupos deportivos en los que se desarrollen.

En otra línea, se analiza el perfil de juego / tarea de los líderes de equipo, estableciendo relaciones entre nivel de juego, influencia en éste o el ejercicio formal de la labor de capitanía de los equipos, con el fin de determinar el tipo de jugador/a con mayores tendencias a ejercer liderazgo en los equipos deportivos.

Resultados. En cuando a la orientación de rol, el modelo integrador se ha presentado como el más eficiente, superando limitaciones anteriores que excedían la intencionalidad de determinar los liderazgos como altamente condicionados hacia el rol o hacia la tarea (Dupuis, Bloom y Loughead, 2006). En este sentido, se ha

especificado que la integración no deja de implicar cierta tendencia a la utilización de uno u otro rol en función del equipo deportivo (Holmes, McNeil, Adorna y Procaccino, 2008). Así, la orientación más instrumental/tarea del líder es la preferida por los equipos masculinos, los de alto rendimiento y los de edades intermedias en la práctica deportiva. En el otro lado, la orientación social centrada en las relaciones personales y los aspectos emocionales y colectivos es la preferida por grupos femeninos, en los equipos de formación y en las edades más tempranas o en las más avanzadas (categorías senior o veteranos).

En lo referido al aspecto más relacionado con el juego, los líderes son deportistas con alta influencia en el juego, normalmente a través de las posiciones más influyentes de cada deporte. También se ha evidenciado que muestran un nivel de ejecución elevado, si bien no necesariamente el más destacado de cada equipo. Estudios realizados sobre la capitanía muestran que el sistema de elección de capitanes en equipos deportivos no siempre hace recaer esta figura formal en las personas que terminan por ejercer los liderazgos de los grupos, lo que impide asociar ambas figuras de manera habitual (Torrado, Pita, Valle, Iglesias y Arce, 2016).

Conclusiones. El trabajo permite presentar de manera más directa conclusiones que la investigación ha venido concluyendo a través de diversos estudios. Las preferencias de los grupos masculinos o femeninos por un tipo de rol, así como las de las distintas edades o niveles de rendimiento permiten establecer patrones de comportamiento grupal en función de las características de las personas que lo componen, y de cómo esto va a orientar la tendencia a referenciar unos líderes u otros.

La identificación de un perfil de liderazgo en ámbitos de juego también ayuda a clarificar situaciones para el trabajo aplicado.

El trabajo señala líneas donde la investigación debe avanzar, como son el diseño de herramientas que superen el objetivo de la evaluación de liderazgos y permitan afrontar el reto de evaluar las condiciones de grupo y miembros para establecer preferencias o intereses dirigidos sobre qué miembro/s del grupo puede ejercer mejor el liderazgo a largo plazo. También se apunta a encontrar avances en la investigación sobre escenarios de multiliderazgos, y el conocimiento sobre la pertinencia de su fomento o, a la inversa, los posibles conflictos nacientes.

Referencias

Dupuis, M., Bloom, G. A., & Loughead, T. M. (2006). Team captains' perceptions of athlete leadership. J*ournal of Sport Behavior, 29,* 60-78.

Holmes, R.M., McNeil, M., Adorna, P., & Procaccino, J. K. (2008). Collegiate student athletes' preferences and perceptions regarding peer relationships. *Journal of Sport Behavior, 31*, 338-351.

Kim, M. (1992). Types of leadership and performance norms of school athletics teams. *Perceptual and Motor Skills, 74*, 803-806.

Torrado, J., Pita, G., Valle, I., Iglesias, G., & Arce, C. (2016). Comparativa en el perfil de tarea y capitanía en los líderes de equipos de fútbol y baloncesto. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 12*(1), 53-58.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 108-112
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL CLIMA MOTIVACIONAL *EMPOWERING* CREADO POR EL ENTRENADOR COMO PROMOTOR DE LA SATISFACCIÓN DE NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS, LA MOTIVACIÓN AUTÓNOMA Y EL RENDIMIENTO PERCIBIDO: UN ENFOQUE MULTINIVEL Y LONGITUDINAL

Natalia Martínez-González[1], Mª Ángeles Atiénzar[1], Luis Ródenas[2], Amparo Fernández-Machado[1] e Isabel Balaguer[1]

[1]*Unidad de Investigación de Psicología del Deporte (UIPD), Universitat de València,*
[2]*Universidad Autónoma de Nuevo León*

natalia.martinez@uv.es, matienzarmar@gmail.com, luis.rodenascn@uanl.edu.mx,
amparofdezmac@gmail.com, isabel.balaguer@uv.es

Introducción. En la temporada deportiva, los jugadores de fútbol se enfrentan a diferentes condiciones que pueden influir en sus patrones motivacionales y en su experiencia competitiva. El modelo jerárquico y multidimensional del clima motivacional (Duda, 2013; Duda et al., 2024) destaca el papel clave del clima motivacional creado por los entrenadores en el funcionamiento psicológico de los deportistas.

En este sentido, las investigaciones recientes han mostrado que cuando los entrenadores crean un clima motivacional *empowering*, se favorece la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas de autonomía, competencia y relación, así como una mayor motivación autónoma, que actúan como procesos mediadores en la predicción de experiencias de mayor calidad en el fútbol (Fenton et al., 2017; Krommidas et al., 2016). Este modelo, que ha recibido apoyo en la literatura (Birr et al., 2023), ha sido puesto a prueba fundamentalmente en estudios que analizan los datos a nivel individual (p. ej., el deportista).

En este trabajo, extendiendo investigaciones anteriores (p. ej., González et al., 2017), se analiza, desde una perspectiva multinivel y longitudinal, cómo la percepción del equipo de un clima *empowering*, al inicio y al final de la temporada,

influye en la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la motivación autónoma, y la satisfacción del rendimiento a nivel individual.

Método. *Participantes*: En el estudio participaron 569 jugadores y jugadoras de fútbol base (452 chicos y 117 chicas) con edades comprendidas entre los 12 y los 19 años (M = 14.32; DT = 1.21), pertenecientes a las categorías infantil, cadete y juvenil. En total, se incluyeron 46 equipos con una media aproximada de 14 futbolistas por equipo. Todos ellos cumplimentaron una serie de cuestionarios autoinformados al inicio y al final de la temporada deportiva.

Instrumentos:

Clima motivacional empowering. Se utilizó la subescala abreviada del *Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering* – Entrenador (ED-MCQ-C; Appleton et al., 2016, 2023; Atienza-González et al., 2024). Esta subescala está compuesta por 9 ítems que evalúan el clima motivacional *empowering* creado por el entrenador (p. ej., «Mi entrenador/a ha intentado que los jugadores se sintiesen bien cuando daban su máximo»).

Satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. Se administró una versión adaptada y abreviada de las Escalas de Satisfacción de la Necesidad de Competencia, Relación y Autonomía (McAuley et al., 1989; Richer & Vallerand, 1998; Standage et al., 2005; Balaguer et al., 2008). El instrumento incluye 10 ítems que miden el grado en que los deportistas perciben satisfechas sus necesidades psicológicas básicas (p. ej., «He decidido los ejercicios que he practicado»).

Motivación autónoma. Se empleó la subescala abreviada del *Cuestionario de Regulación Conductual en el Deporte* (BRSQ; Lonsdale et al., 2008; Viladrich et al., 2013). Está formada por 5 ítems que evalúan la motivación autónoma (p. ej., «Juego al fútbol en este equipo porque me gusta»).

Satisfacción con el rendimiento. Para evaluar la satisfacción con el rendimiento se utilizaron 4 ítems elaborados para esta investigación. Dos ítems miden la satisfacción individual con los resultados y el nivel de juego (p. ej., «Si comparas los resultados que querías conseguir esta temporada con los que has conseguido, ¿cuán satisfecho te sientes?»), y otros dos ítems evalúan la satisfacción grupal con los resultados y el nivel de juego del equipo (p. ej., «Si comparas los resultados que tu equipo quería conseguir esta temporada con los que ha conseguido, ¿cuán satisfecho te sientes?»).

Análisis de datos. Se pusieron a prueba dos modelos multinivel 2-2-1, en los que la percepción del clima se introdujo a nivel de equipo. Previamente, se comprobaron los supuestos necesarios para justificar la agregación de los datos, mediante el

análisis del acuerdo intraequipo (ICC) y la discriminación entre equipos (ANOVA). Los análisis se realizaron con el programa estadístico SPSS.

Resultados. Los resultados mostraron una relación significativa entre la percepción de los equipos del clima *empowering* al inicio y final de la temporada. Además, la percepción del clima *empowering* al final de temporada se asoció positivamente con la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, la motivación autónoma y la satisfacción de los jugadores con su rendimiento y el de su equipo al final de temporada.

Conclusiones. Los hallazgos muestran que la percepción de climas *empowering* por parte de los equipos al inicio de la temporada predijo de manera positiva la percepción de estos climas al final de la misma. Esto indica una consistencia temporal o estabilidad relativa en cómo los jugadores y jugadoras perciben el clima que crea su entrenador a lo largo del tiempo.

Además, los equipos que percibieron un clima *empowering* al final de temporada mostraron mayores niveles de satisfacción de las necesidades psicológicas básicas, una motivación más autónoma y una mayor satisfacción tanto con su rendimiento individual como con el rendimiento de su equipo.

En conjunto, estos hallazgos ponen de relieve que los entrenadores y entrenadoras pueden favorecer experiencias de calidad en el deporte base manteniendo a lo largo de la temporada la creación de climas *empowering*, caracterizados por la implicación en la tarea, el apoyo a la autonomía y el apoyo social.

Nota: Proyecto subvencionado CIAICO/2021/248 titulado «Entorno social y funcionamiento óptimo: Un estudio longitudinal en fútbol base». Conselleria de Educación, Universidades y Empleo. Generalitat Valenciana.

Referencias

Appleton, P. R., Ntoumanis, N., Quested, E., Viladrich, C., & Duda, J. L. (2016). Initial validation of the coach-created Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C). *Psychology of Sport and Exercise, 22,* 53–65. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.05.008

Appleton, P. R., Viladrich, C., Quested, E., González-García, L., Papaioannou, A., Hall, H. K., Balaguer, I., Ramis, Y., Sarrazin, P., Heuzé, J. P., Ommundsen, Y., Wold, B., Samdal, O., & Duda, J. L. (2023). Measurement invariance of the Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire-Coach in youth sport. *Frontiers in Psychology, 13*, 958444. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.958444

Atienza-González, F. L., González-García, L., Carrillo, A., Fernández, A., & Balaguer, I. (2024, octubre). Validación psicométrica de la versión reducida del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering – Entrenador (EDMC-QC-R) [póster]. En Congreso *Iberoamericano de Psicología del Deporte*.

Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la Teoría de la Autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte, 17*(1), 123–139.

Birr, C., Hernández-Mendo, A., Monteiro, D., & Rosado, A. (2023). Empowering and disempowering motivational coaching climate: A scoping review. *Sustainability, 15*(3), 2820. https://doi.org/10.3390/su15032820

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of empowering coaching: How the stage was set for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11,* 311–318. https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414

Duda, J. L., Balaguer, I., & Appleton, P. R. (2024). Empowering and disempowering coach-created motivational climates. En L. Davis, S. Jowett, y R. Keegan (Eds.), *Social Psychology in Sport* (pp. 141–155). Human Kinetics.

Fenton, S. A., Duda, J. L., Appleton, P. R., & Barrett, T. G. (2017). Empowering youth sport environments: Implications for daily moderate-to-vigorous physical activity and adiposity. *Journal of Sport and Health Science, 6*(4), 423–433. https://doi.org/10.1016/j.jshs.2016.03.006

González, L., Tomás, I., Castillo, I., Duda, J. L., & Balaguer, I. (2017). A test of basic psychological needs theory in young soccer players: Time-lagged design at the individual and team levels. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 27*(11), 1511–1522. https://doi.org/10.1111/sms.12778

Krommidas, C., Galanis, E., Papaioannou, A., Tzioumakis, G., Zourbanos, N., Keramidas, P., & Digelidis, N. (2016). The relationship of empowering and disempowering coaching climate with enjoyment and quality of life variables in Greek youth soccer. *Inquiries in Sport & Physical Education, 14*(2), 19–35.

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 30,* 323–355. https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.323

McAuley, E., Duncan, T., & Tammen, V. V. (1989). Psychometric properties of the Intrinsic Motivation Inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 60*(1), 48–58. https://doi.org/10.1080/02701367.1989.10607413

Richer, S., & Vallerand, R. J. (1998). Construction and validation of the Perceived Relatedness Scale. *Revue Européene de Psychologie Appliquée, 48*, 129–137.

Standage, M., Duda, J. L., & Ntoumanis, N. (2005). A test of self-determination theory in school physical education. *British Journal of Educational Psychology, 75*, 411–433. https://doi.org/10.1348/000709904X22359

Viladrich, C., Appleton, P. R., Quested, E., Duda, J. L., Alcaraz, S., Heuzé, J.-P., Ntoumanis, N. Castillo, I., Sarrazin, P., & Papaioannou, A. (2013). Measurement invariance of the Behavioural Regulation in Sport Questionnaire when completed by young athletes across five European countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*(4), 384–394. http://doi.org/10.1080/1612197X.2013.830434

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 113-117
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA RELACIÓN ENTRENADOR-ATLETA EN LAS GRANDES COMPETICIONES INTERNACIONALES: UN ESTUDIO CUALITATIVO CON ENTRENADORES DE EQUIPOS NACIONALES

Daniel Duarte[1,2], Ricardo Braga-Pereira[1,2], João Bernardo-Ramos[1], Pedro Castro-Vigário[1,3], Pedro Teques[1,2,4]

[1]N2i, Research Centre of the Polytechnic Institute of Maia, Maia, Portugal, [2]Research Centre in Sports Sciences, Health Sciences and Human Development (CIDESD), Vila Real, Portugal, [3]Interdisciplinary Center for Human Performance (CIPER) - University of Coimbra, Coimbra, Portugal, [4]Department of Sports Science, Exercise and Health, School of Life Sciences and Environment, University of Trás-os-Montes and Alto Douro, Vila Real, Portugal

dfduarte@ipmaia.pt, rp88st@gmail.com, bernardoramos.joao@gmail.com, pedrovigariogm@gmail.com, pteques@ipmaia.pt

Introducción. La relación entre el entrenador y el atleta (REA) se reconoce desde hace tiempo como uno de los pilares fundamentales para un entrenamiento eficaz y el desarrollo del atleta, con importantes implicaciones para la motivación (Isoard-Gautheur et al., 2016), la satisfacción (Davis et al., 2019), la cohesión del grupo (Jowett y Chandy, 2004), la eficacia colectiva (Hampson y Jowett, 2014), el rendimiento (Phillips et al., 2023) y el bienestar psicológico (Gosai et al., 2023). Si bien se han realizado extensas investigaciones en el contexto de los clubes y las vías de desarrollo, todavía se sabe considerablemente menos sobre la dinámica de la REA en el entorno altamente especializado de las grandes competiciones internacionales (GCIs) de las selecciones nacionales, como los Campeonatos de Europa, los Campeonatos del Mundo y los Juegos Olímpicos. Estas competiciones se caracterizan por unas exigencias estructurales y relacionales únicas, como la preparación limitada en el tiempo, la integración de atletas de diversos orígenes, las intensas presiones de rendimiento y el reto de establecer relaciones rápidas pero eficaces con los atletas (Collins et al., 2019). En este contexto, el presente estudio

se propone proporcionar una comprensión más profunda de cómo los entrenadores de equipos nacionales (EENs) construyen, gestionan y mantienen la REA durante las GCIs. En concreto, se busca identificar las competencias, estrategias y procesos relacionales que se perciben como más relevantes para el rendimiento y el funcionamiento interpersonal en este contexto de élite. Si bien las investigaciones han hecho hincapié en la necesidad de estudios cualitativos que exploren la REA desde la perspectiva del entrenador (Davis et al., 2019; Gucciardi et al., 2009), las experiencias de los EENs en las GCIs han recibido escasa atención. Se necesitan más investigaciones para ampliar la comprensión y obtener herramientas que ayuden a los entrenadores y a los atletas a construir relaciones de calidad (Jowett, 2025). Al centrarse en esta franja de población altamente especializada y poco explorada, este estudio pretende contribuir a la literatura cualitativa sobre la REA e informar sobre el desarrollo profesional en el entrenamiento de élite.

Método. En el estudio participaron 13 entrenadores nacionales masculinos, que representaban tanto deportes de equipo como individuales (p.e., atletismo, fútbol, fútbol sala, gimnasia, balonmano, natación, taekwondo, triatlón y voleibol). Los criterios de inclusión exigían que los participantes hubieran entrenado a un equipo nacional en GCIs en los últimos cinco años y que tuvieran una amplia experiencia en el entrenamiento de alto nivel. En promedio, los participantes declararon tener 31 años de experiencia total como entrenadores (19-46 años) y 10 años como entrenadores de equipos nacionales (2-21 años).

Los datos se recopilaron mediante entrevistas semiestructuradas, guiadas por el «*Interview Protocol Refinement Framework*» (Castillo-Montoya, 2016), que garantizaba la alineación entre las preguntas de investigación y las indicaciones de la entrevista, fomentaba una conversación basada en la indagación e incluía fases piloto y de *feedback* de expertos. La guía de entrevista final contenía 20 preguntas abiertas, estructuradas en torno a las fases temporales de las GCIs (antes, durante y después de la competición), complementadas con esfuerzos de seguimiento para obtener profundidad y matices (DiCicco-Bloom y Crabtree, 2006). Entre las preguntas de ejemplo se incluían: »Cómo enfoca la creación de relaciones con los atletas cuando se forma el equipo por primera vez?» y «Qué factores considera cruciales para mantener el compromiso de los atletas durante la competición?». Las entrevistas se realizaron personalmente, en contexto privado propicio para el diálogo abierto, y duraron entre 82 y 113 minutos (M=96). Todas las entrevistas se grabaron en audio, se transcribieron verbatim y se analizaron mediante un análisis temático reflexivo (Braun y Clarke, 2021). El rigor metodológico se reforzó mediante la redacción de un diario reflexivo (Tracy, 2010), las reflexiones de los

miembros (Smith y McGannon, 2018) y la colaboración con amigos críticos (Jamie y Rathbone, 2022), lo que garantizó la transparencia, la reflexividad y la coherencia epistemológica.

Resultados. Del análisis surgieron tres temas de orden superior: (1) Las identidades de los entrenadores se forjan a través de la experiencia y la transición: los EENs describieron su identidad profesional como algo forjado por trayectorias personales a largo plazo, aprendizaje continuo y competencia relacional. Más allá de la experiencia técnica, destacaron el liderazgo adaptativo, la empatía y las habilidades de comunicación como indispensables para gestionar la REA en ciclos de competición internacional cortos pero intensos. El aprendizaje permanente y la apertura a la reflexión se identificaron repetidamente como fundamentales para mantener la eficacia del entrenamiento a este nivel. (2) Construir el rendimiento más allá de la habilidad: la selección de los atletas se describió como algo que va mucho más allá del rendimiento técnico y físico. Los EENs hicieron hincapié en la importancia de lo ajuste psicosocial, la resiliencia y la armonía del grupo en la cohesión del equipo y los resultados del rendimiento. Incluso en los deportes individuales, se consideró que factores relacionales como el apoyo percibido, los objetivos compartidos y la confianza eran fundamentales para la satisfacción de los atletas y la sostenibilidad del rendimiento. Los entrenadores equilibraron los procedimientos de selección transparentes y basados en normas con juicios discrecionales basados en la conciencia relacional y la experiencia contextual, a menudo negociando entre las exigencias institucionales y su propia visión de liderazgo. Los participantes subrayaron además que lo ajuste psicosocial podía actuar como un amortiguador adaptativo en contextos de alta presión, mitigando el estrés y manteniendo la motivación. Por el contrario, los climas relacionales débiles o la comunicación ineficaz se asociaron con resultados psicológicos negativos y, en algunos casos, con un rendimiento deteriorado. (3) Navegar por las conexiones en contextos de alto riesgo: gestionar la REA durante las fases de competición requería un delicado equilibrio entre la cercanía y la distancia profesional. Los entrenadores describieron cómo adaptaban sus estrategias de comunicación y apoyo según las exigencias de cada situación, haciendo hincapié en la autenticidad, la transparencia y el respeto mutuo. La gestión relacional no era estática, sino que evolucionaba a lo largo de las etapas de la competición: antes de la competición se hacía hincapié en fomentar la confianza y la cohesión; durante la competición, la atención se centraba en mantener el compromiso bajo presión; y después de la competición, las relaciones solían centrarse en la reflexión y la continuidad. Es importante destacar que los participantes subrayaron que las malas relaciones, incluso cuando iban acompañadas de

éxitos a corto plazo, eran en última instancia insostenibles para el rendimiento y el bienestar a largo plazo.

Conclusiones. Este estudio ofrece una descripción detallada de la REA en GCIs, ampliando las investigaciones existentes al situar los procesos relacionales en uno de los contextos más exigentes del deporte de élite. Los resultados subrayan que la REA no son accesorias al rendimiento, sino que se encuentran en el centro del entrenamiento eficaz en las selecciones nacionales, lo que refuerza la idea de que la competencia relacional constituye un elemento fundamental en la práctica del entrenamiento de élite. En la práctica, los resultados sugieren que las federaciones y las organizaciones deportivas deberían diseñar programas de desarrollo profesional que den prioridad a las habilidades relacionales e interpersonales, junto con las competencias técnicas y tácticas. Además, prestar atención a lo ajuste psicosocial en los procesos de selección puede contribuir tanto al rendimiento inmediato como al desarrollo a largo plazo de los atletas. Las investigaciones futuras deberían adoptar enfoques longitudinales para captar la dinámica relacional a lo largo de múltiples ciclos de competición, investigar las variaciones entre deportes (equipo vs. individuales) e integrar análisis de género para ampliar la inclusividad de la investigación sobre la REA.

Referencias

Braun, V. & Clarke, V. (2021). *Thematic Analysis: A practical guide*. Sage.

Castillo-Montoya, M. (2016). Preparing for interview research: The interview protocol refinement framework. *The Qualitative Report, 21*(5), 811-831.

Collins, D., Cruickshank, A., & Jordet, G. (Eds.). (2019). *Routledge Handbook of Elite Sport Performance*. Routledge.

Davis, L., Jowett, S., & Tafvelin, S. (2019). Communication strategies: The fuel for quality coach-athlete relationships and athlete satisfaction. *Frontiers in Psychology, 10*, 2156. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.02156

DiCicco-Bloom, B., & Crabtree, B. F. (2006). The qualitative research interview. *Medical Education, 40*(4), 314–321.

Gosai, J., Jowett, S., & Nascimento-Júnior, J. R. A. D. (2023). When leadership, relationships and psychological safety promote flourishing in sport and life. *Sports Coaching Review, 12*(2), 145-165.

Gucciardi, D. F., Gordon, S., Dimmock, J. A., & Mallett, C. J. (2009). Understanding the coach's role in the development of mental toughness: Perspectives of elite Australian football coaches. *Journal of Sports Sciences, 27*(13), 1483–1496.

Hampson, R., & Jowett, S. (2014). Effects of coach leadership and coach–athlete relationship on collective efficacy. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 24*(2), 454-460.

Isoard-Gautheur, S., Trouilloud, D., Gustafsson, H., & Guillet-Descas, E. (2016). Associations between the perceived quality of the coach–athlete relationship and athlete burnout: An examination of the mediating role of achievement goals. *Psychology of Sport and Exercise, 22*, 210-217.

Jamie, K., & Rathbone, A. P. (2022). Using theory and reflexivity to preserve methodological rigour of data collection in qualitative research. *Research Methods in Medicine & Health Sciences, 3*(1), 11-21.

Jowett S. (2025). 25 years of relationship research in sport: The quality of the coach-athlete relationship as defined by closeness, commitment, complementarity and co-orientation (3+1Cs). *Psychology of Sport and Exercise, 80*, 102909.

Jowett, S., & Chaundy, V. (2004). An investigation into the impact of coach leadership and coach-athlete relationship on group cohesion. *Group Dynamics: Theory, Research, and Practice, 8*(4), 302-315.

Phillips, K., Jowett, S., Krukowska-Burke, A., & Rhind, D. J. (2023). The quality of the coach-athlete relationship predicts objective performance in elite cricket. *International Journal of Sport Psychology, 54*(1), 32-47.

Smith, B., & McGannon, K. R. (2018). Developing rigor in qualitative research: Problems and opportunities within sport and exercise psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 11*(1), 101-121.

Tracy, S. J. (2010). Qualitative quality: Eight «big-tent» criteria for excellent qualitative research. *Qualitative Inquiry, 16*(10), 837-851.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 118-119
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA CALIDAD DE LA RELACIÓN DEL ENTRENADOR CON LOS DEPORTISTAS Y SU SALUD PSICOLÓGICA: UN ESTUDIO EXPLORATORIO EN UN CONTEXTO PROFESIONAL

João Francisco Ferreira[1], António Rodrigues Sampaio[1,2], Flávio Ventura[1], Filipe Costa[1], Pedro Teques[1,2*], Daniel Duarte[1,2]

[1]N2i Instituto Politécnico da Maia, [2]CIDESD Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano

*pteques@ipmaia.pt**

Introducción. El liderazgo desempeña un papel determinante en el rendimiento y el bienestar de los deportistas, ya que influye en la motivación, la cohesión del equipo y la confianza (Ekstrand et al., 2013; Fransen et al., 2018). Los modelos transformacionales promueven un mejor rendimiento y una menor incidencia de lesiones, al crear entornos colaborativos y motivadores. Este estudio pretende explorar, a través de entrevistas semiestructuradas, la relación entre los estilos de liderazgo y la salud, incluyendo el impacto en el bienestar psicológico de los atletas.

Método. Cuatro atletas masculinos (19-24 años) de las principales ligas profesionales de balonmano de Portugal y España participaron en el estudio. Todos eran profesionales con más de 10 años de experiencia y aún en activo. La selección se realizó por conveniencia, con el consentimiento verbal obtenido previamente. Las entrevistas semiestructuradas se realizaron en línea (Zoom) en abril de 2024, siguiendo un guion estructurado. Las respuestas abordaron experiencias con entrenadores, salud psicológica y características de liderazgo. Las entrevistas se grabaron, se transcribieron literalmente y se analizaron temáticamente con NVivo 1.7.2, lo que permitió identificar categorías y patrones recurrentes. Este proceso garantizó la fiabilidad y la transparencia de la interpretación de los datos.

Resultados. Todos los atletas informaron de períodos negativos de salud mental, en general breves, y actualmente se encuentran en óptimos niveles psicológicos. Situaciones como la pérdida de un familiar o la comunicación ineficaz de los entrenadores afectan negativamente al bienestar (Hampson y Jowett, 2014), mientras que los logros y la honestidad tienen un impacto positivo (Ekstrand et al., 2018). Un liderazgo eficaz, con una comunicación adecuada, empatía y objetivos claros, promueve la cohesión y el rendimiento (Wallace y Shipherd, 2020), evitando la frustración asociada a los estilos autoritarios.

Conclusiones. Los resultados indican que los estilos democráticos favorecen el bienestar mental y el rendimiento. Aunque la reducida muestra limita la generalización, estos hallazgos ofrecen pruebas preliminares y sugieren la necesidad de futuros estudios con muestras más amplias y categorías variadas.

Referencias

Ekstrand, J., et al. (2013). Fewer ligament injuries but no preventive effect on muscle injuries and severe injuries: An 11-year follow-up of the UEFA Champions League injury study. *British Journal of Sports Medicine, 47*(12), 732-737.

Fransen, K., Haslam, S. A., Steffens, N. K., Vanbeselaere, N., De Cuyper, B., & Boen, F. (2018). The power of competence support: The impact of coaches and athlete leaders on intrinsic motivation and performance. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 28*(2), 725-745. https://doi.org/10.1111/sms.12950

Hampson, R., & Jowett, S. (2014). Effects of coach leadership and coach–athlete relationship on collective efficacy. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 24*(2), 454-460. https://doi.org/10.1111/j.1600-0838.2012.01527.x

Wallace, D. A., & Shipherd, A. M. (2020). Developing athlete leaders in sport. *Strategies, 33*(4), 20-26.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 120-124
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

¿SE PUEDEN COMPENSAR LOS EFECTOS NEGATIVOS DEL CLIMA *DISEMPOWERING* FAMILIAR CON EL CLIMA *EMPOWERING* DEL ENTRENADOR Y DE LOS IGUALES, Y VICEVERSA?

Lorena González-García, Natalia Martínez-González y Francisco L. Atienza-González

Unidad de Investigación de Psicología del Deporte (UIPD), Universitat de València

lorena.gonzalez@uv.es, natalia.martinez@uv.es, francisco.l.atienza@uv.es

Introducción. En el contexto del deporte, tanto la teoría de la autodeterminación (SDT por sus siglas en inglés; Ryan & Deci, 2017) como la teoría de metas de logro (AGT por sus siglas en inglés; Ames, 1992; Nicholls, 1989) han destacado la relevancia del clima motivacional creado por los agentes sociales significativos —entrenadores, padres e iguales— en la experiencia deportiva de los jóvenes. Según el modelo integrado de climas motivacionales *empowering* y *disempowering* (Duda, 2013; Duda et al., 2024), estos climas desempeñan un papel fundamental en la vida de los deportistas y en la forma de vivir su experiencia deportiva, influyendo decisivamente en la calidad de su motivación. En el caso de los entrenadores, diversos estudios en los últimos años han aportado evidencia sobre los beneficios de fomentar climas motivacionales *empowering* frente a la creación de climas *disempowering* en el contexto deportivo. En relación con la motivación, los climas *empowering* creados por los entrenadores se han asociado con mayores niveles de motivación autónoma, mientras que los climas *disempowering* se han vinculado con mayores niveles de motivación controlada y de no motivación (Krommidas et al., 2022; Mosqueda & López-Walle, 2020; Ruiz et al., 2021). A pesar del importante rol que juegan las familias y los iguales, especialmente durante la infancia y la adolescencia, la investigación hasta el momento continúa centrada principalmente en los entrenadores y, en muchos casos, no analiza de forma conjunta la influencia de estos tres agentes sociales.

En este estudio, se analizó la interacción entre el clima motivacional que crea el entrenador, los padres y los compañeros de equipo en la predicción de la motivación de jóvenes jugadores y jugadoras de fútbol base. El objetivo fue examinar si existen efectos compensatorios entre ellos, de manera que los efectos negativos del clima *disempowering* generado por un agente social pueda ser amortiguado por los climas *empowering* creados por otros agentes implicados. En concreto, se analizó: (1) si se pueden compensar los efectos negativos del clima *disempowering* familiar sobre la motivación de los deportistas con el clima *empowering* del entrenador y de los iguales y (2) si se pueden compensar los efectos negativos del clima *disempowering* del entrenador sobre la motivación de los deportistas con el clima *empowering* de los iguales y el familiar.

Método. *Participantes.* Un total de 876 jugadoras y jugadores de fútbol base (M = 13.57; DT = 1.17) de las categorías infantil y cadete participaron en el estudio. Para ello, cumplimentaron una serie de cuestionarios autoinformados en un momento de la temporada deportiva.

Instrumentos

Clima motivacional empowering y disempowering creado por el entrenador: Se utilizó el *Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering – Entrenador* (EDMCQ-C; Appleton et al., 2016, 2023; Atienza-González et al., 2024). Este instrumento está compuesto por 15 ítems distribuidos en dos subescalas: clima *empowering* (p. ej., «Mi entrenador ha intentado que los jugadores se sintiesen bien cuando daban su máximo») y clima *disempowering* (p. ej., «Mi entrenador ha gritado de malas maneras a los jugadores cuando se han equivocado»).

Clima motivacional empowering y disempowering creado por los padres: Se administró el *Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering creado por el padre y la madre* (EDMCQF/M; Martínez-González et al., 2024). Está formado por 15 ítems divididos en dos subescalas: clima *empowering* (p. ej., «Mi padre/madre ha intentado que me sintiese bien cuando daba mi máximo en fútbol») y clima *disempowering* (p. ej., «Mi padre/madre me ha gritado de malas maneras cuando me he equivocado en el fútbol»).

Clima motivacional empowering y disempowering creado por los iguales: Se empleó el *Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering creado por los Iguales* (EDMCQF/P; González-García et al., 2024), compuesto por 15 ítems distribuidos en dos subescalas: clima *empowering* (p. ej., «La mayoría de los jugadores han intentado que los compañeros del equipo se sintiesen bien cuando daban su máximo») y clima *disempowering* (p. ej., «La mayoría de los jugadores han gritado de malas maneras a sus compañeros del equipo cuando se han equivocado»).

Motivación: Se utilizó la versión breve del *Cuestionario de Regulación Conductual en el Deporte* (BRSQ; Lonsdale et al., 2008; Viladrich et al., 2013). Este cuestionario consta de 13 ítems agrupados en tres subescalas: motivación autónoma (p. ej., «Juego al fútbol en este equipo porque me gusta»), motivación controlada (p. ej., «Juego al fútbol en este equipo porque me siento presionado por los demás para seguir haciéndolo») y no motivación (p. ej., «Juego al fútbol en este equipo, aunque me pregunto por qué continúo»).

Análisis de datos. Una vez recogida la información, los datos fueron analizados mediante la macro PROCESS para SPSS, utilizando el modelo 2 con dos moderadores (Hayes, 2022).

Resultados. Los resultados de los análisis de moderación mostraron que el clima *disempowering* que crean los padres disminuye significativamente la motivación autónoma de los jóvenes y aumenta su motivación controlada y no motivación. Sin embargo, el clima *empowering* que crean los iguales amortiguaba el efecto negativo sobre la motivación autónoma, mientras que el clima *empowering* que creaba el entrenador amortiguaba el efecto de los padres sobre la motivación controlada y la no motivación. Además, el clima *disempowering* creado por el entrenador, también predijo negativamente la motivación autónoma y positivamente la motivación controlada y la no motivación de los jugadores. Cuando se analizaron los efectos de la familia y los iguales para compensar estos efectos, los resultados fueron menos alentadores. Únicamente el clima *empowering* de los padres (y no el de los iguales) compensó de manera significativa el efecto del entrenador sobre la motivación autónoma y la no motivación. Ni el clima *empowering* de los padres ni el de los iguales pudieron compensar los efectos del clima *disempowering* de los entrenadores sobre la motivación controlada de los jugadores.

Conclusiones. Los hallazgos muestran que los efectos negativos de los climas *disempowering* creados por padres o entrenadores pueden ser compensados por climas *empowering* promovidos por otros agentes significativos, lo que favorece el mantenimiento de mayores niveles de motivación autónoma y de menores niveles de motivación controlada y no motivación. En conjunto, este estudio destaca la importancia que tiene cada uno de los agentes sociales implicados en el contexto deportivo de los jóvenes que juegan a fútbol base. Tanto los entrenadores, los padres como los iguales contribuyen a la calidad de su motivación a través de los climas motivacionales que crean. Tener en cuenta el papel de cada uno, así como la interacción entre ellos es fundamental para comprender las dinámicas motivacionales que tienen lugar en el fútbol base y poder intervenir adecuadamente.

Nota: Proyecto subvencionado CIAICO/2021/248 titulado «Entorno social y funcionamiento óptimo: Un estudio longitudinal en fútbol base». Conselleria de Educación, Universidades y Empleo. Generalitat Valenciana.

Referencias

Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology, 84*(3), 261–271. https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.261

Appleton, P. R., Ntoumanis, N., Quested, E., Viladrich, C., & Duda, J. L. (2016). Initial validation of the coach-created Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire (EDMCQ-C). *Psychology of Sport and Exercise, 22,* 53–65. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.05.008

Appleton, P. R., Viladrich, C., Quested, E., González-García, L., Papaioannou, A., Hall, H. K., Balaguer, I., Ramis, Y., Sarrazin, P., Heuzé, J.-P., Ommundsen, Y., Wold, B., Samdal, O., & Duda, J. L. (2023). Measurement invariance of the Empowering and Disempowering Motivational Climate Questionnaire-Coach in youth sport. *Frontiers in Psychology, 13,* 958444. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.958444

Atienza-González, F. L., González-García, L., Carrillo, A., Fernández, A., & Balaguer, I. (2024, octubre). Validación psicométrica de la versión reducida del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering – Entrenador (EDMC-QC-R) [póster]. En *Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte.*

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching: How the stage was set for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*(4), 311–318. https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414

Duda, J. L., Balaguer, I., & Appleton, P. R. (2024). Empowering and disempowering coach-created motivational climates. En L. Davis, S. Jowett, & R. Keegan (Eds.), *Social Psychology in Sport* (pp. 141–155). Human Kinetics.

González-García, L., Carrillo-Marín, A., Atiénzar, M. A., Fabra, P., & Tudela-Desantes, A. (2024, octubre). Construcción y validación psicométrica del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering para Iguales (EDMCQP) [póster]. En *Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte.*

Hayes, A. F. (2022). *Introduction to Mediation, Moderation, and Conditional Process Analysis: A regression-based approach* (3rd ed.). Guilford Press.

Krommidas, C., Papaioannou, A. G., Comoutos, N., Kouali, D., & Galanis, E. (2022). Effects of parental support and coach-initiated motivational climate on young athletes' psychosocial behaviors and well-being. *Asian Journal of Sport and Exercise Psychology, 2*(3), 140–150. https://doi.org/10.1016/j.ajsep.2022.06.002

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The Behavioral Regulation in Sport Questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 30,* 323–355. https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.323

Martínez-González, N., Atienza-González, F. L., Fernández-Machado, A., Morales-Sánchez, V., & Tudela-Desantes, A. (2024, octubre). Desarrollo y validación del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering creado por el padre y la madre (EDMCQF/M) de jóvenes deportistas [póster]. En *Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte*.

Mosqueda, S., & López-Walle, J. M. (2022). Climas motivacionales, necesidades psicológicas básicas y motivación en deportistas de una institución privada. Sinéctica, *Revista Electrónica de Educación, 59,* e1402. https://doi.org/10.31391/S2007-7033(2022)0059-003

Nicholls, J. G. (1989). *The Competitive Ethos and Democratic Education*. Harvard University Press.

Ruiz, M. C., Appleton, P. R., Duda, J. L., Bortoli, L., & Robazza, C. (2021). Social environmental antecedents of athletes' emotions. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*(9), 4997. https://doi.org/10.3390/ijerph18094997

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination Theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness.* Guilford Press.

Viladrich, C., Appleton, P. R., Quested, E., Duda, J. L., Alcaraz, S., Heuzé, J. P., Ntoumanis, N. Castillo, I., Sarrazin, P., & Papaioannou, A. (2013). Measurement invariance of the Behavioural Regulation in Sport Questionnaire when completed by young athletes across five European countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*, 384–394. http://doi.org/10.1080/1612197X.2013.830434

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 125-129
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

GENERANDO CLIMAS MOTIVACIONALES EN LA CHARLA PREPARTIDO: ¿CÓMO PROMOVER CONOCIMIENTOS Y CAMBIOS DE CONDUCTA EN EL ENTRENADOR?

Pablo E. Raya-Castellano[1], Juan J. Pulido[2], Tomás García-Calvo[1]

[1]*Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura,*
[2]*Facultad de Educación y Psicología, Universidad de Extremadura*

praya@unex.es

Introducción. La charla prepartido es la última oportunidad del entrenador para recordar la información táctica entrenada y transmitir mensajes «emocionales» antes de la competición. Aunque más información técnico-táctica durante la charla prepartido se ha asociado con mayor autoeficacia y emociones funcionales del jugador, otros estudios también recogen mejoras en eficacia colectiva e inspiración tras charlas más emocionales (González et al., 2021). No obstante, el estudio de González et al. (2021) no halló datos consistentes en cuanto a la inspiración y la motivación de los jugadores tras una charla prepartido motivacional, a pesar de que ambas variables parecen estar íntimamente relacionadas (Thrash & Elliot, 2003). Dos teorías se han empleado principalmente para entender los procesos motivacionales en los contextos deportivos. En primer lugar, la teoría de la autodeterminación propone que un individuo se encuentra motivado para hacer aquello que satisface sus necesidades psicológicas básicas (i.e., autonomía, competencia y relaciones sociales). Por otra parte, la teoría de metas de logro sugiere que hay dos orientaciones motivacionales principales (i.e., basada en la tarea o basada en el ego) a través de las cuáles un deportista puede juzgar su competencia. Por ello, el entrenador puede facilitar climas motivacionales de apoyo o control a la autonomía, competencia, y a las relaciones sociales. Igualmente, estos constructos pueden ser utilizados como formador de entrenadores para promover que el entrenador intente modificar su conducta. Sin embargo, ningún estudio ha observado

sistemáticamente la conducta del entrenador durante charlas prepartido desde una perspectiva motivacional (teoría de la autodeterminación y la teoría de metas de logro). Asimismo, ningún estudio ha utilizado los constructos de estas teorías en las formaciones y/o mentorías con entrenadores. Por tanto, este estudio pretende: 1) Analizar sistemáticamente los comportamientos verbales del entrenador en relación con el clima motivacional generado durante la charla prepartido y 2) Examinar posibles métodos de intervención con entrenadores para que su conocimiento se transforme en conducta en diferentes contextos.

Método. Cinco entrenadores trabajando con los equipos Sub 19, 18, y 16 de un club profesional de LaLiga dieron su consentimiento para participar. La recogida de datos se llevó a cabo a través de las grabaciones de vídeo de seis charlas prepartido de cada entrenador (n=30) que se analizaron a través de un doble proceso complementario compuesto por: 1) análisis de contenido y 2) observación sistemática. Además, se realizó una entrevista cualitativa con cada entrenador para examinar las razones que subyacían su conducta, así como sus percepciones para transformar los contenidos de formación en conductas. El análisis del comportamiento verbal comenzó de manera deductiva revisando en profundidad herramientas previamente utilizadas en el ámbito deportivo basadas en las teorías de la autodeterminación y metas de logro como el CISOS (Pulido et al., 2019), MMCOS (Smith et al., 2015) y ACT (Erickson & Côte, 2015). A continuación, una vez se reunieron las diferencias entre categorías y sus definiciones en los instrumentos anteriores, los autores tomaron parte en extensas discusiones tomando como referencia seis grabaciones de charlas prepartido hasta que se acordó el significado exacto de los tópicos, sub/dimensiones, y comportamientos específicos.

— Procedimiento 1: *Análisis de Contenido*. El mismo autor transcribió todas las charlas prepartido y dichas transcripciones se dividieron en tantas unidades de análisis como cambios de contenido había en el texto. Estas unidades de análisis permitieron identificar de manera preliminar los tópicos (contextual, estrategia de juego, orientación motivacional y clima social) y dimensiones de autonomía y competencia empleados por el entrenador en los mensajes contextual y de estrategia de juego.

— Procedimiento 2: *Observación Sistemática*. A continuación, el vídeo fue utilizado para comprobar las categorizaciones realizadas en el análisis de contenido y evaluar el tono empleado por el entrenador. Así, los tópicos de contextual, estrategia de juego, y clima social se podían sub-categorizar en apoyo, neutral, y control; y la orientación motivacional en ego, neutral, o tarea. Las dimensiones de contextual y estrategia de juego de

apoyo, neutral, y control a su vez se sub-dividieron en comportamientos específicos. Las fiabilidades intra- e inter-observador alcanzaron los niveles Kappa de Cohen de 0.93 y 0.90, respectivamente; por encima del rango aceptado establecido por Fleiss (1981) (0.75-1.00).

— Procedimiento 3: *Entrevistas Cualitativas*. Las entrevistas se transcribieron en un total de 71 páginas y se analizaron utilizando el procedimiento de 6 fases establecido por Braun y Clarke (2021). Después de la familiarización con los datos, el primer autor combinó lecturas deductivas e inductivas de las transcripciones; y definió algunos «temas candidatos» que se subdividían en temas de orden superior y de primer orden. Para mejorar la confiabilidad de los datos cualitativos, los otros dos autores revisaron y discutieron las decisiones analíticas del primer autor lo que dio lugar a ligeros ajustes

Resultados. «Estrategia de juego» (74.39-41.88%) fue el tópico más utilizado por todos los entrenadores, incluyendo principalmente comportamientos como «*autonomy neutral* A» (i.e descripción de rol), «*competence neutral* A» (i.e. definición de objetivos de partido), y «*description* B» (i.e. frases sobre el rival); y en menor medida «*autonomy support* B» (i.e. facilitar elecciones u opiniones). Este estilo fue justificado de la siguiente manera por varios entrenadores:

> *«Quiero que el plan de partido esté claro. No quieres que se quede en el aire, ¿no? Quieres que esté claro antes de empezar…Si no, no va a ser un mensaje de refuerzo…Durante la semana, ya hemos trabajado en 2-3 variaciones para contrarrestar el modelo del oponente».* (Rodrigo, U18)

Además, únicamente un entrenador utilizó mayor orientación motivacional de «tarea» que de «ego» de los cinco entrenadores (Manuel: tarea=5.60 % y ego=3.12 %). Los participantes explicaron que el contexto (nivel del rival, horario de partido, etc.) determina cuándo utilizar mensajes más orientados hacia la tarea o el ego:

> *«Después de tres partidos seguidos ganando y jugando contra el último clasificado, ahí es donde hay que apretarles. Cuando juegas contra Sporting [pseudonym; derbi de canteras], ya están motivados. Únicamente necesitan una idea de qué hacer tácticamente»* (Manuel, U16)

> *«Lo del ego es mejor un miércoles a las 6 de la tarde, porque no están acostumbrados y llegan despistados…Y la tarea, lo veo más un sábado jugando contra un buen equipo para estar concentrados. Ese día, no necesitan ese extra de motivación».* (Rodrigo, U18)

Discusión. Este patrón de conducta utilizando principalmente descripción de rol, clarificación de objetivo y comentarios del rival resalta la importancia del estilo «*clarifying*» a través del cual los entrenadores comunican claramente las expectativas y objetivos (Delrue et al., 2019). Aunque este estilo está considerado como de apoyo para la necesidad de competencia del jugador (Reynders et al., 2020), la literatura también nos previene del riesgo de sobrecarga cognitiva de dar demasiada información al deportista (Mason et al., 2021). Además, de acuerdo con la justificación de los entrenadores, la predominancia de fomentar orientaciones motivacionales basadas en el ego puede estar relacionada con haber tenido en cuenta charlas prepartido previas a partidos con rivales de menor nivel. No obstante, aún no hay datos cuantitativos que corroboren esta hipótesis. Por otra parte, Raya-Castellano y colaboradores (2021 y 2024) señalan que los constructos de autonomía, competencia y relaciones sociales también son muy relevantes para que los entrenadores se encuentren en un clima motivacional de apoyo y que les ayude a desarrollar su conocimiento y transformarlo en conducta. Por ejemplo, Raya-Castellano et al. (2021) sugieren que dar autonomía al entrenador para reflexionar sobre su dirección de equipo en sesiones de análisis de vídeo aumenta el conocimiento del entrenador de esas conductas comparado con mentorizaciones dirigidas por un formador de entrenadores. Esto ha sido confirmado por Raya-Castellano et al. (2024) quien además sugiere que el clima que se establece entre el entrenador y el formador es clave no solo para generar un contexto de aprendizaje sino también para que el entrenador se perciba competente y pueda transferir su conocimiento en conductas reales. Por tanto, los constructos de autonomía, competencia y relaciones sociales no solo son transferibles para la relación entrenador-jugador sino también para la relación formador-entrenador en los programas de formación de entrenadores.

Referencias

Braun, V., & Clarke, V. (2021). *Thematic Analysis: A practical guide* (1st ed.). Sage.

Delrue, J., Reynders, B., & Broek, G. V. (2019). Adopting a helicopter perspective towards motivating and demotivating coaching: A circumplex approach. *Psychology of Sport and Exercise, 40*, 110–126. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.08.008

Erickson, K,. & Côté, J. (2015). The intervention tone of coaches' behaviour: Development of the assessment of coaching tone (ACT) observational coding system. *International Journal of Sport Science and Coaching, 10*(4-5), 699–716. https://doi.org/10.1260/1747-9541.10.4.699

Fleiss, J. L. (1981). *Statistical Methods for Rates and Proportions* (2nd ed.). Wiley.

González, S., Metzler, J., & Newton, M. (2011). The influence of a simulated «pep talk» on athlete inspiration, situational motivation, and emotion. *International Journal of Sports Science and Coaching, 6*(3), 445–459. https://doi.org/10.1260/1747-9541.6.3.445

Mason, R. J., Farrow, D. & Hattie, J. A. C. (2021). An exploratory investigation into the reception of verbal and video feedback provided to players in an Australian football league club. *International Journal of Sports Science and Coaching, 16*(1), 181–191. https://doi.org/10.1177/1747954120951080

Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., & Silva, M. N. (2019). Development and preliminary validation of the coach interpersonal style observational system. *International Journal of Sports Science & Coaching, 14*(4), 471–479. https://doi.org/10.1177/1747954119858965

Reynders B., Van Puyenbroeck S., & Ceulemans E. (2020). How do profiles of need-supportive and controlling coaching relate to team athletes' motivational outcomes? A person-centered approach. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 42*(6), 452–462. https://doi.org/10.1123/jsep.2019-0317

Smith N., Tessier D., & Tzioumakis Y. (2015). Development and validation of the multidimensional motivational climate observation system. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 37*(1), 4–22. https://doi.org/10.1123/jsep.2014-0059

Thrash, T. M., & Elliot A. J. (2003). Inspiration as a psychological construct. *Journal of Personality and Social Psychology, 84*(4), 871–889. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.4.871

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 130-132
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

GESTIONANDO LA PRESIÓN EN EL ALTO RENDIMIENTO A TRAVÉS DE LOS CLIMAS MOTIVACIONALES

Joaquín Sorribas Ariño[1], Mª Ángeles Atiénzar Martínez[2]

[1]Real Club Deportivo de La Coruña S.A.D. [2]Valencia CF S.A.D y Universitat de València (UIPD)

joaquinsorribas@hotmail.com, matienzarmar@gmail.com

Introducción: Un contexto que implica al ego. Es interesante entender el escenario global con el que conviven lo chicos (y cada vez más las chicas) que deciden intentar dedicarse a este deporte, por esto nos parece fundamental analizar de forma descriptiva cómo la orientación de meta a la tarea o al ego (Nicholls, 1989) y el clima motivacional que genera la persona que lidera el equipo pueden potenciar o mermar la proyección deportiva de los jugadores/as y los equipos (Duda y Balaguer, 2007; Duda, 2013).

Cada persona va creciendo, educándose y evolucionando en un contexto muy influenciado por el momento social, familiar y cultural que, en muchos casos, dificulta el bienestar y el rendimiento, inoculando UNA PRESIÓN, en muchos casos excesiva. Desde nuestra perspectiva podemos encontrar mínimo tres estratos generadores de presión: la sociedad, la familia y la industria del fútbol. Estos tres ámbitos van generando creencias y orientaciones centradas en el resultado, destacar, tener un estatus e impacto social que calan en los chicos y chicas condicionando su identidad, desempeño y disfrute.

Evolución dentro de las canteras de élite. Desde la experiencia en las academias de fútbol consideradas de élite, así como el fútbol de alto rendimiento, intentaremos explicar el papel determinante que tiene el clima motivacional que generan las personas de referencia para proteger a los jugadores de la alta implicación al ego del contexto social. Esto facilita lidiar con la presión ejercida por todos los agentes sociales que rodean al futbolista (afición, prensa, familias, agencias de representa-

ción…) para, no solo evitar alcanzar la «asfixia bajo presión» (Baumeister, 1984) sino alcanzar los objetivos propuestos, su mejor desempeño y un alto nivel de bienestar.

Siguiendo una cronología hipotética, que nos sirva de guía, desde que una persona comienza su camino en estas academias hasta los contextos de fútbol profesional podemos establecer 3 etapas diferentes:

1. *Primeras etapas de formación:* creación de una identidad personal del chico/a donde el entrenador será el foco principal del trabajo para protegerlo de las presiones externas y ayudarle a construir una identidad adaptativa. Durante estas etapas aparece una combinación entre: las expectativas propias y del entorno, los resultados que los chicos van alcanzando, la orientación de meta y sus propios valores. Esta combinación irá dándole forma a una identidad que les ayudará a definirse a sí mismos.
2. *Etapas intermedias del desarrollo (juveniles/filial):* trabajo intercalado con entrenador/a y jugador/a. En estos momentos lo sucedido en la etapa anterior especialmente si estaba acompañado de una alta orientación al ego puede generar un alto grado de frustración y estancamiento en el desarrollo, aumentando además la sensación de presión que puede tomar especialmente fuerza a nivel interno («tengo que ser lo que se esperaba de mí»).
3. *Etapa adulta y máxima competición:* trabajo diferencial entre jugador/a y entrenador/a. Las presiones comienzan a ser «reales» por lo que necesitan más que nunca un escudo protector potente, que lo encontrarán en el clima generado por el entrenador y en las habilidades del jugador para alcanzar su estado ideal de rendimiento, alcanzar el Flow (García-Calvo et al., 2005). Es decir, los jugadores necesitarán sentir que tienen el CONTROL.

A lo largo de este recorrido podremos ver las diferentes presiones a las que son sometidos estos jóvenes, así como el papel determinante que tiene la persona que entrena a través del clima motivacional que genera.

Conclusiones. El trabajo coordinado entre la figura de la/el psicólogo deportivo y el entrenador o entrenadora será determinante para ayudar a los y las jugadoras, especialmente a través del clima generado, a tener la sensación de control de su propio proceso que se torna tan necesaria para poder desarrollarse de forma adaptativa y alcanzar el estado de *flow* y su máximo rendimiento acompañado de forma inevitable de mayores niveles de bienestar.

Referencias

Baumeister, R. F. (1984). Choking under pressure: Self-consciousness and paradoxical effects of incentives on skillful performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*(3), 610-620. https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.3.610

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*(4), 311-318. https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414

Duda, J. L., & Balaguer, I. (2007). Coach-created motivational climate. En S. Jowett & D. Lavallee (Eds.), *Social Psychology in Sport* (pp. 117-130). Human Kinetics.

García Calvo, T., Cervelló, E., Jiménez Castuera, R., Iglesias Gallego, D., & Santos-Rosa, F. J. (2005). La implicación motivacional de jugadores jóvenes de fútbol y su relación con el estado de flow y la satisfacción en competición. *Revista de Psicología del Deporte, 14*(1), 21-42.

López Torres, M. R. (2007). *Características y Relaciones de «Flow», Ansiedad y Estado Emocional con el Rendimiento Deportivo en Deportistas de Élite* [Tesis doctoral]. Universitat Autònoma de Barcelona. TDX. http://www.tdx.cat/TDX-0216107-163710

Mesagno, C., & Beckmann, J. (2017). Choking under pressure: Theoretical models and interventions. *Current Opinion in Psychology, 16*, 170-175. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.015

Nicholls, J. G. (1989). *The Competitive Ethos and Democratic Education*. Harvard University Press.

Puma, C., & Stephany, S. (2020). *Estado de Flow y la Orientación a la Meta (Ego, Tarea) en Deportistas Extremos* [Tesis de licenciatura]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas. https://repositorioacademico.upc.edu.pe/handle/10757/653076

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 133-136
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LOS ENTRENADORES COMO AGENTES DE CAMBIO A TRAVÉS DEL APRENDIZAJE DE ESTRATEGIAS DE EMPODERAMIENTO

Luis Ródenas Cuenca, Jeanette López Walle, José Leandro Tristán Rodríguez

Universidad Autónoma de Nuevo León (Facultad de Organización Deportiva)

luis.rodenascn@uanl.edu.mx, jeanette.lopezwl@uanl.edu.mx, jose.tristanrr@uanl.edu.mx

Introducción. El entrenador deportivo es una figura clave en la formación no solo física y técnica, sino también emocional y social de los jóvenes deportistas. Diversos estudios han señalado que el clima motivacional generado por el entrenador tiene un impacto directo sobre la motivación, el bienestar y la permanencia en el deporte (Duda, 2001; Balaguer et al., 2012). El clima motivacional hace referencia al ambiente psicosocial generado por el entrenador en sus interacciones diarias en los entrenamientos y partidos con los deportistas (Ames, 1992). A partir de la integración de dos marcos teóricos fundamentales, la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 1985, 2000), y la Teoría de las Metas de Logro (Nicholls, 1989; Ames, 1992) en el modelo de climas *empowering* y *disempowering* se han definido dos tipos de climas: los climas *empowering* y los climas *disempowering (*Duda, 2013). Los primeros se caracterizan por la implicación en la tarea, el apoyo a la autonomía y el apoyo social, aspectos que fomentan la motivación intrínseca, el disfrute y la adherencia a la práctica deportiva. En contraposición, los climas *disempowering* se caracterizan por la implicación en el ego y el uso del estilo controlador y fomentan la frustración de las necesidades psicológicas básicas, lo que puede derivar en ansiedad, falta de motivación y abandono deportivo (Bartholomew et al., 2010; Duda, 2013). En este marco, resulta fundamental contar con herramientas que permitan analizar de manera objetiva las conductas del entrenador en su contexto natural de actuación. La metodología observacional se ha consolidado como una estrategia idónea para este propósito, ya que posibilita registrar de forma sistemática las

interacciones durante los entrenamientos y transformarlas en datos analizables (Anguera et al., 2017). A través de esta aproximación se pueden identificar patrones de comportamiento y establecer perfiles motivacionales que reflejen la realidad del proceso de enseñanza-aprendizaje en el deporte. El programa de formación *Empoweirng Coaching™* ha aportado herramientas teóricas y metodológicas para poder formar a los entrenadores en la creación de climas de empoderamiento (Balaguer et al., 2021) y a su vez se han desarrollado protocolos de observación de la conducta que los entrenadores que nos permiten analizar el antes y después de una intervención (véase Fabra et al., 2018). El presente trabajo presenta una experiencia de formación aplicada a entrenadores deportivos, con el objetivo de que reconozcan, modifiquen y consoliden estrategias que fomenten el empoderamiento en sus contextos de trabajo evaluados a través de una metodología observacional con filmaciones.

Método. Se implementó el programa de formación *Empowering Coaching™* a entrenadores durante un año (agosto 2018 - mayo 2019) dividido en cinco fases: contacto inicial, filmación, talleres formativos, seguimientos, y evaluación final (vease Balaguer et al., 2022). Para la observación del clima motivacional se utilizó el *Motivational Coaching Observation System* (MMCOS), desarrollado por Smith et al. (2015) y validado al español por Fabra et al. (2018). Este sistema permite categorizar las conductas del entrenador en factores de orden superior, dimensiones del ambiente y estrategias conductuales, diferenciando entre un enfoque *empowering*, y un enfoque *disempowering* (Duda, 2013). El análisis de los registros audiovisuales se centró en la identificación de estas estrategias, considerando tanto su frecuencia como su coherencia en la dinámica de los entrenamientos.

La muestra estuvo conformada por 49 entrenadores pertenecientes a un colegio privado. Los participantes desarrollaban su labor en diferentes disciplinas deportivas propias del ámbito escolar, incluyendo principalmente fútbol, pero también básquetbol, voleibol y atletismo, lo que permitió aplicar el programa de formación en un contexto multideportivo. Todos los entrenadores participaron de manera voluntaria y fueron evaluados antes y después de la intervención, con el fin de analizar los cambios en la creación de climas motivacionales derivados de la capacitación a través del programa *Empowering Coaching*™.

El procedimiento permitió valorar de manera sistemática los cambios en el comportamiento de los entrenadores antes y después de la intervención, integrando la observación objetiva mediante el sistema MMCOS con los procesos de autoevaluación y reflexión personal, lo que aportó una visión integral sobre el impacto de la formación en la creación de climas motivacionales *empowering*.

Resultados. El análisis observacional del entrenador mediante el MMCOS permitió identificar las estrategias motivacionales antes y después de la formación. En la evaluación inicial, las conductas observadas se caracterizaron por una mayor presencia de estrategias asociadas a un clima *disempowering*, como el uso de instrucciones controladoras, la corrección inmediata sin explicación y la falta de participación activa de los jugadores en la toma de decisiones. Aunque se observaron conductas de reconocimiento del esfuerzo, estas aparecieron de manera puntual y sin coherencia con el resto de la dinámica de entrenamiento. Tras la formación y el seguimiento, los registros de video mostraron un incremento en la frecuencia de conductas *empowering*. Entre ellas destacaron la utilización de preguntas abiertas para fomentar la reflexión de los jugadores, la inclusión de opciones en la ejecución de tareas, un feedback positivo centrado en el esfuerzo y la mejora, así como un mayor interés por el bienestar emocional de los deportistas durante las sesiones. Asimismo, se redujo de manera notable la presencia de conductas controladoras y comentarios negativos. El análisis mostró que los entrenadores pueden modificar su comportamiento y promover entornos *empowering* con formación adecuada. La reflexión personal, el uso del diario reflexivo y la incorporación de estrategias en la ficha de sesión fueron claves para el cambio.

Conclusiones. La implementación del programa de formación basado en el modelo *Empowering Coaching*™ permitió a los entrenadores modificar de forma significativa su manera de interactuar con los deportistas. Los resultados coinciden en resaltar que el cambio hacia un clima más *empowering* favoreció la comunicación positiva, la participación activa y la motivación de calidad. Asimismo, se comprobó que las estrategias trabajadas en talleres y reforzadas mediante la reflexión personal, el visionado de videos y el uso de diarios reflexivos tuvieron un efecto directo en la práctica real de los entrenadores. En términos aplicados, se concluye que cada sesión de entrenamiento constituye una oportunidad de empoderar a los jóvenes, no solo en su dimensión deportiva, sino también en su desarrollo personal y social. La experiencia muestra que los entrenadores, cuando cuentan con formación específica y acompañamiento continuado, pueden transitar de climas *disempowering* hacia entornos *empowering,* generando un impacto positivo tanto en el bienestar como en la permanencia de los jóvenes en la práctica deportiva.

Referencias

Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. En G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 161-176). Human Kinetics.

Anguera, M. T., Camerino, O., Castañer, M., Sánchez-Algarra, P., & Onwuegbuzie, A. J. (2017). The specificity of observational studies in physical activity and sports sciences: Moving forward in mixed methods research and proposals for achieving quantitative and qualitative symmetry. *Frontiers in Psychology, 8*, 2196. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.02196

Balaguer, I., Castillo, I., & Duda, J. L. (2021). Creación de climas de empoderamiento. En T. García-Calvo, F. M. Leo, & E. M. Cervelló (Eds.), *Dirección de Equipos Deportivos* (pp. 447-469). Editorial Tirant lo Blanch.

Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., & García-Merita, M. (2012). Asociaciones entre la percepción del clima motivacional creado por el entrenador, orientaciones de meta, regulación motivacional y bienestar en futbolistas jóvenes. *Revista de Psicología del Deporte, 21(*1), 215–221.

Balaguer, I., Castillo, I., López-Walle, J. M., & Brandão, R. (2022). Psicología social en el deporte. En M. Moya, I. Valor-Segura, & B. Buunk (Eds.), *Psicología Social. Aplicación a los problemas sociales* (pp. 56-76). Editorial Médica Panamericana.

Bartholomew, K. J., Ntoumanis, N., & Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling coach behaviors scale: Development and initial validation. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 32*(2), 193–216. https://doi.org/10.1123/jsep.32.2.193

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Springer.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry, 11*(4), 227–268. https://doi.org/10.1207/S15327965PLI1104_01

Duda, J. L. (2001). Achievement goal research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. En G. C. Roberts (Ed.), *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp. 129–182). Human Kinetics.

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*(4), 311–318. https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414

Fabra, P., Balaguer, I., Castillo, I., Mercé, J., & Duda, J. L. (2018). Evaluación del clima motivacional generado por los entrenadores de fútbol: Propiedades psicométricas del MMCOS. *Revista de Psicología del Deporte, 27*(1), 57–64.

Nicholls, J. G. (1989). *The Competitive Ethos and Democratic Education*. Harvard University Press.

Smith, N., Tessier, D., Tzioumakis, Y., Quested, E., Appleton, P., Sarrazin, P., Papaioannou, A., & Duda, J. L. (2015). Development and validation of the *Multidimensional Motivational Climate Observation System*. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 37*(1), 4–22. https://doi.org/10.1123/jsep.2014-0059

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 137-138
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

REALIDAD DEL FÚTBOL FEMENINO. ENTREVISTAS EN PROFUNDIDAD COMO INSTRUMENTO PARA LA EVALUACIÓN DE LA PERCEPCIÓN DE JUGADORAS DE ÉLITE

Ana Díaz Crespo

Universidade da Coruña

diazcrespoana@gmail.com

Introducción y justificación. El fútbol femenino ha experimentado un importante crecimiento en los últimos años, tanto en visibilidad como en profesionalización. Sin embargo, persisten desigualdades estructurales que limitan las oportunidades, el reconocimiento y la representación de las mujeres en este ámbito. Las investigaciones existentes sobre fútbol suelen centrarse en el rendimiento o en el análisis técnico-táctico, mientras que los estudios con enfoque sociológico y de género son todavía escasos. Este proyecto, que constituye la base de una tesis doctoral en curso, surge con el propósito de dar voz a las futbolistas de élite y comprender cómo perciben y viven las desigualdades de género en su trayectoria profesional, explorando sus experiencias desde una perspectiva feminista.

Objetivos del estudio. El objetivo general es analizar la percepción de las jugadoras de fútbol de élite (Liga F) acerca de las diferencias de género que influyen en el desarrollo de su carrera deportiva. De manera específica, se pretende: Explorar la concepción que tienen las jugadoras sobre el estado actual del fútbol femenino profesional; identificar las barreras y dificultades asociadas al género a lo largo de su trayectoria; conocer las experiencias personales y los factores determinantes en su toma de decisiones deportivas; y recoger la visión de otros agentes implicados (dirección deportiva, cuerpo técnico) acerca del estado del fútbol femenino y su evolución.

Metodología. Se adoptará un enfoque cualitativo basado en entrevistas en profundidad como técnica principal de recogida de información. La muestra estará compuesta por jugadoras de la Liga F y, de forma complementaria, por miembros del equipo directivo y del cuerpo técnico de sus clubes. La elección de esta metodología responde al interés de comprender las experiencias subjetivas de las protagonistas, priorizando la profundidad y el rigor interpretativo frente al volumen de datos. El análisis de contenido se llevará a cabo de manera sistemática y trazable, mediante procedimientos de codificación, categorización y creación de redes semánticas, lo que permitirá identificar patrones, relaciones y temáticas emergentes, empleando el software de análisis cualitativo Atlas.ti.

Aportaciones esperadas y relevancia. Se espera que los resultados contribuyan a visibilizar las desigualdades que persisten en el fútbol profesional femenino y a fundamentar propuestas orientadas a la equidad de género en el deporte. El estudio pretende ofrecer una perspectiva innovadora al situar las voces de las jugadoras en el centro del análisis, aportando conocimiento cualitativo de gran valor social y científico. Asimismo, refuerza la necesidad de integrar la perspectiva de género en la investigación en fútbol profesional.

Referencias

Boronat, D. (2020). *No las llames chicas, llámalas futbolistas.* Plataforma Editorial.

Jiménez, M. (2022). *Yo también quiero jugar al fútbol: 40 mujeres que cambiaron el deporte rey.* Lunwerg.

Martos-García, D., García-Puchades, W., Soler, S., & Vilanova, A. (2023). From the via crucis to paradise. The experiences of women football players in Spain surrounding gender and homosexuality. *International Review for the Sociology of Sport, 58(*7), 1075-1091. https://doi.org/10.1177/10126902231153349

Pena, H. J. (2022). *Historia do Fútbol Feminino en Galicia.* Edicións Embora.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 139-140
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DE LOS ESTILOS DE JUEGO EN LA FWWC2023 A PARTIR DE DATOS DE *EVENTING* DE *STATSBOMB*

Iyán Iván-Baragaño

Department of Sports Sciences, Faculty of Medicine, Health, and Sports, Universidad Europea de Madrid, Madrid, Spain.

iyanivanbaragano@gmail.com

Introducción. La evidencia científica sobre el análisis de rendimiento en fútbol femenino presenta una brecha de conocimiento todavía en la actualidad (Okholm Kryger et al., 2021). En los últimos años, en cambio, ha existido un interés por conocer cuáles son los patrones técnicos y tácticos de los equipos de élite (De Jong et al., 2020; Iván-Baragaño et al., 2021; Lee & Mills, 2021; Maneiro et al., 2019). Hasta este momento, la mayor parte de los estudios han estado fundamentados en la Metodología Observacional, si bien en la actualidad la proliferación de proveedores de datos ha supuesto un cambio de paradigma en el tipo de información utilizada para comprender dichos patrones. El objetivo de este estudio fue entrenar un algoritmo de *clustering* capaz de clasificar los diferentes tipos de pases ejecutados en la FIFA *Women´s World Cup* 2023. De igual forma, se pretendió analizar los estilos de juego de las selecciones nacionales en este mismo campeonato a través visualizaciones gráficas.

Método. Un total de 227,393 datos de *eventing* fueron descargados del proveedor de datos *Statsbomb* [https://statsbomb.com/news/statsbomb-release-free-2023-womens-world-cup-data/]. Una vez descargados, fueron seleccionados únicamente los eventos tipo «Pase», generando un *dataset* consistente en más de 60.000 pases y 14 variable asociadas a los eventos. Una vez preprocesados los datos, se entrenó un algoritmo de *clustering* que permitió identificar 5 tipos de pases en función de las variables asociadas. La interpretación de estos clústeres se llevó a cabo mediante un modelo de árbol de decisión descriptivo, utilizando el 100% de la muestra.

Resultados. Se identificaron 5 tipos de pases que presentaron diferencias en función de las coordenadas X e Y del terreno de juego y, entre otros factores, la altura del pase. De forma general, se identificaron los pases: i) de creación en el sector derecho, ii) de creación en sector izquierdo, iii) de juego combinativo en el sector derecho de campo rival, iv) de juego combinativo en el sector izquierdo de campo rival, y v) juego directo al área rival. De igual forma, se identificaron diferencias entre los equipos. Los equipos mejor clasificados presentaron un mayor número de pases agrupados en los *clusters* identificados en campo rival, mientras que los equipos peor clasificados presentaron un mayor número de pases en campo propio y pases directos al área rival.

Conclusiones. En primer lugar, este estudio presentó un procedimiento de limpieza de datos, preprocesamiento, y análisis capaz de segmentar los datos de evento tipo pase, así como identificar patrones de juego individuales y colectivos a partir de visualizaciones gráficas altamente visuales. De igual forma, este procedimiento, puede ayudar a «*scouters*», entrenadores, y cuerpos técnicos a comprender los estilos de juego de una forma rápida e intuitiva.

Referencias

De Jong, L. M. S., Gastin, P. B., Angelova, M., Bruce, L., & Dwyer, D. B. (2020). Technical determinants of success in professional women's soccer: A wider range of variables reveals new insights. *PLOS ONE, 15(10)*, e0240992. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0240992

Iván-Baragaño, I., Maneiro, R., Losada, J., & Ardá, A. (2025). Technical-tactical evolution of women's football: a comparative analysis of ball possessions in the FIFA Women's World Cup France 2019 and Australia and New Zealand 2023. *Biology of Sport, 42(1)*, 11–20. https://doi.org/10.5114/biolsport.2025.139077

Lee, J., & Mills, S. (2021). Analysis of corner kicks at the FIFA Women's World Cup 2019 in relation to match status and team quality. *International Journal of Performance Analysis in Sport, 21*(5), 679–699. https://doi.org/10.1080/24748668.2021.1936408

Maneiro, R., Casal, C. A., Ardá, A., & Losada, J. L. (2019). Application of multivariate decision tree technique in high performance football: The female and male corner kick. *PLOS ONE, 14*(3), e0212549. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0212549

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 141-142
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INFLUENCIA DEL RANKING FIFA EN EL ESTILO DE JUEGO OFENSIVO Y DESARROLLO DE POSESIONES DE BALÓN DURANTE LA COPA MUNDIAL FEMENINA FIFA 2023

Rubén Maneiro[1], Iyán Iván-Baragaño[2], Antonio Ardá[3]

[1]Universidade de Vigo, [2]Universidad de León, [3]Universidade da Coruña

ruben.maneiro@uvigo.gal

Introducción. En los últimos años, la investigación en fútbol femenino ha experimentado un notable incremento, aunque aún existen desequilibrios en el número de estudios técnico-tácticos. Las posesiones de balón representan un indicador clave del rendimiento ofensivo, y su análisis permite comprender mejor las estrategias empleadas por equipos de diferente nivel competitivo. El presente estudio tuvo como objetivo analizar la influencia del Ranking FIFA (equipos Top 10 vs. No Top 10) en el desarrollo de las posesiones ofensivas durante la Copa Mundial Femenina FIFA 2023.

Método. Se utilizó Metodología Observacional, con un diseño nomotético, puntual y multidimensional. La muestra incluyó todas las posesiones de balón (N= 2.346) de los 16 partidos disputados desde octavos de final en adelante en la Copa Mundial Femenina 2023. Criterios de inclusión: posesiones de al menos 4 seg. con dos toques consecutivos, pase o tiro. Instrumento de observación ad hoc con 4 macrocriterios, 18 criterios y 56 categorías. Registro y análisis mediante el software Lince Plus v2.1.0. Tres observadores entrenados alcanzaron un índice de concordancia Kappa de Cohen de 0.869.

Se aplicaron análisis bivariados, ANOVA factorial y clúster bidimensional.

Resultados. Los equipos Top 10 mostraron más posesiones con intención de conservar el balón, iniciadas en zonas más avanzadas y con mayor duración. Los equipos No Top 10 tendieron a un enfoque más directo, iniciando desde zonas retrasa-

das. Los Top 10 registraron mayor número de pases, más tiempo en campo rival y finalizaciones más exitosas. Se identificaron tres perfiles ofensivos: (1) **Enfoque mixto** (47.5%); 2) **Enfoque directo** (38.4%, equipos No Top 10); (3) **Enfoque conservador** (14%, equipos Top 10).

Conclusiones. El nivel competitivo, medido por el Ranking FIFA, influye de manera significativa en el desarrollo de las posesiones ofensivas. Los equipos Top 10 muestran una mayor capacidad para conservar el balón, controlar el juego en campo rival y elaborar ataques más estructurados. Estos hallazgos aportan evidencia empírica sobre tendencias tácticas en el fútbol femenino de élite, con implicaciones prácticas para el entrenamiento, el scouting y el análisis del rendimiento.

Referencias

Anguera, M. T. (1979). Observational typology. *Quality & Quantity, 13*(6), 449-484. https://doi.org/10.1007/BF00222999

Iván-Baragaño, I., Bustamante-Sánchez, Á., Ardá, A., & Maneiro, R. (2025). Effect of team quality on offensive playing style and ball possessions development during the 2023 FIFA Women's World Cup. *Biology of Sport, 42*(4), 49-58. https://doi.org/10.5114/biolsport.2025.148539

Kirkendall, D. T., & Krustrup, P. (2022). Studying professional and recreational female footballers: A bibliometric exercise. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 32,* 12-26. https://doi.org/10.1111/sms.14019

Losada, J. L., & Manolov, R. (2015). The process of basic training, applied training, maintaining the performance of an observer. *Quality & Quantity 49*(1), 339-347. **https://doi.org/10.1007/s11135-014-9989-7**

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 143-144
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DISEÑO DE UN INSTRUMENTO DE OBSERVACIÓN PARA LA DETECCIÓN DE PATRONES TEMPORALES EN FASE DE ATAQUE EN EL FÚTBOL DE ALTO NIVEL

Juan José Martínez Sánchez

Universidad Europea de Madrid y Universidade da Coruña

jjmartinezsanchez10@gmail.com

Introducción. El estudio de las acciones y conductas perceptibles que tienen lugar en el desarrollo de un partido de fútbol puede realizarse a través de la observación (Anguera, 2010). Basándonos en esta afirmación y teniendo en cuenta el progreso y repercusión más que notable del fútbol femenino, donde muchos de los equipos considerados punteros han obtenido grandes éxitos llevando a cabo un estilo basado en el juego de posición, se estableció un plan investigador basado en detectar aquellos patrones temporales en fase ofensiva del juego de posición que conducen a que una jugadora, en posesión del balón, se encuentre en evidente intención de ataque hacia la línea defensiva rival, de frente a ella y sin oposición cercana.

Método. Se llevará a cabo un análisis retrospectivo de las últimas cinco jugadoras que actúan con balón antes de la aparición de la situación motivo de estudio, así como un análisis posterior a dicho evento, con el fin de registrar la forma con la que se termina la fase de ataque en la que se enmarca. Por todo ello, se diseñó un instrumento de observación directa, elaborado ad hoc y constituido por la combinación de formato de campo y sistemas de categorías, para transferirlo posteriormente al software LINCE PLUS V. 1.1.1. (R) (Soto et al., 2019), útil y valorado dentro de la metodología observacional, permitiendo con ello el análisis de los datos registrados y la determinación de T-Patterns, patrones recurrentes de comportamiento que repiten una estructura temporal específica y que desencadenan la aparición del episodio del juego objeto de análisis.

Resultados y conclusiones. Actualmente en fase de recogida y optimización de datos, el plan investigador ideado, basado en la metodología observacional, junto con el instrumento de observación diseñado para tal fin, se consideran elementos válidos e indispensables para la detección de patrones temporales en fútbol femenino de alto nivel y la determinación de conclusiones conforme a ellos.

Referencias

Anguera, M. T. (1979). Observational typology. *Quality & Quantity, 13*(6), 449-484. https://doi.org/10.1007/BF00222999

Anguera, M. T. (2010). Posibilidades y relevancia de la observación sistémica por el profesional de la Psicología. *Papeles del Psicólogo, 31*(1), 122-130.

Anguera, M. T., & Hernández Mendo, A. (2014). Técnicas de análisis en estudios observacionales en ciencias del deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 15(1), 13-30.*

Camerino, O., Chaverri, J., Anguera, M. T., y Jonsson, G. K. (2012). Dynamics of the game in soccer: Detection of T-patterns. *European Journal of Sport Sciences, 12*(3), 216-224. https://doi.org/10.1080/17461391.2011.566362

Castellano, J., & Hernández-Mendo, A. (2003). El análisis de coordenadas polares para la estimación de relaciones en la interacción motriz en fútbol. *Psichotema, 15*, 569-574.

Soto, A., Camerino, O., Iglesias, X., Anguera, M. T., & Castañer, M. (2019). Lince plus: Research software for behaviour video analysis. *Apunts. Educación Física y Deportes, 137, 149-153.* https://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2019/3).137.11

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 145-147
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CONTROL Y MONITORIZACIÓN DE LA CARGA EN FÚTBOL FEMENINO PROFESIONAL

Manuel Posse Álvarez

Universidade da Coruña y Real Club Deportivo de La Coruña S.A.D.

manuel.posse.alvarez@gmail.com

Introducción. A pesar del crecimiento en popularidad del fútbol femenino y su uso como medio para el cambio social, el deporte femenino de élite se basa en evidencia masculina. Gracias a esta evolución, se ha evidenciado un crecimiento significativo en cuanto a las demandas físicas, mostrando un notorio aumento de las demandas de distancias a alta velocidad y de sprint. Es necesario una preparación física específica para estas exigencias actuales.

La carga. La carga de entrenamiento puede ser entendida la totalidad de estímulos de entrenamiento efectuados sobre el organismo que pretenden provocar determinados efectos de adaptación que comportarán una optimización del rendimiento. El conocimiento de la carga externa (cantidad y calidad) de estímulo y de la carga interna (respuesta fisiológica a ese estímulo) ayuda a los entrenadores a prevenir altos niveles de fatiga, y un riesgo alto de enfermedad y lesión.

La carga externa. La carga externa en fútbol la podemos dividir en tres vertientes: carga locomotora (distancias recorridas por las futbolistas), carga neuromuscular (aceleraciones-deceleraciones, cambios de dirección) y metabólica (esfuerzos energéticos o distancia recorrida a alto gasto energético). Estas variables tienen que ser vistas desde una doble magnitud de la carga: volumen e intensidad. El volumen es esa cantidad de estímulo (distancias totales recorridas, número de *sprints*, número de aceleraciones o deceleraciones) y la variable intensidad es la calidad del estímulo (con referencia al tiempo, por ejemplo, distancia/min, número de *sprints*/min o

aceleraciones/min). No es lo mismo recorrer 10km en 1h que en 45minutos, siendo en ambos casos el mismo volumen.

Aspectos prácticos. Se mostró variables de volumen e intensidad de un entrenamiento de un equipo femenino profesional. Se puso el ejemplo de dos tareas con mucha diferencia de carga en cuanto a volumen (el calentamiento y una tarea jugada) sin embargo no había diferencia en cuanto a intensidad (ligeramente mayor la de la activación). Con esto se buscó reforzar la idea de controlar y monitorizar la carga desde las dos vertientes nos dará un mejor entendimiento de las demandas de los entrenamientos o partidos.

Demandas físicas de competición en fútbol femenino. Se mostraron estudios de Bradley (2025) que recogen la carga externa de los diferentes mundiales femeninos. Con este estudio podemos tener las primeras referencias de carga de los equipos y futbolistas top. Una vez tengamos estas referencias, se debe analizar al propio equipo en la competición para establecer el perfil competitivo del equipo y de las jugadoras. Por último, aparte de recoger los parámetros de volumen e intensidad de las sesiones, es de vital importancia relativizarlas a su perfil competitivo (en esta sesión mi equipo realizó un 60% de la distancia total del partido o esta futbolista realizó el 80% de la distancia a alta velocidad de partido). Dos jugadoras pueden tener de una variable el mismo volumen y la misma intensidad, pero una realizó el 50% del partido y otra el 75% de partido.

Conclusiones. Hay que analizar y entender la complejidad y la relatividad de la carga. Registrar la carga externa e interna y relacionarlas. Observar los parámetros físicos del entrenamiento y compararlos con la competición contextualizará los datos.

Referencias

Bradley, P. S. (2025). 'Setting the Benchmark' Part 3: Contextualising the match demands of specialised positions at the FIFA Women's World Cup Australia and New Zealand 2023. *Biology of Sport, 42*(1), 99–111. https://doi.org/10.5114/biolsport.2025.139857

Coutts, A. (2001). Monitoring training in team sports. *Sports Coach, 24*(2), 19-23.

Gabbett, T. J., & Mulvey, M. J. (2008). Time-motion analysis of small-sided training games and competition in elite women soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research, 22*(2), 543–552. https://doi.org/10.1519/JSC.0b013e3181635597

Malone, J. J., Di Michele, R., Morgans, R., Burgess, D., Morton, J. P., & Drust, B. (2015). Seasonal training-load quantification in elite English Premier League soccer

players. *International Journal of Sports Physiology and Performance, 10*(4), 489–497. https://doi.org/10.1123/ijspp.2014-0352

Seirul, F. (1987). Opción de planificación en los deportes de largo período de competiciones. *Revista de Entrenamiento Deportivo, 1*(3), 53-62.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 148-150
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

RECUPERACIÓN DE LA ACTIVIDAD FÍSICA A TRAVÉS DE LA NATACIÓN EN AGUAS ABIERTAS EN PERSONAS CON DAÑO CEREBRAL ADQUIRIDO

M.ª Carmen González Hermo

Colegio Oficial de Psicología de Galicia. Comisión intersectorial de psicología del deporte y la actividad física.

mcarmen.gonzalez.hermo@gmail.com

Introducción. La comunicación que se presenta pretende dar a conocer entre los profesionales del deporte el programa puesto en práctica por *ADC Arousaman* en el que se enseña a nadar a personas con daño cerebral adquirido (DCA) que han perdido esta habilidad tras la lesión. Además, busca visibilizar el valor del deporte como herramienta para la mejora de la inclusión social y la calidad de vida, y reflexionar sobre el papel de los profesionales de la psicología del deporte y la actividad física, más allá del deporte de alto rendimiento.

Método. A modo de «estudio de caso» se muestra un proyecto que ayuda a personas con DCA a recuperar la actividad de nadar e introducirla dentro de su actividad física habitual.

Este proyecto nace de unos familiares de personas con DCA, apasionados de la natación que comparten valores de dignidad, inclusión y derechos humanos, que entienden que el DCA no afecta únicamente a la persona que lo sufre, sino que modifica y repercute en todo el sistema familiar. Personas con gran curiosidad por la plasticidad cerebral que creen firmemente en la capacidad de desarrollo propio que tienen todas las personas.

Para poder ponerlo en marcha la asociación «*Arousaman-Arousawoman*» necesitó contar con la colaboración de asociaciones de apoyo a personas con DCA, que le pusieron en contacto con distintas personas usuarias interesadas en la na-

tación a la vez que aportaron la infraestructura necesaria para los desplazamientos y la accesibilidad de las mismas; de familiares y personas de apoyo de las personas usuarias con DCA y de dos ayuntamientos que cedieron las instalaciones deportivas, para la práctica.

Los objetivos de este proyecto eran:

— Visibilizar el DCA y sus efectos sobre la vida de las personas.

— Ofrecer nuevas estrategias de rehabilitación funcional, motivadoras y que cubran necesidades sociales y emocionales de las personas.

— Mejorar la autonomía de las personas con DCA.

— Mejorar la participación social de las personas usuarias.

— Ofrecer una herramienta para la mejora de la Calidad de Vida de las personas con DCA y sus familias.

A través de una metodología que denominaron «Natación Cognitiva» se enseñó a nadar a personas que por su DCA presentaban alteraciones cognitivas de memoria, atención y coordinación, alteraciones físicas como hemiplejia, atonía y espasticidad y/o dificultades sociales como la reducción severa de su red social de apoyo.

Dicha metodología se basa en varios pilares:

— Aprovechamiento de las funciones mantenidas.

— Compensación de movimientos perdidos.

— Trabajar la técnica de natación.

— Focalización de la atención propioceptiva.

— Descomposición de cada movimiento en fases y asociación de las mismas a una palabra o imagen mental.

— Coordinación entre la funcionalidad motriz y la cognitiva.

El programa se desarrolló durante 4 meses al año, iniciándose en una piscina climatizada e incluyendo en primavera inmersiones en el mar, todo ello con el objetivo último de que las personas que lo desearan pudiesen participar en una travesía en aguas abiertas de 800 m o 1600 m.

Resultados. Desde el 2022 participaron en este programa 13 personas, de las cuales el 85 % permanece a día de hoy en el mismo y el 46% incluyeron la actividad de natación entre su actividad física cotidiana. El 30% de las personas participantes participan habitualmente en travesías de aguas abiertas, llegando una de ellas a

participar en el 2025 en la travesía «*Arousaman-Arousawoman Manolo o Nacho*» realizada en la Ria de Arousa de más de 10.000 m de distancia. El 92% de los participantes valoran como muy positiva su participación en el programa.

Conclusiones. La actividad físico-deportiva es una herramienta de rehabilitación física y cognitiva motivadora. La actividad físico-deportiva actúa como herramienta de mejora de la calidad de vida de las personas con DCA. Las personas participantes en el programa y sus familiares mencionan que la natación repercutió positivamente sobre su estado de ánimo y motivación mantenida en el tiempo, además su participación social las relaciones sociales han mejorado tras su participación en el programa. Surge la necesidad de comprobar empíricamente y con un estudio sistemático los efectos de la metodología de «Natación cognitiva».

Referencias

Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del deporte. (2022). *Boletín Oficial del Estado*, (314), 183450–183508. https://www.boe.es/eli/es/l/2022/12/30/39

Organización de las Naciones Unidas (2007). *Convención internacional sobre los derechos de las personas con discapacidad*. https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf

Servicio de Información sobre la Discapacidad (2025). *Guía AcciónClimaDIS: las personas con discapacidad como agentes de una transición inclusiva, accesible y justa*. Ediciones Cinca.

Verdugo, M. A., Schalock, R. L., Arias, B., Gómez, L. E., & Jordán de Urríes, F. B. (2013). *Escala INICO-FEAPS: evaluación integral de la calidad de vida de personas con discapacidad intelectual o del desarrollo*. INICO.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 151-155
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

MÁS QUE TENIS: DEPORTE RECREATIVO E INCLUSIÓN. EVALUACIÓN DE UN PROGRAMA PARA PERSONAS CON DISCAPACIDAD INTELECTUAL

Raúl Fraguela-Vale[1], Apolinar Varela[2], Nerea Crespo-Eguilaz[2] y Leire Gambra[2]

[1] *Universidade da Coruña,* [2]*Universidad de Navarra*

raul.fraguela@udc.gal, agrana@unav.es, necrespo@unav.es, lgambra@unav.es

Introducción. La teoría de la autodeterminación (TAD) destaca la importancia de satisfacer las necesidades psicológicas básicas (NPBs) de las personas (autonomía, competencia y relación) para garantizar su crecimiento personal y bienestar. En este sentido, se ha demostrado que el deporte y la actividad física (AF) ofrecen importantes beneficios para la salud, especialmente en el caso de las personas con discapacidad intelectual (DI). Para estas personas los beneficios son aún más notables debido a sus bajos niveles de AF, su estilo de vida sedentario, sus limitadas oportunidades para hacer ejercicio y, en consecuencia, su menor calidad de vida.

En comparación con la población general sin discapacidad, las personas con DI sufren más discriminación y marginación social por motivos de género y clase social, tienen menos perspectivas de empleo y un acceso limitado a la educación, los deportes y las actividades de ocio (Van Lindert et al., 2023). A pesar de las ventajas demostradas de la actividad física adaptada (APA) y los deportes para las personas con discapacidad intelectual, las oportunidades deportivas adaptadas a sus necesidades son limitadas. Las personas con DI suelen tener un bajo nivel de AF, una dieta deficiente, una participación limitada en los deportes y altos niveles de sedentarismo, lo que conduce a una peor salud física, mental y social, así como a una menor esperanza de vida (Borland et al., 2020; Hansen et al., 2023). En las últimas décadas, los deportes para personas con DI han crecido de manera significativa, impulsados por una mayor visibilidad, reconocimiento social y financiación de los deportes paralímpicos (Leardy y Sanz, 2018). Sin embargo, debemos distinguir en-

tre los deportes paralímpicos y las actividades no competitivas centradas en el ocio —más que en el rendimiento— (Pérez-Tejero, 2024; Solves, 2018). Los programas deportivos y recreativos diseñados para promover la inclusión y la integración de las personas con DI desde una perspectiva recreativa no gozan del mismo nivel de visibilidad que los deportes paralímpicos. Por consiguiente, es necesario investigar más sobre los factores que afectan a la calidad de vida de las personas con DI (Xiao et al., 2024) y sobre los programas deportivos y de ocio para esta población (Díaz et al., 2019; Evans et al., 2018). La mayoría de los estudios sobre la participación deportiva de las personas con DI se han centrado en la competición, el rendimiento, las barreras, los facilitadores y los entrenadores (Mendoza y Gamonales, 2024). Sin embargo, las investigaciones sobre el impacto de los programas deportivos recreativos para personas con DI siguen siendo limitadas (Arbour-Nicitopoulos et al., 2022; Maenhout y Melville, 2024). Pan y Davis (2019) informan de los efectos positivos que tiene la participación en actividades deportivas sobre el autoconcepto físico; en este caso, el autoconcepto físico no se refiere solo al aspecto físico, sino también a la forma física, la fuerza y la competencia deportiva.

El objetivo de este estudio es evaluar el impacto del programa deportivo recreativo inclusivo *Más Que Tenis* en la satisfacción de las NBPs entre los deportistas con DI, teniendo en cuenta factores como la edad, el sexo y el tipo de actividad.

Método. La muestra del estudio estuvo compuesta por 50 deportistas (68 % hombres) con DI (CI: X = 54,33; sd = 13,43), de entre 17 y 54 años. Los datos se recopilaron utilizando la versión española de la Escala de Necesidades Psicológicas Básicas en el Ejercicio (BPNES), el Test Breve de Inteligencia de Kaufman (K-BIT), la Escala de Satisfacción con la Vida (SWLS), la escala multidimensional de autoconcepto AF5, la Escala Vineland-3 y la lista de observación MABC-2. Todos los participantes tienen un coeficiente intelectual (CI) significativamente inferior al promedio neurotípico, según la evaluación de la escala K-BIT (Kaufman y Kaufman, 2000), que oscila entre límite y moderado, con una puntuación media de 54,33 (desviación estándar = 13,43). Todos también presentan déficits de comportamiento adaptativo, según la evaluación realizada con la escala de comportamiento adaptativo Vineland-3.

Resultados y discusión. Se detectaron altos niveles de satisfacción de las tres NPBs en el programa *Más que Tenis*, siendo la autonomía la que obtuvo la puntuación más baja de las tres. Se observó que el género era un factor predictivo significativo, ya que los hombres obtuvieron puntuaciones más altas en todas las NPBs. Los participantes manifestaron percepciones positivas en relación con su autoconcepto físico y su satisfacción con la vida. En cuanto al comportamiento adaptativo, se detectaron déficits en relación con la comunicación y las habilidades para la vida

diaria, pero no en relación con las habilidades interpersonales. Con respecto al comportamiento motor, se observó que la satisfacción de las NPBs se correlacionaba más con los entornos dinámicos que con los estáticos. Los resultados indican la eficacia del programa *Más Que Tenis* para satisfacer las NPBs de las personas con DI. Los participantes informaron de una mejora en sus habilidades físicas, su competencia, su integración social y sus relaciones interpersonales, aunque también señalaron una autonomía insuficiente en relación con la elección de los ejercicios que realizar. Las puntuaciones altas obtenidas en las tres NPBs, y en particular en la relación, contrastan con otros estudios en este ámbito (Komenda et al., 2022), en los que la satisfacción obtenida a través de los programas deportivos para atletas con DI es mayor en relación con la competencia y menos significativa en relación con la autonomía y la relación. Sin embargo, es importante señalar que los datos de estos estudios se obtienen a menudo a través de eventos o competiciones relacionados con las Paraolimpiadas y, por lo tanto, involucran a atletas con DI más competitivos (McConkey y Menke, 2020), mientras que esta investigación se centra en un grupo heterogéneo de atletas con DI con diferentes niveles de competencia deportiva e interés competitivo, y en un programa deportivo cuya función y beneficio principales son la socialización más que la competición (Varela et al., 2023). Una de las principales contribuciones de este estudio es el hallazgo de que los atletas con DI con un nivel más básico de habilidad atlética y un interés puramente recreativo en el deporte reportan un alto grado de satisfacción de las tres NPBs en su participación en el programa *Más Que Tenis*, siendo la necesidad de relación (y no la de competencia) la que puntúa más alta de las tres NPBs. Este hallazgo concuerda con las conclusiones de otros estudios en entornos deportivos adaptados, en los que se ha demostrado que el deporte ofrece oportunidades para la socialización (Shapiro y Martin, 2014), así como para el crecimiento personal y social y un sentido de pertenencia a una comunidad y de compartir un conjunto de objetivos comunes.

Conclusión. Se encontró que la satisfacción de las NPBs a través del programa se correlacionaba positivamente con la satisfacción de los atletas con la vida y el desarrollo adaptativo, lo que conducía a una mejora del bienestar personal y neuropsicológico, promoviendo un entorno social positivo y desarrollando sus habilidades de afrontamiento y su funcionamiento cotidiano. Como conclusión adicional, los resultados del estudio confirman la universalidad del modelo de las NPBs al mostrar una aplicabilidad similar en poblaciones neurotípicas y neurodivergentes.

Para consultar el estudio completo: Frontiers | Satisfying basic psychological needs through a recreational sports programme for people with intellectual disability: human growth and adapted sport in focus

Referencias

Arbour-Nicitopoulos, K. P., Bruno, N., Orr, K., O'Rourke, R., Wright, V., Renwick, R., & Latimer-Cheung, A. E. (2022). Quality participation of experiences in special Olympics Sports programs. *Adapted Physical Activity Quarterly*, 39, 17–36. https://doi.org/10.1123/apaq.2021-0033

Bondar, R. A., Di Fronso, S., Bortoli, L., Robazza, C., Metsios, G. S., & Bertollo, M. (2020). The effects of physical activity or sport-based interventions on psychological factors in adults with intellectual disabilities: A systematic review. *Journal of Intellectual Disability Research, 64*(1), 69–92. https://doi.org/10.1111/jir.12699

Díaz, R., Miller, E. K., Kraus, E., & Fredericson, M. (2019). Impact of adaptive sports participation on quality of life. *Sports Medicine and Arthroscopy Review, 27,* 73–82. https://doi.org/10.1097/JSA.0000000000000242

Evans, B. M., Shirazipour, C. H., Allan, V., Zanhour, M., Sweet, S. N., Martin Ginis, K. A., & Latimer-Cheung, A. E. (2018). Integrating insights from the parasport community to understand optimal experiences: The quality parasport participation framework. *Psychology of Sport and Exercise, 37,* 79–90. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.04.009

Hansen, E., Nordén, H., & Ohlsson, M. (2023). Adolescents with intellectual disability (ID) and their perceptions of, and motivation for, physical activity and organized sports. *Sport, Education and Society, 28,* 59–72. https://doi.org/10.1080/13573322.2021.1969909

Komenda, S., Brunevskaya, N., Moritz, P., Landskron, S. J., Zrnic Novakovic, I., Oberleiter, S., & Scharoun, S. M. (2023). Concepts of good mental health and wellbeing in people with intellectual disability: Study protocol for a systematic review. *Frontiers in Psychology, 14,* 1148702. https://doi.org/10.3389/fpsyt.2023.1148702

Leardy, L., & Sanz, D. (2018). Historia sumaria del deporte de personas con discapacidad en España. En L. Antolín, N. Mendoza, R. Reina, D. Sanz & J. Pérez-Tejero (Eds.), *Libro blanco del deporte en personas con discapacidad en España* (pp. 55-77). Ediciones Cinca. https://www.paralimpicos.es/libro-blanco-del-deporte-de-personas-con-discapacidad-en-espana

McConkey, R., & Menke, S. (2020). The community inclusion of athletes with intellectual disability: a transnational study of the impact of participating in Special Olympics. *Sport in Society, 25,* 1756–1765. https://doi.org/10.1080/17430437.2020.1807515

Pan, C. C., & Davis, R. (2018). Exploring physical self-concept perceptions in athletes with intellectual disabilities: The participation of unified sports experiences. *International Journal of Developmental Disabilities, 65*, 293–301. https://doi.org/10.1080/20473869.2018.1470787

Pérez-Tejero, J. (2024). El deporte de personas con discapacidad intelectual en España: oportunidades desde la inclusión. En A. Y. Varela & L. Gambra (Eds.), *Derrib-*

ando Barreras: inclusión de personas con discapacidad intelectual a través del deporte y la actividad física adaptada (pp. 37-62). Octaedro.

Shapiro, D. R., & Martin, J. J. (2014). The relationships among sport self-perceptions and social well-being in athletes with physical disabilities. *Disability and Health Journal, 7*(1), 42–48. https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2013.06.002

Solves, J. (2018). Imagen social y reflejo en los medios de comunicación del deporte de personas con discapacidad. En L. Antolín, N. Mendoza, R. Reina, D. Sanz, & J. Pérez-Tejero (Eds.), *Libro blanco del deporte en personas con discapacidad en España* (pp. 55–77). Ediciones Cinca. https://www.paralimpicos.es/libro-blanco-del-deporte-de-personas-con-discapacidad-en-espana

Van Lindert, C., Scheerder, J., & Britain, I. (2023). *The Palgrave Handbook of Disability Sport in Europe*. Palgrave Mcmillan.

Varela, A., Fraguela-Vale, R., & Gambra, L. (2025). Promoting the social integration of people with intellectual disabilities through tennis: A case study of the Más que Tenis recreational sports program. En H. Chandan (Ed.), *Tactics of Social Inclusion for People with Intellectual and Developmental Disabilities* (pp. 295–320). IGI Global.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 156-159
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

MOTIVAR EN EDUCACIÓN FÍSICA: ESTUDIO DE LAS NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS COMO PREDICTORAS DE LA MOTIVACIÓN EN EDUCACIÓN PRIMARIA

Marta Prado-Botana, Miriam Carretero-García, Lara Varela-Garrote y Raúl Fraguela-Vale

Universidade da Coruña

m.prado@udc.gal, miriam.carretero@udc.gal, lara.varela@udc.gal, raul.fraguela@udc.gal

Introducción. El presente estudio se enmarca en el desarrollo de una tesis doctoral, que estudia la motivación y las necesidades psicológicas básicas (NPB) de escolares entre 9 y 12 años en diferentes contextos de práctica deportiva. Este trabajo se centra en la Educación Física (EF). El marco teórico se basa en la Teoría de la Autodeterminación (TAD), basada en la personalidad y la motivación humana, que parte del supuesto en el que, al cumplirse las NPB de la persona (autonomía, competencia y relación social), se presentan comportamientos de motivación intrínseca que favorecen y posibilitan el bienestar psicológico de cada uno (Ryan & Deci, 2018). Esta teoría es una de las más relevantes en el estudio de la motivación humana y su aplicación en EF ayuda a entender el comportamiento de los estudiantes en la actividad física (AF), ya que la motivación hace que se inicie, mantenga o abandone una actividad (Antonio et al., 2009). Respecto al papel de la motivación dentro de la TAD, ésta se organiza en un continuum de varios niveles de motivación que van desde la conducta menos a la más autodeterminada. La menos autodeterminada es la *amotivación* donde la motivación es nula, no hay intencionalidad de llevar a cabo la acción: no le da valor, no obtiene una recompensa o no le da significado a la acción que tiene que realizar. Le sigue la *motivación extrínseca* que está provocada en la persona por agentes externos y tiene varios grados: las regulaciones *externa, introyectada, identificada e integrada*, de la motivación más controlada

por agentes externos a la más autodeterminada. Aun así, cabe mencionar que en este estudio no se estudia la regulación integrada, ya que se da mayoritariamente en adultos, y por lo tanto no se incluye en las escalas destinadas a la infancia (Ruzek et al., 2016). Finalmente encontramos la motivación más autodeterminada, la motivación intrínseca, que se caracteriza por ser la motivación personal más alta, cuando el sujeto se encuentra a gusto y disfruta de la realización de la actividad por sí misma (Jiménez Castuera et al., 2015). Dentro de esta gran teoría, se componen 6 mini-teorías, entre las que se encuentra la de las NPB, que son definidas como «los nutrientes psicológicos esenciales para el crecimiento, ajuste e integridad de los individuos». Se determinan tres componentes principales que afectan a la motivación humana, que son la *competencia* (el sentimiento de eficacia y dominio a la hora de realizar una tarea), la *autonomía* (referido a la voluntad y a la integridad que se siente cuando las acciones las toma por uno mismo) y la *relación social* (la sensación de vínculo y conexión con más personas). Estas tres necesidades pueden estar afectadas de forma positiva o negativa y son esenciales para determinar el bienestar de una persona. A través de la satisfacción de las NPB, se promueve la motivación intrínseca, que está muy relacionada en EF con los logros escolares, el disfrute de las clases y el incremento de los niveles de Actividad Física (White et al., 2021). Por ello, se plantea como principal *objetivo* analizar las NPB como predictoras de la motivación en EF y analizar la correlación entre las diferentes variables.

Método. Se realiza a través de una metodología cuantitativa, no experimental, transversal y correlacional. La *muestra* se obtiene a través del muestreo no probabilístico por conveniencia, siguiendo el criterio de accesibilidad a los centros educativos. El número total de participantes asciende a 474 estudiantes de cuatro centros en la ciudad de A Coruña, con edades comprendidas entre los 9 y los 12 años. La media de edad de los participantes fue de 10.58 años (DT = 0.626), con una distribución de género del 49.8% de niñas y el 50.2% de niños. Para la recogida de datos, se emplea la técnica de encuesta, a través de escalas ya validadas y utilizadas previamente. Se emplearon la Escala de medición de las Necesidades Psicológicas Básicas (BPNES) adaptado a la EF en español por Moreno, González-Cutre, Chillón y Parra (2008), que está formada por 12 ítems que evalúan la satisfacción de las tres necesidades en el ejercicio físico, la Escala del Locus Percibido de Causalidad (PLOC) de Goudas, Biddle y Fox (1994), formada por 20 ítems que miden los tipos de motivación percibida por los estudiantes y el Autoconcepto Forma-5 de García y Musitu (1999), un cuestionario de 30 ítems referido a los 5 grandes dominios del autoconcepto, aunque en este estudio solo se utilizan 6 ítems referidos al autoconcepto físico.

Resultados. En primer lugar, se analiza la correlación que existe entre las diferentes variables de motivación y NPB. Se realiza a través del Test de correlación de Pearson. Se determina que la NPB de autonomía se relaciona significativa y positivamente (β=0.56) con la motivación intrínseca e identificada, así como con el resto de NPB. Su relación con la regulación introyectada ya es mucho menor, aunque significativa, y la relación con la motivación externa y la amotivación son prácticamente nulas, aunque no se puede considerar significativa. Lo mismo ocurre con las NPB de relación y competencia que se relacionan de forma significativa y positiva con los tipos de motivación más autodeterminados (intrínseca β=0.49 y 0.50 respectivamente) y disminuye gradualmente en los tipos de motivación más externos. Un resultado importante es la única correlación negativa con significación que existe entre la motivación intrínseca y la amotivación. Como era de esperar, lo tipos de motivación más autodeterminados se relacionan positivamente entre ellos, y su relación es más débil e incluso negativa con el resto de las regulaciones. En cuanto al autoconcepto físico, se puede observar que se relaciona positiva y significativamente con la competencia (β= 0.51), y disminuye más con la NPB de relación (β= 0.35) y autonomía (β= 0.18), lo que nos puede ayudar a entender cuáles son los aspectos que más tienen en cuenta para construir su autoconcepto físico. A través del análisis de regresión lineal, se ha podido comprobar la forma en que las NPB funcionan como variables dependientes de los tipos de motivación más autodeterminados. Además, la NPB de atonomía se trata de la variable que más predice la motivación intrínseca (β= 0.36), la regulación identificada (β= 0.26), y la introyectada (β= 0.21). También se puede observar que, aunque en menor medida, la competencia también puede ser predictora de los tres tipos de motivación, y la relación únicamente funciona de esta forma con las motivaciones intrínseca e identificada. En este caso, la NPB a la que se le debe prestar más atención es a la de autonomía.

Conclusiones. El análisis de correlación del estudio muestra que el impacto de las NPB en la motivación no es simétrico y así lo muestra también el análisis de regresión. Este impacto afecta principalmente a las formas de motivación más autodeterminadas, como se ha podido comprobar a través de ambos análisis. Por tanto, no podemos considerar que las NPB predigan la motivación externa o la amotivación, aunque sí que podrían tener una correlación. Por tanto, y debido a la importancia que tiene la NPB de autonomía como predictora de las formas más autodeterminadas de motivación, cabe destacar la importancia de prestar atención a su satisfacción a la hora de diseñar y llevar a cabo actividades en el aula de EF. Este estudio evidencia la importancia que tiene que los docentes promuevan las NPB a través de metodologías más experienciales y menos dirigidas, centradas en el estudiante,

como el especialmente los últimos años de Educación Primaria y en la transición a la adolescencia. Cabe mencionar que se debe abrir el foco hacia las actividades extraescolares y los clubes deportivos, espacios en los que la infancia pasa muchas horas de su tiempo libre y dónde se generan espacios de socialización y aprendizaje no formal.

Referencias

García, F., & Musitu, G. (1999). *AF5: Autoconcepto Forma 5* [AF5: Self-concept form 5; cuestionario]. TEA Ediciones.

Goudas, M., Biddle, S., & Fox, K. (1994). Perceived locus of causality, goal orientations, and perceived competence in school physical education classes. *British Journal of Educational Psychology, 64*(3), 453–463. https://doi.org/10.1111/j.2044-8279.1994.tb01116.x

Jiménez Castuera, R., Moreno Navarrete, B., Leyton Román, M., & Claver Rabaz, F. (2015). Motivación y estadios de cambio para el ejercicio físico en adolescentes. *Revista Latinoamericana de Psicología, 47*(3), 196–204. https://doi.org/10.1016/j.rlp.2014.11.001

Moreno-Murcia, J. A., González-Cutre-Coll, D., & Chillón-Garzón, M. C. (2009). Preliminary validation in Spanish of a scale designed to measure motivation in physical education classes: The perceived locus of causality (PLOC) scale. https://doi.org/10.1017/s1138741600001724

Moreno-Murcia, J. A., González-Cutre-Coll, D., Chillón-Garzón, M., & Parra-Rojas, N. (2008). Adaptación a la educación física de la escala de las necesidades psicológicas básicas en el ejercicio. *Revista Mexicana de Psicología, 25*(2), 295–303. http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=243016308009

Ruzek, E. A., Hafen, C. A., Allen, J. P., Gregory, A., Mikami, A. Y., & Pianta, R. C. (2016). How teacher emotional support motivates students: The mediating roles of perceived peer relatedness, autonomy support, and competence. *Learning and Instruction, 42*, 95–103. https://doi.org/10.1016/j.learninstruc.2016.01.004

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2018). *Self-Determination Theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press.

White, R. L., Bennie, A., Vasconcellos, D., Cinelli, R., Hilland, T., Owen, K. B., & Lonsdale, C. (2021). Self-determination theory in physical education: A systematic review of qualitative studies. *Teaching and Teacher Education, 99*, 103247. https://doi.org/10.1016/j.tate.2020.103247

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 160-161
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EXPERIENCIA COMO PSICÓLOGA EN CANTERA DE ALTO RENDIMIENTO

Alba Rosalía Lorenzo Alonso

Asociación Galega de Psicoloxía da Actividade Física e do Deporte.

albalorenzo780@gmail.com

Durante mis dos años de ejercicio de psicóloga de la actividad física y del deporte, he tenido la oportunidad con dos grandes canteras deportivas de Galicia: la del Real Club Celta de Vigo y la del Obradoiro Club Amigos del Baloncesto. Ambas fueron experiencias muy diferentes y enriquecedoras, y por ello he querido contar mi experiencia y aprendizajes de estas dos temporadas.

La primera de ellas fue mi año de prácticas de máster y supuso una primera toma de contacto, no solo con deportistas de nivel, sino con todo el clima de un club profesional: entrenadores, preparadores, coordinadores, padres y demás personal. Especialice mi trabajo en grupos de edades de los jugadores más jóvenes (benjamines).

La segunda fue mi primer trabajo como profesional del deporte y me ayudo a conocer las diferencias entre deportes, clubs y grupos de edades. Aquí trabaje con jugadores de mayor edad (de infantiles a seniors) y con una implicación mucho mayor en muchas facetas del club.

A mayores incluyo mi experiencia como entrenadora de fútbol en la Sociedad Deportiva Compostela pues, aunque no trabajara con una finalidad claramente psicológica, si pude aprender mucho del deporte y de la diferencia entre un equipo profesional y uno con menos medios, pero casi igual de competente en muchas categorías. De igual manera y aunque mi rol fuera otro, pude aplicar principios de psicología del desarrollo y del aprendizaje.

A modo de conclusión cierro con una comparativa de experiencias con algunos detalles que modifican mucho las necesidades de ambas canteras, como el número de jugadores, los factores a los que le dan importancia, las características de los partidos que juegan y mi trato con el resto de personal.

Para finalizar, exploro algunas reflexiones personales que he sacado de estos dos años: el trabajo en cantera es más preventivo que correctivo, debemos mostrarnos auténticos con nuestra forma de ser (no disfrazarnos para generar confianza o respeto) y estar atentos a los detalles en los que tal vez nadie más repara.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 162-163
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CONTROLA TU NIVEL DE ACTIVACIÓN: LA PSICOLOGÍA DETRÁS DEL RENDIMIENTO

Cristhian Fernández Otero

Psicólogo del deporte Noia Portus Apóstol FS y profesor en RFEF y RFGF

cristhianpsicologodeporte@gmail.com

Introducción. El nivel de activación es la capacidad de mantener el estado de alerta necesario para responder de forma óptima a los estímulos en el contexto deportivo. Este concepto abarca tres niveles fundamentales: fisiológico, conductual y cognitivo. Se enfatiza que el nivel óptimo de activación es estrictamente individual, conduciendo al mejor rendimiento, y depende de factores como las características personales del atleta, la situación específica y el tipo de deporte practicado.

Metodología y Enfoque. Esta ponencia se centra en un enfoque práctico desarrollado a partir de la experiencia del autor en diversos clubes deportivos. La intervención propuesta se basa en el autoconocimiento y la autorregulación, estructurada en un proceso de tres pasos fundamentales para el atleta:

1. Diagnóstico: **¿Cómo** estoy? **¿En** qué punto me encuentro ahora mismo?
2. Objetivo: **¿Cómo** debería estar? **¿Cuál** es mi punto **óptimo** de activación?
3. Estrategia: **¿Qué** puedo hacer para acercarme o mantenerme en ese punto?

El objetivo es dotar a los deportistas de herramientas concretas de evaluación y gestión para que puedan identificar y modificar su estado de activación en tiempo real, garantizando un rendimiento consistente.

Resultados y Aplicación Práctica. La aplicación de este enfoque práctico ha permitido que los deportistas adquieran habilidades esenciales de autogestión emocional

y mental. Se presenta la metodología implementada en entornos reales de entrenamiento y competición para la modulación del estado de alerta y concentración. La efectividad de la intervención reside en su adaptabilidad, permitiendo a los atletas establecer su nivel óptimo de activación y aplicar técnicas específicas para acercarse a él cuando sea necesario.

Conclusiones. El control del nivel de activación es un componente psicológico indispensable para maximizar el rendimiento deportivo. La clave para el éxito reside en el desarrollo de la capacidad de autoconocimiento y autorregulación del deportista para alcanzar y sostener su estado óptimo de rendimiento, demostrando que la psicología es un pilar fundamental detrás de la ejecución atlética exitosa.

Referencias

Córdoba, E. A. P., Contreras, O. E., Domínguez, M. T. G., & Cruzado, O. R. (2020). Nivel de activación óptimo y rendimiento en un jugador de fútbol no profesional. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico, 5*(1), e5.

Díaz-Ocejo, J., & Mora-Mérida, J. A. (2013). Relación entre nivel de activación y rendimiento en una muestra de atletas adolescentes en pruebas de velocidad [Comunicación]. En *XIV Congreso Andaluz y I Internacional Luso-Andaluz de Psicología del Deporte y de la Actividad Física* (Málaga, España).

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2019). *Foundations of Sport and Exercise Psychology* (7.ª ed.). Human Kinetics.

Yerkes, R. M., & Dodson, J. D. (1908). The relation of strength of stimulus to rapidity of habit-formation. *Journal of Comparative Neurology and Psychology, 18*(5), 459–482. https://doi.org/10.1002/cne.920180503

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 164-165
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EXPERIENCIA CON LA SELECCIÓN GALLEGA SUB-19 FEMENINA DE FÚTBOL SALA: FUNCIONES Y RESULTADOS

Jacobo Ceide Franqueira

Real Federación Gallega de Fútbol (RFGF)

jacoboceide@gmail.com, info.jacoboceide@gmail.com

Introducción. La exposición realizada en la mesa redonda tenía como objetivo mostrar las funciones realizadas como psicólogo de la Selección Gallega sub19 femenina de fútbol sala durante la preparación para el Campeonato de España de Selecciones Autonómicas del año 2025, así como las realizadas durante el propio Campeonato, celebrado en Madrid del 17 al 22 de febrero. Por último, también se mostraron los resultados obtenidos en dicha preparación como los del propio Campeonato.

Funciones. En primer lugar, la preparación para el Campeonato comenzó el 13 de noviembre de 2024 y finalizó el 12 de febrero de 2025, a razón de un entrenamiento semanal, completando un total de 7 y 3 partidos amistosos. Tras una reunión con el entrenador, acordamos las funciones a desarrollar, divididas en dos apartados. Por un lado, con el equipo de jugadoras, las funciones serían conseguir herramientas como grupo para afrontar el campeonato y un análisis de debilidades y fortalezas a nivel grupal e individual, sabiendo que la cohesión en equipos deportivos tiene alta relación con el rendimiento (Iturbide et al. 2010). Por otro lado, con el cuerpo técnico, la función principal sería de asesoramiento en el *feedback* a las jugadoras en aspectos de comunicación y de clima grupal.

Para las funciones con las jugadoras, la principal herramienta fue trabajar la identidad como equipo, es decir, qué nos diferencia de las demás selecciones y cuáles son nuestras fortalezas, tanto con las acciones desarrolladas por mí como psicólogo, como por el entrenador (Balaguer et al. 2015). Para conseguir dicha

identidad, se usó la parte final del entrenamiento dedicada a la vuelta a la calma, mediante actividades y juegos grupales como crear una lista de Spotify propia, representar emociones relacionadas con el contexto deportivo y especialmente una dinámica grupal donde trabajamos los valores de equipo que nos definirían y las conductas asociadas.

En cuanto al trabajo del entrenador, principalmente consistió en un análisis después de cada sesión del *feedback* realizado y las debilidades y fortalezas de cada jugadora, sabiendo que el estilo de comunicación del entrenador es clave para un buen rendimiento deportivo (Marqués et al. 2015). Esta misma estrategia se utilizó durante los partidos amistosos, realizando un análisis de la charla previa al partido del entrenador, así como su *feedback* durante el mismo. Una vez que llegó el campeonato, se mantuvo la operativa de partido analizando y asesorando en la charla previa, trabajando en el plan de partido, así como una dinámica grupal con las jugadoras previo al partido de semifinales tratando de anticipar situaciones que podían ocurrir antes y durante el partido y valorando que estrategias teníamos como equipo para superar dichas situaciones. A mayores, también pude realizar otras funciones como cortes de vídeo, registro de aciertos y errores en tandas de penaltis o colaboración en tareas menores.

Resultados. En cuanto a los resultados deportivos, la Selección Gallega llegó hasta semifinales, tras ganar a Castila La Mancha y Melilla, cayendo por 0-2 contra Cataluña. En cuanto al rol del psicólogo, los resultados fueron positivos, ya que los comportamientos pautados para superar situaciones de partido se cumplieron y además, el grupo evidenció una mayor cohesión grupal que al principio, haciendo uso de las herramientas trabajadas durante la preparación del Campeonato. participantes.

Referencias

Balaguer, I., Castillo, I., Ródenas, L., Fabra, P., & Duda, J. L. (2015). Los entrenadores como promotores de la cohesión del equipo. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 15*(1), 233–242.

Iturbide, L. M., Elosua, P., & Yanes, F. (2010). Medida de la cohesión en equipos deportivos. Adaptación al español del Group Environment Questionnaire (GEQ). *Psicothema*, *22*(3), 482–488.

Marqués, M., Nonohay, R., Koller, S., Gauer, G., & Cruz, J. (2015). El estilo de comunicación del entrenador y la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 15*(2), 47–54.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 166-167
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

MODELO DE TRABAJO DEL ÁREA DE ATENCIÓN INTEGRAL EN ATHLETIC CLUB

David Rincón Izcaria

Athletic Club

d.rincon@athletic-club.eus

El Departamento de Atención Integral del Athletic Club desarrolla su labor en diferentes ámbitos relacionados con la vida y formación de los jugadores/as, que incluyen:

— Atención directa al jugador/a y sus familias.

— Residencia, baserriak y pisos.

— Transporte (ordinario y discrecional).

— Hogar y necesidades logísticas.

— Estudios y aulas.

Las funciones más relevantes del Departamento de Atención Integral abarcan desde la gestión de llamadas y comunicación con familias, la coordinación de transportes y traslados (médicos, selecciones, centros educativos, entrenamientos en Lezama, partidos en San Mamés, etc., la organización de ropa, material y recursos básicos, acompañamiento en situaciones personales, educativas y médicas, la planificación y gestión de eventos (fiesta de la familia, eventos UEFA, reuniones con familias, formaciones). Así como la coordinación con Fundazioa, Dirección Técnica y grupos de trabajo.

El transporte constituye uno de los apartados de mayor volumen dentro de la gestión del departamento. Incluye:

— Transporte ordinario y discrecional.

— Coordinación de desplazamientos a Lezama, campos visitantes, centros de estudio y entrenamientos.

— Programación semanal, comunicación de cambios, control de usuarios, gastos y GPS

— Traslados individuales para consultas médicas, selecciones u otras necesidades.

El Departamento de Atención Integral coordina la vida en la residencia, así como en los pisos y baserriak. Se atienden necesidades cotidianas, planificación de actividades y seguimiento de la convivencia.

Se gestiona la asistencia a estudios y el funcionamiento de las aulas de apoyo académico, coordinando horarios, asistencia y necesidades específicas de los jugadores/as.

El Departamento de Atención Integral se enfrenta a un aumento del volumen de jugadores/as en comparación con años anteriores, lo que repercute en aulas, estudios, residencia, transportes y San Mamés. Entre los retos principales destacan:

— Mejorar la atención individualizada a residentes y jugadores/as.

— Optimizar la coordinación de transportes y recursos.

— Gestionar demandas crecientes de familias cada vez más exigentes.

— Coordinar la relación con profesionales externos (odontología, pedagogía, etc.).

— Avanzar en proyectos estratégicos como el futuro de la residencia, los baserris y nuevas herramientas tecnológicas.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 168-173
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

FÚTBOL EDUCATIVO: BIENESTAR Y BUEN TRATO, EL CAMINO A LA ÉLITE

Gonzalo Silió Sáiz

Real Racing Club de Santander – Proyecto Victoria

gsilio@realracingclub.es

Introducción. El fútbol constituye, en numerosos contextos sociales, uno de los entornos de mayor influencia en la infancia y la adolescencia. Millones de niños y niñas participan de forma continuada en estructuras deportivas organizadas, lo que convierte al fútbol en un espacio con una responsabilidad educativa y protectora de primer orden. Sin embargo, la evidencia científica y los informes institucionales muestran que, junto a su potencial formativo, persisten riesgos relevantes asociados a la especialización precoz, el sobreentrenamiento, la presión psicológica y distintas formas de violencia en el deporte formativo. El objetivo de este trabajo es presentar un modelo de fútbol educativo fundamentado en el bienestar y el buen trato, sustentado en evidencias científicas, marcos internacionales de protección y principios pedagógicos del desarrollo infantil y adolescente, con especial atención a contextos de alta exigencia deportiva. El modelo parte de una premisa ampliamente documentada en la literatura: el desarrollo óptimo del talento y la resiliencia dependen, de forma decisiva, de la calidad de las relaciones con las figuras adultas de referencia. Ann S. Masten subraya que «los niños y niñas crecen mejor cuando tienen relaciones positivas con adultos competentes y afectuosos» (Masten, 2014), una afirmación que conecta de forma directa con la necesidad de entrenadores y entrenadoras emocionalmente competentes, capaces de actuar como figuras de seguridad, cuidado y confianza. Esta función relacional no es accesoria, sino estructural para el aprendizaje, la motivación interna y la continuidad deportiva.

La magnitud del fenómeno: En España, el fútbol representa el deporte con mayor número de licencias federativas. En la categoría infantil se registran más de 162.000 licencias, y en el conjunto del sistema federativo se alcanzaron 1.248.511

licencias en la temporada 2023–2024 (RFEF, 2023). Esta magnitud sitúa al fútbol como un entorno de socialización masiva, con una capacidad de impacto difícilmente comparable a otros espacios educativos no formales. Desde esta perspectiva, garantizar condiciones de seguridad, adecuación al desarrollo y calidad pedagógica no puede entenderse como una opción voluntaria, sino como una obligación ética, educativa y jurídica. La escala del fenómeno amplifica tanto su potencial formativo como las consecuencias de prácticas inadecuadas, especialmente cuando estas se normalizan dentro de sistemas altamente competitivos.

Riesgos detectados en el deporte formativo. La investigación científica ha identificado de forma consistente diversos riesgos asociados a determinadas prácticas en el deporte infantil y juvenil. El sobreentrenamiento y la especialización precoz se relacionan con un mayor riesgo de lesiones por sobreuso, fatiga psicológica y abandono deportivo, especialmente cuando aparecen antes de la adolescencia tardía. A ello se suma la sobreprogramación del deporte, entendida como la acumulación excesiva de entrenamientos, competiciones y compromisos estructurados que saturan el tiempo infantil y reducen las oportunidades de descanso, juego libre y recuperación emocional. Esta densidad de práctica, más allá del volumen físico, incrementa el estrés, erosiona el disfrute y debilita la motivación interna, comprometiendo el desarrollo sostenible del talento (*American Academy of Pediatrics*, 2016). El abandono deportivo muestra picos significativos a partir de los 14–15 años y se asocia de forma consistente a experiencias negativas previas, pérdida de disfrute y presión percibida. Estos factores se intensifican en contextos de alta exigencia y sobreprogramación, donde el deporte deja de vivirse como un espacio de aprendizaje progresivo y pasa a percibirse como una obligación sometida a evaluación y comparación constante (Fernández-Moreno, 2020; Merino-Fernández & González-García, 2023).

La violencia psicológica constituye una de las formas más prevalentes de maltrato en el deporte de alto nivel. Más del 50 % de atletas de élite refieren experiencias de gritos, humillaciones o presión extrema, asociadas a ansiedad, depresión y malestar psicológico. Estas prácticas no se sostienen tanto por desconocimiento técnico como por la ausencia de culturas organizativas y sistemas que garanticen la seguridad psicológica y regulen la conducta adulta en contextos de exigencia competitiva (Dallam et al., 2024; Mountjoy et al., 2023). En relación con la violencia sexual, se han documentado más de 1.000 víctimas en el deporte español en dos décadas, con una elevada proporción de menores de edad y una presencia destacada del fútbol. A nivel europeo, el informe CASES confirma que el riesgo de abuso sexual aumenta en los niveles más altos de competición, donde las asimetrías

de poder, la dependencia del adulto y la falta de supervisión efectiva incrementan la vulnerabilidad de niños, niñas y adolescentes (Pascual & Baquero, 2023; Hartill et al., 2021). Junto a estas violencias explícitas, la literatura identifica prácticas normalizadas que constituyen formas de violencia invisible, como castigos humillantes, amenazas, gritos, aislamiento, etiquetado, comparaciones sistemáticas o chantajes emocionales. Estas dinámicas, a menudo justificadas en nombre de la exigencia o la disciplina, carecen de respaldo científico y generan efectos adversos sobre el bienestar emocional, la confianza y la motivación interna. Finalmente, se identifica un riesgo estructural clave: la brecha entre el conocimiento técnico declarativo de los entrenadores y su aplicación práctica real. Aunque muchos profesionales conocen principios pedagógicos y de protección ampliamente aceptados, en contextos de presión competitiva estos no se traducen en prácticas coherentes. La ausencia de sistemas formales de observación, retroalimentación y acompañamiento profesional favorece la persistencia de conductas incoherentes con el bienestar y el desarrollo del talento, incrementando la variabilidad en la calidad del proceso formativo y comprometiendo la acumulación sostenida de práctica de calidad. Estas evidencias refuerzan una distinción clave, el aprendizaje y el desarrollo del talento no son equivalentes al rendimiento inmediato. Entrenar para mejorar implica crear condiciones que sostengan la motivación, la continuidad y el compromiso a largo plazo, no maximizar resultados a corto plazo.

Evidencias pedagógicas y de protección. La investigación en desarrollo infantil y neurociencia del aprendizaje es consistente al señalar que los entornos de respeto, seguridad emocional y reconocimiento favorecen la exploración, la persistencia y la consolidación de aprendizajes complejos. Las sesiones de entrenamiento deben ajustarse a las capacidades físicas, cognitivas y emocionales de cada etapa evolutiva y estar dirigidas por personas con formación específica en infancia y adolescencia. La idea de provocar sufrimiento deliberado con fines supuestamente formativos o de «fortalecimiento» carece de justificación científica. No existe evidencia que respalde que la exposición intencional a estrés o humillación genere crecimiento postraumático en contextos deportivos infantiles. Por el contrario, la literatura sobre trauma y desarrollo muestra que la exposición reiterada a experiencias de amenaza o desprotección incrementa el riesgo de desregulación emocional, indefensión aprendida y abandono (Mountjoy et al., 2023). Desde una perspectiva de derechos, estas prácticas resultan incompatibles con los principios básicos de protección a la infancia y con el interés superior del menor como eje rector de cualquier intervención educativa.

Infancia, dignidad y entorno deportivo. La infancia constituye el grupo poblacional más expuesto a la violencia en términos globales, una realidad documentada de

forma sistemática por organismos internacionales. En este contexto, el deporte no puede situarse al margen de los principios de protección, dignidad y buen trato. Una práctica deportiva basada en presión desmedida, exigencia descontextualizada u obsesión por el resultado genera efectos contraproducentes: aumento del abandono, lesiones recurrentes, deterioro del bienestar emocional y pérdida de motivación interna. Frente a ello, el fútbol educativo se articula sobre un principio claro: se entrena para aprender y mejorar, no para ganar de forma inmediata.

El modelo del Real Racing Club de Santander. El Real Racing Club de Santander, a través del Proyecto Victoria, ha desarrollado un modelo de Fútbol Educativo que integra de forma inseparable la formación deportiva, el bienestar y la protección. La propuesta sitúa el buen trato como condición estructural del desarrollo del talento y de la excelencia deportiva. El modelo incorpora de manera sistemática las habilidades para la vida definidas por la Organización Mundial de la Salud, organizadas en competencias emocionales, sociales y cognitivas (OMS, 2020). Estas habilidades se desarrollan de forma progresiva a lo largo de las distintas etapas formativas, adaptándose a las necesidades evolutivas de niños, niñas y adolescentes. Las competencias emocionales incluyen el autoconocimiento, el manejo de emociones y la regulación del estrés. Las competencias sociales abarcan la comunicación asertiva, la empatía y las relaciones interpersonales. Las competencias cognitivas se centran en el pensamiento crítico y creativo, la toma de decisiones y la resolución de problemas. Estas competencias se trabajan de forma progresiva a lo largo de cuatro etapas: Origen (U11–U12), Progreso (U13–U15), Talento (U16–U17) y Desafío (U19), con un perfil de salida hacia la élite basado en la autonomía, la resiliencia y el liderazgo como ADN Racing. Este recorrido refleja una pedagogía basada en la personalización, el *feedback* positivo y la consolidación de vínculos emocionales seguros. No se entrena a equipos como estructuras abstractas, sino a personas con talentos, ritmos y necesidades diversas. La calidad del proceso depende de la competencia de las figuras adultas, que deben actuar como referentes de cuidado, regulación y coherencia. El *Center on the Developing Child* de Harvard sintetiza esta evidencia al afirmar que «el factor más común para los niños que desarrollan resiliencia es al menos una relación estable y comprometida con un adulto que los apoye» (Harvard University, 2015). Esta relación constituye la base de la resiliencia, la motivación interna y el aprendizaje sostenido.

Discusión y conclusiones. El análisis de la evidencia confirma que el sufrimiento deliberado en la infancia no posee justificación ética ni científica. Los entornos deportivos basados en el respeto, la seguridad emocional y el buen trato favorecen el aprendizaje profundo, la continuidad deportiva y el desarrollo del talento. El acceso

a estados de implicación óptima, como el *flow* descrito por Csikszentmihalyi, depende de contextos percibidos como seguros y motivadores. El miedo, la ansiedad o la presión excesiva bloquean estos estados y dificultan tanto el aprendizaje como la expresión del talento. La principal barrera para el desarrollo óptimo no reside en los niños y niñas, sino en los contextos que los rodean. Entrenadores centrados exclusivamente en el resultado, expectativas familiares desajustadas o dinámicas económicas que priorizan el beneficio sobre el bienestar generan entornos de amenaza incompatibles con la educación y la protección. El fútbol educativo propone un cambio de paradigma: la excelencia real se construye desde el bienestar, el buen trato y la responsabilidad adulta. Garantizar estas condiciones no es un complemento del proceso deportivo, sino su fundamento.

Referencias

American Academy of Pediatrics. (2016). Sports specialization and intensive training in young athletes. *Pediatrics, 138*(3), e20162148. https://doi.org/10.1542/peds.2016-2148

Center on the Developing Child at Harvard University. (2015). *Supportive Relationships and Active Skill-Building Strengthen the Foundations of Resilience*. Harvard University. https://developingchild.harvard.edu/resources/supportive-relationships-and-active-skill-building-strengthen-the-foundations-of-resilience/

Csikszentmihalyi, M. (1990). *Flow: The Psychology of Optimal Experience*. Harper & Row.

Dallam, S. J., Ortiz, A. J., Timon, C. E., & Kang, J. S. (2024). Interpersonal violence in elite U.S. athletes: Prevalence and mental health correlates. *Journal of Aggression, Maltreatment & Trauma, 33(9), 1135-1153.* https://doi.org/10.1080/10926771.2024.2350998

Fédération Internationale de Football Association. (2019). *FIFA guardians safeguarding toolkit for member associations*. https://www.icmec.org/wp-content/uploads/2019/12/toolkit-fifa-guardians.pdf

Fédération Internationale de Football Association. (s. f.). *FIFA guardians: Safeguarding in football*. https://inside.fifa.com/human-rights/fifa-guardians

Fernández-Moreno, M. J. (2020). *Predicción del abandono deportivo a través de la calidad del servicio percibida en el deporte base* [Tesis doctoral]. Universidad Pablo de Olavide.

FIFA Foundation. (2023). *FIFA Foundation establishes Safe Football Support Unit (SFSU)*. FIFA. https://inside.fifa.com/human-rights/fifa-guardians/news/fifa-foundation-establishes-safe-football-support-unit

Hartill, M., Rulofs, B., Lang, M., Vertommen, T., Allroggen, M., Cirera, E. (2021*). Child Abuse in Sport – European Statistics (CASES): European and UK reports*. Edge Hill University. https://doi.org/10.25416/edgehill.c.5736437.v3

International Olympic Committee. (2021). *IOC Games-time framework for safeguarding athletes and other participants from harassment, abuse and exploitation*. International Olympic Committee. https://stillmed.olympics.com/media/Documents/Athletes/Safeguarding/IOC-Games-Time-framework-ENG.pdf

Masten, A. S. (2014). *Ordinary Magic: Resilience in development*. Guilford Press.

Merino-Fernández, D., & González-García, A. (2023). Hábitos de actividad física en estudiantes de secundaria: causas del abandono deportivo. *Revista EDUCA, 6*(1), 48–63.

Organización Mundial de la Salud. (2020). *Guidelines on physical activity and sedentary behaviour*. World Health Organization. https://www.who.int/publications/i/item/9789240015128

Pascual, M., & Baquero, C. (2023, 17 de diciembre). Más de 1.000 víctimas de abusos y pederastia en dos décadas en el deporte español. *El País*. https://elpais.com/sociedad/2023-12-17/mas-de-1000-victimas-de-abusos-y-pederastia-en-dos-decadas-en-el-deporte-espanol.html

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, p. 174
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DESAFÍOS Y ADAPTACIONES EN LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA EN CANTERA

Mercedes Valiente, Enrique Arroyo, José Carlos Pérez, Julián Cabrera

Sevilla Fútbol Club

m.valiente@sevillafc.com, e.arroyo@sevillafc.com, j.perez@sevillafc.com, ja.cabrera@sevillafc.com

Desarrollo. De la teoría a la práctica siempre hay un espacio. Espacio donde albergan desafíos y obstáculos. Desde el Área de Psicología del Sevilla F.C tenemos como objetivo presentar las adaptaciones realizadas en respuesta a las diversas realidades que surgen a lo largo de las distintas temporadas en una cantera de rendimiento. Soluciones basadas en una intervención psicológica indirecta en familias, entrenadores y cuerpos técnicos para optimizar el desarrollo de nuestros jugadores desde la base hasta juveniles. Presentamos las necesidades detectadas, el planteamiento para dar respuesta a las mismas, el formato de ejecución y las conclusiones obtenidas durante este tiempo.

Conclusión. Desde el Área de Psicología del Sevilla F.C consideramos clave en el desarrollo de nuestro trabajo, la presencia en campo y observación, además de la identificación y planificación de las variables psicológicas a trabajar. El uso de todas las vías de intervención psicológica posibles para abarcar las diferentes áreas que rodean a los jugadores. Así como, desarrollar resiliencia como profesionales para poder adaptarnos a todos los desafíos que supone nuestra labor.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 175-176
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA DEONTOLOGÍA PROFESIONAL COMO HERRAMIENTA DE TRABAJO EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

Enrique Cantón Chirivella

Universitat de València, Consejo Superior de la Psicología de España

enrique.canton@uv.es

Introducción. La deontología profesional es el conjunto de principios y reglas éticas que regulan y guían una actividad profesional, normalmente recogidos en un Código escrito y que es de obligado cumplimiento en el ejercicio de la profesión, vinculando tanto al profesional como a los clientes, a los cuales se les da protección y un marco de trabajo que contempla como fin último e inamovible, velar por el bienestar y la salud de la persona por encima de todo.

Desarrollo. Las obligaciones deontológicas tienen también efectos legales y condiciona y enmarca el trabajo profesional, convirtiéndose en una poderosa herramienta para garantizar su desempeño. Entre los principios que se derivan este código podemos destacar algunos elementos relevantes para la eficacia y eficiencia de nuestro trabajo. Lo primero es que debe primar, además del bienestar/salud, el respeto a la dignidad, la integridad y la intimidad de las personas, siendo clave el derecho de confidencialidad para reservar información personal sensible del cliente. También nos obliga y genera un compromiso social y científico, siendo necesario que nuestro trabajo se base en la evidencia científica, con la responsabilidad social y las obligaciones legales pertinentes de rendir cuentas (legalidad vigente, normativa sanitaria, consentimiento informado). Por último, aunque no menos importante, nos obliga a ser competentes, a tener y aplicar una serie de competencias adquiridas con una adeuda formación y experiencia práctica.

Conclusiones. Solo cuentan con Código Deontológico con efecto legal los profesionales debidamente acreditados para su labor, que en nuestro caso son Psicólogos/

as Colegiados, con una formación científica, regulada y reconocida de base (4/5 años de un Grado/Licenciatura universitaria), evaluada y valorada de forma externa y objetiva que, además y si nos referimos a una de sus especialidades como es su aplicación al deporte/ejercicio, puede ser también avalada por el colegio profesional (a nivel nacional y europea) mediante la certificación de Experto/a en Psicología del Deporte, si se cuenta con formación especializada de postgrado (mínimo de 400 horas) y experiencia profesional acreditada (mínimo de 4 años), evaluada y valorada de forma externa y objetiva acreditando un mínimo de 150 horas de práctica supervisada. Se certifica con vigencia para 8 años, siendo renovable si se demuestra actualización. En suma, la ética y deontología profesional nos obliga a estar bien preparados, evaluando externa y objetivamente nuestra capacidad para el uso correcto de métodos, instrumentos de evaluación y técnicas de intervención.

Referencias

Cantón, E. (2010). La psicología del deporte como profesión especializada. *Papeles del Psicólogo, 31(3*), 237-245.

Cantón, E. (2023). Rol profesional de la psicología del deporte. En D. Peris, J. Palmi, A. Gordillo & E. Cantón (Coords.), *Introducción a la Psicología del Deporte: 40 años después* (pp. 43–52). Editorial Inde.

Roe, R. (2003). ¿Qué hace competente a un psicólogo? *Papeles del Psicólogo, 24(86)*, 1–12.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 177-180
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL PERFIL PROFESIONAL DEL ESPECIALISTA EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN FÚTBOL

Eugenio A. Pérez Córdoba

Universidad de Sevilla, División de Psicología de la AF y Deporte CGCOP

ecordoba@us.es

En este trabajo vamos a abordar las competencias profesionales que debe tener un profesional de la psicología del deporte y cómo conseguir ser acreditado como experto en la aplicación de esta disciplina al ejercicio y el deporte. Antes que nada, convendría que nos realizáramos algunas preguntas: ¿Es ético aplicar la medicina sin tener las competencias (el título que así lo acredita) del profesional de la medicina? ¿Es ético actuar de entrenador de fútbol sin tener las competencias (título) para ello? Evidentemente, la respuesta es clara: no. En ese mismo sentido podríamos preguntarnos: ¿Es ético aplicar la psicología al deporte sin tener las competencias (título) del profesional de la psicología? Aquí la respuesta es también bastante clara: no, incluso podríamos decir que es ilegal (intrusismo profesional). ¿Y teniendo el título, pero no las competencias, se puede aplicar la psicología al deporte? En este caso la respuesta sería que sí, legalmente hablando, pero habría que indicar que constituye lo que se llamaría una «mala praxis» del profesional de la psicología, pues está aplicando la psicología a una temática para la que no tiene las competencias adecuadas. Pero: ¿qué son las competencias? y ¿qué competencias hay que tener para ser psicólogo de la actividad física y el deporte? Las competencias son una capacidad aprendida para realizar adecuadamente una tarea, función o rol (Roe, 2003). Es decir, son aprendidas, no innatas, y se aprenden para ser un profesional competente (eficaz). Básicamente, se refieren a lo que hay que «saber hacer» (habilidades) para «ser competente» (eficaz) en el desarrollo de nuestra labor profesional. La pregunta que nos podemos hacer ahora es doble: (1) ¿Qué hay que saber hacer para ser psicólogo? y (2) **¿Cómo se adquieren dichas competencias?**

En primer lugar, habría que decir que las competencias se adquieren típicamente en un proceso de «aprender haciendo, bajo supervisión», es decir, en una situación real de trabajo, o en una situación de aprendizaje basado en simulación. De forma que, podríamos decir que, al igual que el movimiento, se demuestra andando, las competencias (saber hacer) se aprenden y se demuestran haciendo. Es decir, que hay que demostrar lo que se sabe hacer, haciéndolo y siendo eficaz en nuestra práctica diaria. Contestando a la otra pregunta: ¿cuáles son esas competencias para ser un psicólogo eficaz? Habría que decir que hay dos tipos de competencias profesionales: 1) Las primarias: que son específicas de los psicólogos; 2) Las facilitadoras (posibilitadoras o secundarias): que son las que se comparten con otras profesiones.

Hay 20 competencias primarias que cualquier psicólogo debería poseer, agrupadas en estas seis categorías:

A. Definición de las metas del servicio a realizar
B. Evaluación psicológica, psicodiagnóstico y peritaje.
C. Desarrollo de productos y servicios a partir de la teoría y los métodos psicológicos.
D. Intervención psicológica: prevención, tratamiento y rehabilitación.
E. Evaluación de programas e intervenciones
F. Comunicación y compromiso ético.

Dentro de cada uno de esos seis grupos, las competencias serían:

A - Definición de las metas del servicio a realizar (o especificación de objetivos): Se refiere a la interacción con el cliente para definir los objetivos del servicio que se proporcionará, e incluye:

1. Análisis de necesidades (obtención de información).
2. Establecimiento de objetivos.

B - Evaluación psicológica, psicodiagnóstico y peritaje. Habría cuatro competencias:

1. Evaluación individual.
2. Evaluación grupal.
3. Evaluación organizacional.
4. Evaluación situacional (o del contexto)

C - Desarrollo de productos y servicios. (a partir de la teoría y los métodos psicológicos)

1. Definición de servicios o productos (con análisis de requisitos).
2. Diseño del servicio o producto (en función del contexto).

3. Prueba (del servicio o producto diseñado)
4. Evaluación (del servicio o producto diseñado)

D - Intervención psicológica: prevención, tratamiento y rehabilitación: consiste en identificar, preparar y realizar intervenciones apropiadas para conseguir el conjunto de objetivos utilizando los resultados de la evaluación y las actividades de desarrollo. Se incluye:

1. Planificación de la intervención: Desarrollar un plan de intervención adecuado para conseguir el conjunto de objetivos
2. Intervención directa. Orientada a la persona.
3. Intervención directa. Orientada a la situación
4. Intervención indirecta.
5. Implantación de productos o servicios. Introducirlos y promover su uso adecuado.

E - Evaluación de programas e intervenciones (valoración en función de objetivos):

1. Evaluar la adecuación de las intervenciones, para:
   — llevar a cabo los ajustes y las modificaciones oportunas.
   — comprobar la consecución de los objetivos.
2. Planificación de la valoración: Diseñar un plan para valorar la intervención (incluyendo criterios relevantes para el servicio)
3. Medida de la valoración (aplicar las técnicas de medición apropiadas)
4. Análisis de la valoración (de acuerdo con el plan de evaluación), y formulación de conclusiones acerca de la eficacia.

F - Comunicación y compromiso ético: Hay que proporcionar información a los clientes, de modo adecuado para satisfacer las necesidades y expectativas de esos clientes.

1. Proponer retroalimentación. Puede producir también cambios (intervención)
2. Elaboración de informes, para los clientes.
3. Las competencias facilitadoras (posibilitadoras o secundarias) serían:
4. Estrategia profesional.
5. Desarrollo profesional continuo.
6. Relaciones profesionales.

7. Investigación y desarrollo.
8. Marketing y ventas.
9. Gestión de la responsabilidad profesional.
10. Gestión de la práctica.
11. Garantía de calidad.
12. Autorreflexión.

¿En qué ámbitos de aplicación?: Estas competencias se llevan a cabo en una o más variedad de contextos ocupacionales y para diversos tipos de clientes (en nuestro caso la Actividad Física y el deporte).

— Deporte de rendimiento

— Deporte de base e iniciación

— Performance/acción motriz

— Organizaciones deportivas

- Poblaciones con necesidades especiales

¿Quién tiene las competencias? El que está acreditado. Y qué requisitos hay para estar acreditado (según el COP):

Requisitos generales:

— Tener el Grado/Licenciatura de Psicología

— Estar colegiado/a

— No estar incurso en ninguna causa deontológica, ni procedimiento disciplinario

Requisitos específicos:

— Haber realizado formación especializada de Posgrado (mínimo 400 horas)

— Acreditar actividad/experiencia profesional durante al menos 4 años en el área de especialización

Referencias

Roe, R. (2003). ¿Qué hace competente a un psicólogo? *Papeles del Psicólogo: Revista del Colegio Oficial del Psicólogo, 24*(86), 1-12.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 181-182
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA DEONTOLOGÍA PROFESIONAL EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE, UNA SEGURIDAD PARA EL FUTBOLISTA

Mª Dolores González Fernández[1], Víctor Contreras Pérez[2]

[1]Universidade da Coruña, [2]División PAFD Consejo Oficial de la Psicología

m.d.gonzalez@udc.gal, vcontreras.psicologia@gmail.com

Introducción. En numerosas situaciones, los futbolistas, entrenadores y psicólogos del deporte se pueden ver involucrados en situaciones de tensión como por ejemplo: un entrenador puede pedir información del estado psicológico de un futbolista al psicólogo del equipo; otro ejemplo podría ser: el padre del futbolista que pide información sobre si su hijo se encuentra acto o no para jugar, o si tiene alguna otra dificultad relacionada que afecte a su bienestar psicológico. Pues bien, estas situaciones pueden hacer desconfiar al futbolista sobre la información que se revelará, y así tener cierta negativa a trabajar con el psicólogo del equipo. Pero en realidad, ¿Qué información va a revelar el psicólogo al resto de personas relacionadas con el jugador? La realidad es que el futbolista o deportista que trabaje con un psicólogo del deporte está altamente protegido con respecto a la información que se trata en las sesiones o que se adquiere de alguna forma. Esto es debido por un lado a la propia legislación española, como la Ley Orgánica 3/2018, de Protección de Datos Personales y garantía de los derechos digitales, pero por otro, a la legislación europea (Reglamento General de Protección de Datos (UE) 2016/679, de 27 de abril de 2016). Además, el código deontológico permite velar por los intereses de los clientes, en este caso de los futbolistas al mismo tiempo que protege los intereses de los profesionales de la psicología. Por tanto, en el caso de uno de estos profesionales incumpla la ley de protección de datos revelando, por ejemplo, información sin el permiso del deportista, podría acarrear sanciones económicas para el profesional. Un valor añadido en la contratación de un profesional de la psicología de España, como un grado universitario de 4 años, más un máster en psicología del deporte, consta que el propio psicólogo pasa por numerosos filtros y revisiones a lo largo de

su carrera. Cuenta con estudios científicos avalados por el ministerio de educación y por el Consejo General de la Psicología en psicología del deporte, en total unos 5-6 años con prácticas supervisadas. Pero, además, ha recibido varios módulos de formación y concienciación relacionados con materias de protección de datos y código deontológico, que le hacen conocedor de la ley y estar sensibilizado con el futbolista a la hora de guardar su información personal, inclusive, cuenta con una figura llamada delegada de protección de datos que supervisa de forma anual el cumplimiento de la normativa. Ahora bien, ¿ocurre lo mismo con otros profesionales que afirman ayudar en el aspecto psicológico a los deportistas?

Conclusiones. Los profesionales de la psicología del deporte tienen la obligación legal y deontológica de salvaguardar la información de los deportistas además de permitirse la revelación de información sólo con consentimiento. Se evidencia, finalmente, una brecha legal en personas fuera de la psicología y no colegiadas.

Referencias

Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos. (2015). *Código deontológico del psicólogo*. https://www.cop.es/pdf/CodigoDeontologicodelPsicologo-vigente.pdf

Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales. (2018). *Boletín Oficial del Estado.* https://www.boe.es/eli/es/lo/2018/12/05/3/con

Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales y a la libre circulación de estos datos (Reglamento general de protección de datos). (2016). *Diario Oficial de la Unión Europea.* https://www.boe.es/doue/2016/119/L00001-00088.pdf

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp.183-186
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL ENTRENAMIENTO CON *FLYWHEEL* EN LA PREPARACIÓN FÍSICA DEL FÚTBOL MODERNO. ¿CUÁL ES LA DOSIS MÍNIMA DE SOBRECARGA EXCÉNTRICA PARA LA MEJORA DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN JÓVENES FUTBOLISTAS DE ÉLITE?

Óscar García García[1], Daniel Núñez Fernández[1,2]

[1]*Laboratorio de Rendimiento Deportivo, Condición Física y Bienestar. Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte. Universidade de Vigo, Campus Pontevedra,* [2]*RC Celta, Vigo*

oscargarcia@uvigo.gal, daniel.nunez.fernandez@uvigo.gal

Introducción. El fútbol es un deporte intermitente caracterizado por acciones explosivas como *sprints*, saltos, frenadas y cambios de dirección (Bush et al., 2015; Stølen et al., 2005). Estas acciones dependen en gran medida de la fuerza excéntrica del tren inferior (Brughelli et al., 2008; Spiteri et al., 2014). El uso de dispositivos inerciales o *flywheel* ha ganado popularidad por su capacidad para aplicar una sobrecarga excéntrica específica, replicando demandas propias del fútbol. La literatura ha mostrado beneficios del uso de estos dispositivos sobre el rendimiento de futbolistas (de Hoyo et al., 2015; Raya-González et al., 2021; Tous-Fajardo et al., 2016). Sin embargo, no existe un consenso sobre la dosis mínima efectiva de sobrecarga excéntrica en futbolistas, se desconoce el efecto combinado de entrenamiento tradicional y sobrecarga excéntrica, sigue siendo necesario determinar los efectos del entrenamiento con sobrecarga excéntrica sobre el rendimiento físico y neuromuscular de futbolistas durante la temporada de competición, y también es necesario contextualizar este efecto respecto a la concurrencia del desarrollo de otros factores del rendimiento durante la temporada de competición. Por tanto, parece adecuado abordar estos problemas como determinar la mínima dosis de sobrecarga excéntrica capaz de producir adaptaciones en futbolistas jóvenes y profesionales. Comparar el efecto del entrenamiento de fuerza combinado frente al entrenamiento tradicional en futbolistas. Evaluar el impacto sobre la capacidad de salto, aceleración,

desaceleración y COD. Valorar la mejora de fuerza excéntrica de isquiotibiales con test nórdico. Analizar métricas del ciclo estiramiento-acortamiento en el CMJ como el impulso y la potencia excéntrica. A partir de estas consideraciones, se presentan las iniciativas desarrolladas en dos estudios experimentales que analizaron el efecto de un programa combinado (fuerza tradicional + sobrecarga excéntrica con dispositivos inerciales) en comparación con un entrenamiento exclusivamente tradicional, en futbolistas jóvenes y profesionales.

Método. Estudio 1: participaron 30 futbolistas jóvenes de élite (17.3 ± 0.6 años; 172.3 ± 19.0 cm; 68.4 ± 6.3kg; 10.8 ± 1.2% grasa), divididos en COMB (n=16) y TRAD (n=14). COMB realizó una sesión de fuerza tradicional y otra con sobrecarga excéntrica (SE) semanal durante 8 semanas. TRAD realizó solo una sesión tradicional. La SE se aplicó con KBox (squat, split squat) y polea cónica (zancadas, patada de isquios y paso acelerado). Se evaluó el salto CMJ, test de agilidad 505, test AKE, *sprint* de 10 y 20 metros y aceleraciones/desaceleraciones (GPS). Se realizó un análisis factorial de varianza (ANOVA) de diseño mixto. Dos factores: tiempo y grupo.

Estudio 2: participaron 15 futbolistas profesionales (21.2 ± 5.0 años; 179.1 ± 6.4 cm; 74.1 ± 8.7kg; 10.7 ± 1.6% grasa), distribuidos en COMB (n=8) y TRAD (n=7). COMB realizó 2 sesiones tradicionales y 2 con SE durante 5 semanas de pretemporada; TRAD realizó solo las tradicionales. La SE se aplicó con KBox (squat) y polea cónica (lunge y patada isquios). Se evaluó: altura en CMJ bilateral y unilateral, impulso concéntrico y excéntrico, potencia excéntrica en CMJ y fuerza excéntrica máxima y torque máximo de isquiosurales evaluada con el test Nórdico. Se aplicó un análisis factorial de varianza (ANOVA) de diseño mixto. Dos factores: tiempo y grupo.

Resultados. Estudio 1: ambos grupos mejoraron significativamente ($p<0.05$) en CMJ bilateral y unilateral, cambio de dirección (505) y rango de movimiento (AKE), sin diferencias significativas entre ellos. COMB mejoró más variables (CMJ unilateral, CMJ bilateral, 505 con pierna izquierda y DCC máxima), mientras que TRAD mejoró solo en CMJ bilateral y 505 izquierda.

Estudio 2: Se encontraron diferencias significativas entren grupos ($p<0.05$). Concretamente, COMB mejoró en impulso excéntrico (+11.6%), concéntrico (+1.1%), potencia excéntrica (+10.4%) y salto CMJ unilateral izquierdo (+6.2%), mientras que TRAD empeoró en estas métricas. Ambos grupos redujeron el rendimiento en salto unilateral derecho. En el test nórdico, ambos grupos mejoraron significativamente fuerza máxima y torque máximos sin diferencias entre ellos.

Conclusiones. Ambos estudios muestran que el entrenamiento tradicional y el combinado con sobrecarga excéntrica mejoran el rendimiento físico en futbolistas, aunque con diferencias según el perfil del jugador. En futbolistas jóvenes, una sesión semanal de fuerza tradicional fue suficiente para mejorar salto, agilidad y movilidad, sin beneficios adicionales claros al añadir sobrecarga excéntrica. En profesionales, el entrenamiento combinado mostró mejoras superiores en variables sensibles como impulso excéntrico, concéntrico, potencia relativa y salto unilateral. Estas métricas reflejan mayor eficiencia neuromuscular y podrían ser útiles para mantener el rendimiento en pretemporada o ante acumulación de carga. En conjunto, se apoya el uso de dispositivos inerciales para estimular adaptaciones neuromusculares específicas, especialmente en profesionales. En jóvenes, su eficacia puede depender de la dosis, carga y momento del ciclo competitivo. De forma aplicada, parece interesante señalar la necesidad de individualizar el volumen y frecuencia del entrenamiento excéntrico según nivel competitivo, usar flywheel para objetivos específicos: mejora unilateral, prevención de lesiones o mejora de desaceleración y evaluar las adaptaciones mediante CMJ, NordBord y métricas GPS para optimizar la planificación del rendimiento.

Referencias

Brughelli, M., Cronin, J., Levin, G., & Chaouachi, A. (2008). Understanding change of direction ability in sport. *Sports Medicine*, *38*(12), 1045–1063. https://doi.org/10.2165/00007256-200838120-00007

Bush, M., Barnes, C., Archer, D. T., Hogg, B., & Bradley, P. S. (2015). Evolution of match performance parameters for various playing positions in the English Premier League. *Human Movement Science*, *39*, 1–11. https://doi.org/10.1016/j.humov.2014.10.003

de Hoyo, M., de la Torre, A., Pradas, F., Sañudo, B., Carrasco, L., Mateo-Cortes, J., Domínguez-Cobo, S., Fernandes, O., & Gonzalo-Skok, O. (2015). Effects of eccentric overload bout on change of direction and performance in soccer players. *International Journal of Sports Medicine, 36*(4), 308–314. https://doi.org/10.1055/s-0034-1395521

Raya-González, J., Castillo, D., de Keijzer, K. L., & Beato, M. (2021). The effect of a weekly flywheel resistance training session on elite U-16 soccer players' physical performance during the competitive season: A randomized controlled trial. *Research in Sports Medicine*, *29*(6), 571–585. https://doi.org/10.1080/15438627.2020.1870978

Spiteri, T., Nimphius, S., Hart, N. H., Specos, C., Sheppard, J. M., & Newton, R. U. (2014). Contribution of strength characteristics to change of direction and agility performance in female basketball athletes. *Journal of Strength and Conditioning Research*, *28*(9), 2415–2423. https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000000547

Stølen, T., Chamari, K., Castagna, C., & Wisløff, U. (2005). Physiology of soccer. *Sports Medicine*, *35*(6), 501–536. https://doi.org/10.2165/00007256-200535060-00004

Tous-Fajardo, J., Gonzalo-Skok, O., Arjol-Serrano, J. L., & Tesch, P. (2016). Enhancing change-of-direction speed in soccer players by functional inertial eccentric overload and vibration training. *International Journal of Sports Physiology and Performance*, *11*(1), 66–73. https://doi.org/10.1123/IJSPP.2015-0010

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 187-191
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CAMBIOS EN LA CAPACIDAD DE SALTO Y *SPRINT* DURANTE LA PRETEMPORADA EN JUGADORES PROFESIONALES EN DEPORTES DE EQUIPO

Álvaro de Pedro-Múñez, Tania Álvarez-Yates, Virginia Serrano-Gómez and Oscar García-García

Universidade de Vigo

oscargarcia@uvigo.gal

Introducción. En los deportes de equipo, la capacidad de esprintar, saltar y cambiar de dirección de manera explosiva es determinante para el rendimiento. En disciplinas como el baloncesto (Narazaki et al., 2009), el fútbol (Little & Williams, 2005), el balonmano (Hermassi et al., 2014) o el voleibol (Sheppard et al., 2008), estos gestos explosivos deciden acciones clave del juego. La pretemporada representa un periodo crucial para inducir mejoras neuromusculares mediante programas que combinen trabajo de fuerza, potencia y especificidad táctica. Investigaciones previas han mostrado mejoras significativas tras pretemporadas estructuradas, especialmente en jugadores jóvenes o amateur (Asadi, 2013; Attene et al., 2014). Sin embargo, hay escasa evidencia sobre los efectos de estas intervenciones en deportistas profesionales (Mexis et al., 2023), lo cual limita la aplicabilidad de los hallazgos en contextos de alto rendimiento. El objetivo de este trabajo de investigación es analizar los cambios en el rendimiento de salto y sprint tras una pretemporada de seis semanas en jugadores profesionales de baloncesto, y valorar las diferencias según la posición. Se discutirá la aplicabilidad de estos hallazgos a otros deportes colectivos.

Método. Se realizó un estudio cuasi-experimental con 106 jugadores profesionales de baloncesto pertenecientes a ligas europeas (BBL, Basketball Champions League y Liga Leb Oro). Los participantes fueron evaluados en dos ocasiones a lo largo de una pretemporada de seis semanas. Las valoraciones incluyeron pruebas de sprint

lineal (5, 10 y 20 m), sprint curvilíneo, test de cambio de dirección (505), y diferentes saltos verticales y horizontales: *Squat Jump* (SJ), *Countermovement Jump* (CMJ), CMJ con impulso de brazos (CMJA), *Single-Leg* CMJ, *Single-Hop for Distance Jump* (SHDJ), *Lateral Bound Jump* (LBJ) y *Single-Leg Repeated Jumps* (SLRJ). Las medidas de salto se registraron con plataforma de contacto Chronojump y las de sprint mediante fotocélulas (*Witty Wireless Trainer Timer®)*. El programa de pretemporada combinó entre 6 y 8 sesiones semanales técnico–tácticas con 2–3 sesiones de fuerza y acondicionamiento, orientadas a fuerza máxima, potencia y desarrollo hipertrofia. La carga se individualizó según el perfil inicial de cada jugador, antecedentes lesionales y percepción subjetiva del esfuerzo. El análisis estadístico se llevó a cabo mediante un ANOVA mixto (factor intra-sujeto: tiempo. Factor inter-sujeto: posición, Guards vs. Bigs). La fiabilidad de los tests se evaluó mediante ICC y coeficiente de variación. El nivel de significación se fijó en $p < 0.05$.

Resultados. Las mejoras más consistentes se observaron en el rendimiento de *sprint*:

— *Sprint* lineal: 5 m (-3.53%), 10 m (-2.37% derecha y -2.17% izquierda), 20 m (-0.88%). Estas mejoras presentaron tamaños del efecto grandes ($\eta^2_p > 0.24$).

— *Sprint* curvilíneo: Mejoras significativas tanto hacia el lado derecho (-2.46%) como hacia el izquierdo (-4.53%). El tamaño del efecto fue especialmente alto hacia el lado izquierdo ($\eta^2_p = 0.418$).

En cuanto a los saltos:

1. CMJ: Mejora del 3.53% ($p = 0.05$), tamaño del efecto moderado.
2. CMJA: Mejora del 4.84% ($p < 0.01$), tamaño del efecto alto, con interacción significativa por posición: los exteriores mejoraron un 6.85%, frente a un 1.87% en interiores ($p = 0.02$).
3. LBJ (salto lateral unipodal): Solo se observaron mejoras significativas en la pierna derecha (+1.68%, $p = 0.027$).
4. SJ, SHDJ y SLRJ: No mostraron mejoras significativas.

Discusión. Los hallazgos indican que un programa de seis semanas de pretemporada mejora de manera significativa el rendimiento neuromuscular en jugadores profesionales, particularmente en el sprint lineal y curvo, y en el salto con braceo. Estos resultados están en línea con trabajos intratemporada en otros deportes colectivos. En fútbol, Philipp et al. (2023) y Styles et al. (2016) demostraron que

los programas de fuerza-potencia realizados durante la temporada mantenían el rendimiento en CMJ sin deterioros, aunque las mejoras eran más modestas que en pretemporada. Además, Barrera-Domínguez et al. (2023) observaron mejoras relevantes en la relación fuerza-velocidad tras 8 semanas de trabajo específico, incluso en fase competitiva. En balonmano, Milanez et al. (2014) documentaron que jugadores de élite mejoraban su rendimiento físico durante la pretemporada. En voleibol, Sheppard et al. (2008) hallaron incrementos en salto de bloqueo y ataque tras sesiones de potencia implementadas entre partidos. Un aspecto clave es que, aunque los cambios en el sprint fueron generalizados, las mejoras en COD fueron nulas. Esto puede explicarse por la necesidad de un trabajo técnico-específico, como indican Stojanović et al. (2019). En fútbol, Brughelli et al. (2008) evidenciaron que la mejora en COD dependía de tareas con componentes perceptivo-decisionales, ausentes en este estudio. La diferencia por posición en el salto con braceo (CMJA) sugiere una ventaja de los jugadores exteriores en gestos de coordinación intersegmentaria. Este hallazgo coincide con estudios en fútbol que indican que los extremos y laterales poseen mejores resultados en tareas elásticas o acíclicas (Pehar et al., 2017). Cabe destacar que las ganancias observadas en deportistas profesionales suelen ser menores que en poblaciones sub-23 o juveniles. Zemková et al. (2018) subrayan que a mayor nivel y experiencia, menores adaptaciones agudas se logran, especialmente en fuerza explosiva y velocidad. Finalmente, hay que considerar el posible efecto de interferencia del entrenamiento concurrente (Wilson et al., 2012), habitual en deportes colectivos donde se combina trabajo aeróbico con fuerza. Aunque este estudio fue en pretemporada, estudios intratemporada como los de Murach & Bagley (2016) y Morton et al. (2018) muestran que una buena programación (orden de tareas, alimentación y recuperación) permite progresos simultáneos sin interferencias significativas.

Conclusiones. Una pretemporada estructurada de 6 semanas genera mejoras significativas en la capacidad de sprint (lineal y curvo) y en el salto vertical, especialmente con braceo. Las diferencias posicionales, en favor de los exteriores, refuerzan la necesidad de individualizar el trabajo. Estos resultados apoyan la implementación de programas similares en otros deportes colectivos, incluso durante la temporada, siempre que se controlen las cargas, se respeten los principios de especificidad y se adapte la programación al perfil del deportista.

Referencias

Asadi, A. (2013). Effects of in-season short-term plyometric training on jumping and agility performance of basketball players. *Sport Sciences for Health, 9*(3), 133-137. https://doi.org/10.1007/s11332-013-0159-4

Attene, G., Iuliano, E., Di Cagno, A., Calcagno, G., Moalla, W., Aquino, G., & Padulo, J. (2015). Improving neuromuscular performance in young basketball players: Plyometric vs. technique training. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 55*(1–2), 1–8. https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24921611/

Barrera-Domínguez, F. J., Almagro, B. J., Sáez de Villarreal, E., & Molina-López, J. (2023). Effect of individualised strength and plyometric training on the physical performance of basketball players. *European Journal of Sport Science, 23*(12), 2379-2388. https://doi.org/10.1080/17461391.2023.2238690

Hermassi, S., Gabbett, T. J., Spencer, M., Khalifa, R., Chelly, M. S., & Chamari, K. (2014). Relationship between explosive performance measurements of the lower limb and repeated shuttle-sprint ability in elite adolescent handball players. *International Journal of Sports Science and Coaching, 9*(5), 1191-1204.

Little, T., & Williams, A. G. (2005). Specificity of acceleration, maximum speed, and agility in professional soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research, 19*(1), 76-78.

Mexis, D., Nomikos, T., Mitsopoulos, N., & Kostopoulos, N. (2023). Effect of a 6-week preseason training protocol on physiological and muscle damage markers in high-level female and male basketball players. *Sports, 11*(11), 229. https://doi.org/10.3390/sports11110229

Milanez, V. F., Ramos, S. P., Lepretre, P. M., Leme, L. C., & Nakamura, F. Y. (2014). Physiological and performance changes in response to pre-season training in high-level handball players. *Science & Sports, 29*(4), e59-e62.

Morton, R. W., Murphy, K. T., McKellar, S. R., Schoenfeld, B. J., Henselmans, M., Helms, E., Aragon, A. A., Devries, M. C., Banfield, L., Krieger, J. W., & Phillips, S. M. (2018). A systematic review, meta-analysis and meta-regression of the effect of protein supplementation on resistance training-induced gains in muscle mass and strength in healthy adults. *British Journal of Sports Medicine, 52*(6), 376–384.

Murach, K. A., & Bagley, J. R. (2016). Skeletal muscle hypertrophy with concurrent exercise training: Contrary evidence for an interference effect. *Sports Medicine, 46*(8), 1029-1039.

Narazaki, K., Berg, K., Stergiou, N., & Chen, B. (2009). Physiological demands of competitive basketball. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 19*(3), 425-432.

Pehar, M., Sekulic, D., Sisic, N., Spasic, M., Uljevic, O., Krolo, A., Milanovic, Z., & Sattler, T. (2017). Evaluation of different jumping tests in defining position-specific and performance-level differences in high-level basketball players. *Biology of Sport, 34*(3), 263-272.

Philipp, N. M., Cabarkapa, D., Nijem, R. M., & Fry, A. C. (2023). Changes in countermovement jump force-time characteristics in elite male basketball players: A season-long analysis. *PLOS ONE, 18*(9), e0286581. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0286581

Sheppard, J. M., Cronin, J. B., Gabbett, T. J., McGuigan, M. R., Etxebarria, N., & Newton, R. U. (2008). Relative importance of strength, power, and anthropometric measures to jump performance of elite volleyball players. *Journal of Strength and Conditioning Research, 22*(3), 758-765.

Styles, W. J., Matthews, M. J., & Comfort, P. (2016). Effects of strength training on squat and sprint performance in soccer players. *The Journal of Strength & Conditioning Research, 30*(6), 1534-1539.

Wilson, J. M., Marin, P. J., Rhea, M. R., Wilson, S. M. C., Loenneke, J. P., & Anderson, J. C. (2012). Concurrent training: A meta-analysis examining interference of aerobic and resistance exercises. *Journal of Strength and Conditioning Research, 26*(8), 2293–2307.

Zemková, E., & Hamar, D. (2018). Sport-specific assessment of the effectiveness of neuromuscular training in young athletes. *Frontiers in Physiology, 9,* 264. https://doi.org/10.3389/fphys.2018.00264

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 192-195
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

¿CUÁNTO INFLUYE EL ROM DE LOS MIEMBROS INFERIORES EN LA PROBABILIDAD DE SUFRIR UNA LESIÓN EN LA MUSCULATURA ISQUIOSURAL? EL CASO DEL FÚTBOL

Oscar García-García[1], Ángela Molina Cárdenas[2], Tania Álvarez-Yates[1], Virginia Serrano-Gómez[1]

[1]Universidade de Vigo, [2]Federación Andaluza de Fútbol y Universidad de Córdoba

oscargarcia@uvigo.gal

Introducción. En el fútbol, las lesiones de los músculos isquiotibiales son de las que presentan mayor incidencia (Larruskain et al., 2018). Los isquiotibiales son los principales músculos implicados en la flexión de la rodilla y la cadera, acciones que se realizan con frecuencia en los jugadores de fútbol durante sus característicos *sprints* y golpeos a alta velocidad (Liu et al., 2012). Se ha reportado que las lesiones de Isquios tienen una mayor incidencia en hombres que en mujeres (Larruskain et al.2018), especialmente si presentan rigidez de isquiotibiales y bajos niveles de fuerza excéntrica de flexores de rodilla (Timmins et al. 2016). No obstante, el principal problema de esta lesión es su alta tasa de recurrencia en futbolistas (entre el 12% - 48%) (Liu et al. 2012; Mendiguchia et al. 2017; Timmins et al. 2016). Las lesiones de la musculatura isquiosural se considera que tienen un origen multifactorial (Mendiguchia et al. 2017):

— Factores no modificables: Edad (Liu et al., 2012; Timmins et al., 2016), y la existencia de una lesión previa de la estructura isquiotibial (Lui et al, 2012; Mendiguchia et al., 2017; Timmins et al., 2016).

— Factores modificables: desequilibrios de fuerza entre isquiotibiales y cuádriceps (Timmins et al., 2016), debilidad muscular (Timmins et al. 2016; Mendiguchia et al. 2017), fatiga (Liu et al 2012; Mendiguchia et al., 2017), reducción del rango de movimiento (ROM) en las articulaciones relacionadas con los isquiotibiales (cadera y rodilla) (Liu et al., 2012; Mendiguchia et al., 2017; Timmins at al., 2016).

Se desconoce la influencia del género en estos factores de riesgo.

La rigidez muscular, en los miembros inferiores, junto con la reducción del ROM son muy comunes en los futbolistas (Timmins et al., 2016). Se ha destacado que un ROM reducido en futbolistas puede considerarse como un factor de riesgo para desarrollar una lesión de La musculatura isquisural (Liu et al. 2012; Mendiguchia et al., 2017; Timmins et al., 2016). Sin embargo, quedan preguntas sin responder ¿cuáles son las pruebas ROM más apropiadas para las articulaciones relacionadas con los isquiotibiales para predecir el riesgo de desarrollar una lesión en futbolistas? ¿serían las mismas para ambos sexos? El objetivo es explorar cuáles son las pruebas específicas de ROM de miembros inferiores más apropiadas para jugadores femeninos y masculinos. Es decir, qué pruebas tienen una mejor capacidad predictiva y pueden proporcionar más información sobre el riesgo de lesión de la musculatura isquiosural en función del sexo del futbolista.

Método. Se ha usado un diseño de cohorte prospectivo para identificar las pruebas de ROM de cadera y rodilla que predecirán lesiones de la musculatura isquiosural en jugadores de fútbol amateur durante una temporada regular. 100 jugadores de fútbol semiprofesionales voluntarios, 56 hombres y 44 mujeres pertenecientes a la Liga española de fútbol, 3ª federación y 1ª federación respectivamente, y entrenaban una media de tres veces/semana. Las investigaciones han seguido las recomendaciones de la Declaración de Helsinki y ha sido aprobados por las juntas directivas y cuerpos técnicos de los equipos de fútbol y por el Comité de Investigación Ética de la Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte de la UVigo. Para cuantificar el número de lesiones de Isquiosurales durante una temporada, se creó un registro de historia clínica ad hoc. Solo se informó de una lesión cuando se cumplían los tres requisitos establecidos en el procedimiento:

1. Aparición aguda de dolor en la parte posterior del muslo en relación con el movimiento o con un movimiento específico, dolor durante el estiramiento y la contracción de los isquiotibiales y dolor localizado a la palpación manual del músculo isquiotibial
2. Confirmación de la lesión mediante ecografía por médico especialista en traumatología
3. Pérdida de entrenamiento mínima de 7 días

Se realizaron seis pruebas de flexibilidad para evaluar ROM de cadera (IR) y externa (ER) de cadera, abducción (ABD) y aducción (ADD) de caderodilla: elevación de pierna recta (SLR), test de Thomas modificado (TT), rotación interna ra, test de

Nachlas (NT) y test de Ridge (RT). Se realizaron tres intentos en cada prueba reteniéndose el mejor resultado del jugador, sin realizar movimientos compensatorios. Las evaluaciones se realizaron en la sesión de recuperación del lunes. Las mediciones se realizaron utilizando la aplicación goniométrica gratuita ROM© (v.1.4) para el *smartphone* android Samsung Galaxy S7 ($r \geq 0,93$; $ICC \geq 0,93$) (Dos Santos et al. 2017).

Confirmación de que la muestra era normal, lineal y homocedástica. Fiabilidad relativa de las mediciones se analizó mediante el coeficiente de correlación intraclase (ICC) y la fiabilidad absoluta usando coeficiente de variación (CV), a través de los datos transformados logarítmicamente. Análisis de varianza (ANOVA) de dos vías con dos factores: género (jugador masculino frente a jugadora femenina) y lesión (jugador lesionado frente a jugador no lesionado). Se utilizó un análisis de regresión logística para explorar la influencia de las pruebas ROM de cadera y rodilla, la edad, la altura, la masa corporal, el índice de masa corporal, los años de experiencia, las lesiones previas y el número total de lesiones musculares durante la temporada (variables independientes) en la probabilidad de tener una lesión en la musculatura isquiosural (variable dependiente). Se consideró estadísticamente significativo un nivel alfa de $p<0,05$. Todos los datos se analizaron utilizando SPSS v.24.0 para Windows (SPSS Inc., Chicago, IL, EE.UU.).

Resultados. La fiabilidad de medida de las evaluaciones es muy buena (ICC= 0.99; CI=0.96-0.99; CV = 0.6%- 2.9%). Fueron confirmados 26 futbolistas con lesiones de isquiosurales: 17 en hombres (30,35%) y 9 en mujeres (20,45%) durante una temporada de competición. Tanto los jugadores de fútbol femeninos como masculinos con una lesión de isquiosurales mostraron un SLRa ($F=95,036$; $p=0,001$), SLRp ($F=23,209$; $p=0,001$), NT ($F=45,085$; $p=0,001$) y RT ($F=49,936$; $p=0,001$) más bajos que los jugadores de fútbol no lesionados, con un tamaño del efecto grande ($\eta 2p =0,195-0,497$). Además, estos jugadores lesionados mostraron un mayor TT ($F=28,043$; $p=0,001$) también con un gran tamaño del efecto ($\eta 2p =0,226$). El modelo predictivo para jugadoras clasifica correctamente el 95,5% de los casos mediante el SLRa y el TT, presentando una buena sensibilidad (77,8%) y una especificidad completa (100%). El modelo predictivo para varones clasifica el 94,6% de los casos mediante el SLRa y el ERa mostrando una buena sensibilidad (88,2%) y una alta especificidad (97,4%).

Conclusiones. Tanto los futbolistas femeninos como masculinos que sufrieron una lesión en los Isquiotibiales presentaron un ROM inferior en las pruebas SLRa, SLRp, NT y RT y un ROM superior en la prueba TT que los jugadores no lesionados, lo que indica en esta última prueba una menor flexibilidad del psoas ilíaco. El SLRa

y el TT son las pruebas de ROM de la cadera con mayor probabilidad de predecir lesiones en la musculatura isquiosural en futbolistas femeninas, mientras que el SLR activo y el ER son las pruebas que mejor predicen lesiones en la musculatura isquisural en futbolistas masculinos.

Referencias

Larruskain, J., Lekue, J. A., Díaz, N., Odriozola, A., & Gil, S. M. (2018). Comparison of injuries in elite male and female football players: A five-season prospective study. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 28*(1), 237–245. https://doi.org/10.1111/sms.12860

Liu, H., Garrett, W. E., Moorman, C. T., & Yu, B. (2012). Injury rate, mechanism, and risk factors of hamstring strain injuries in sports: A review of the literature. *Journal of Sport and Health Science, 1*(2), 92–101. https://doi.org/10.1016/j.jshs.2012.07.003

Mendiguchia, J., Martínez-Ruiz, E., Edouard, P., Morin, J.-B., Martínez-Martínez, F., Idoate, F., & Méndez-Villanueva, A. (2017). A multifactorial, criteria-based progressive algorithm for hamstring injury treatment. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 49*(7), 1482–1492. https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000001241

Timmins, R. G., Bourne, M. N., Shield, A. J., Williams, M. D., Lorenzen, C., & Opar, D. A. (2016). Short biceps femoris fascicles and eccentric knee flexor weakness increases the risk of hamstring injury in elite football (soccer): A prospective cohort study. *British Journal of Sports Medicine, 50*(24), 1524–1535. https://doi.org/10.1136/bjsports-2015-095362

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 196-198
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

COMPARACIÓN DE LOS EFECTOS DE SEIS SEMANAS DE ENTRENAMIENTO DE *SPRINTS* REPETIDOS ESTRUCTURADO POR SERIES O REPETICIONES SOBRE EL RENDIMIENTO FÍSICO EN JUGADORES DE FÚTBOL JÓVENES MASCULINOS

Diego Fernández Penedo

Universidade de Vigo

diegopenedo@hotmail.com

Introducción. El objetivo de este estudio fue analizar los efectos de dos programas de entrenamiento de *sprints* repetidos (RST), uno con un número alto de repeticiones por serie (RST-HRS) y otro con un número bajo (RST-LRS), sobre el rendimiento en sprint y la RSA en jóvenes futbolistas. Basándose en la hipótesis aún no comprobada de Thurlow et al. (2024), quienes sugirieron que los protocolos con un menor número de repeticiones por serie podrían ser más efectivos que aquellos con un número mayor, se planteó la hipótesis de que RST-LRS induciría mayores mejoras en el rendimiento en sprint y la RSA en comparación con RST-HRS.

Método. *Enfoque experimental:* Se empleó un diseño paralelo aleatorizado pre–post para evaluar los efectos de dos programas de entrenamiento de *sprints* repetidos (RST), que diferían en el número de repeticiones por serie (alto, RST-HRS; bajo, RST-LRS), sobre el rendimiento en sprint y la RSA en jugadores de fútbol masculino sub-16. Los participantes fueron asignados aleatoriamente mediante una secuencia generada por ordenador a los grupos RST-HRS o RST-LRS. Los protocolos se integraron en entrenamientos regulares idénticos durante la temporada competitiva. El estudio tuvo una duración de 8 semanas: 6 de intervención con RST y 2 de evaluación (una antes: pretest, y otra después: postest).

Sujetos: Inicialmente participaron veinte futbolistas sub-16. Los criterios de inclusión fueron no haber sufrido lesiones en los tres meses previos y contar con al

menos cuatro años de entrenamiento sistemático en fútbol. El análisis final incluyó a diecinueve jugadores que completaron todas las pruebas y al menos el 80% de las sesiones. Los jugadores fueron asignados aleatoriamente mediante una secuencia informatizada a los grupos RST-HRS (n = 9; edad 15.2 años; altura 174 cm; masa corporal 63.7 kg) o RST-LRS (n = 10; edad 15.1 años; altura 174 cm; masa corporal 65.5 kg).

Procedimientos. *Test de sprint lineal (30 m: 5, 10, 15, 20 30 m):* El rendimiento se evaluó mediante un sistema fotoeléctrico de doble haz (Witty, Microgate, Bolzano, Italia), con fotocélulas colocadas a 0, 5, 10, 15, 20 y 30 m. Las células estaban montadas a 0.9 m de altura y separadas 1 m entre sí. Los jugadores salían desde posición estática, con el pie adelantado 0.5 m detrás de la primera célula. Se proporcionaba una señal verbal estandarizada («correr al máximo») para asegurar el esfuerzo máximo. Cada jugador realizaba dos intentos con 3 minutos de descanso, registrándose el mejor tiempo.

Test RSA: Se siguió el protocolo lineal propuesto por Kyles et al. (2023), consistente en seis *sprints* de 30 m a máxima velocidad, con 15 segundos de recuperación activa trotando de regreso al inicio. A diferencia de Kyles et al. (2023) todos los *sprints* comenzaron desde el mismo punto. Los índices de rendimiento de la RSA incluyeron el tiempo promedio (AT), el mejor tiempo (FT) y el tiempo total (TT). El porcentaje de decremento (%Dec) se calculó con la fórmula de Fitzsimons et al. (1993): %Dec = 100 × (TT ÷ tiempo ideal) − 100, donde el tiempo ideal = número de *sprints* × FT.

Intervenciones de entrenamiento: Tras el pretest, los participantes realizaron un programa de RST de seis semanas en el mismo campo artificial, con dos sesiones semanales (12 en total). Antes de cada sesión se aplicaba la misma rutina de calentamiento estandarizada que en los tests. Todas las sesiones fueron supervisadas por un preparador físico certificado. La diferencia principal entre protocolos fue el número de repeticiones y series: el grupo RST-HRS realizaba entre 8 y 16 repeticiones por serie con 1–2 series por sesión, mientras que el grupo RST-LRS completaba entre 4 y 6 repeticiones por serie con 2–4 series por sesión.

Percepción subjetiva del esfuerzo (RPE): Después de cada sesión, los jugadores informaban su percepción de esfuerzo mediante la escala de Foster (0–10), la cual formaba parte de su rutina habitual.

Resultados. *Rendimiento en sprint:* únicamente el grupo RST-LRS presentó incrementos estadísticamente significativos en el rendimiento de los *sprints* de 20 y 30 metros entre el periodo previo y posterior al entrenamiento. No hubo diferencias significativas entre grupos ni interacciones entre el tiempo y el grupo en ninguno de los parciales de sprint analizados.

Índices de rendimiento en RSA: se detectaron mejoras significativas a lo largo del tiempo en el mejor tiempo, el peor tiempo y el tiempo total de los *sprints* repetidos, aunque no en el porcentaje de decremento. Tanto el grupo RST-HRS como el grupo RST-LRS mostraron mejoras moderadas y significativas en estos índices entre el pre y el postest. No se observaron diferencias significativas entre grupos ni interacciones entre el tiempo y el grupo en ninguna de las variables analizadas.

Conclusiones. Solo el grupo RST-LRS mejoró significativamente el rendimiento en sprint. Estos hallazgos, que apoyan parcialmente nuestra hipótesis (excepto en lo relativo a las mejoras en RSA), refuerzan la idea del RST como un método de entrenamiento multicomponente (Thurlow et al., 2024; Taylor et al., 2015) y se alinean con la sugerencia previamente no comprobada de Thurlow et al. (2024) de que los protocolos con menor número de repeticiones por serie podrían ser más efectivos que aquellos con un mayor número. Sin embargo, no se observó tal ventaja en el rendimiento de RSA, en la cual ambos grupos mejoraron de manera similar.

Referencias

Kyles, A., Oliver, J. L., Cahill, M. J., Lloyd, R. S., & Pedley, J. (2023). Linear and change of direction repeated sprint ability tests: A systematic review. *Journal of Strength and Conditioning Research, 37*(8), 1703–1717. https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000004447

Stølen, T., Chamari, K., Castagna, C., & Wisløff, U. (2005). Physiology of soccer: An update. *Sports Medicine, 35*(6), 501–536.

Taylor, J. M., Macpherson, T., Spears, I., & Weston, M. (2015). The effects of repeated-sprint training on field-based fitness measures: A meta-analysis of controlled and non-controlled trials. *Sports Medicine, 45*(6), 881–891. https://doi.org/10.1007/s40279-015-0324-9

Thurlow, F., Huynh, M., Townshend, A., McLaren, S. J., James, L. P., Taylor, J. M., Weston, M., & Weakley, J. (2024). The effects of repeated-sprint training on physical fitness and physiological adaptation in athletes: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine, 54*(4), 953–974. https://doi.org/10.1007/s40279-023-01959-1

Thurlow, F., Weakley, J., Townshend, A., Timmins, R. G., Morrison, M., & McLaren, S. J. (2023). The acute demands of repeated sprint training on physiological, neuromuscular, perceptual and performance outcomes in team sport athletes: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine, 53*(8), 1609–1640. https://doi.org/10.1007/s40279-023-01853-w

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 199-203
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INFLUENCIA DEL ORDEN DEL ENTRENAMIENTO DE *SPRINTS* REPETIDOS DURANTE EL MICROCICLO SOBRE LA CARGA EXTERNA SEMANAL, EL RENDIMIENTO NEUROMUSCULAR Y LA PERCEPCIÓN DE LA RECUPERACIÓN EN FUTBOLISTAS PROFESIONALES

Alberto García Santamaría

Universidade de Vigo

albertogarciainef@gmail.com

Introducción. El fútbol moderno se caracteriza por su naturaleza intermitente, donde el rendimiento depende de una compleja interacción de indicadores físicos, técnicos y tácticos. En los últimos años, la evolución del juego ha estado marcada por un incremento significativo en la frecuencia e intensidad de las acciones de alta demanda física, especialmente las carreras de alta intensidad (Bush et al., 2015, 2017; Bradley et al., 2016; Lago-Peñas et al., 2023). Este cambio ha transformado el perfil del futbolista profesional, obligando a los equipos a adaptar tanto sus procesos de entrenamiento como sus estrategias de preparación física a un entorno cada vez más exigente y competitivo (Nassis et al., 2021). Dentro de este contexto, la capacidad de *sprints* repetidos (*Repeated Sprint Ability*, RSA) se ha consolidado como una de las cualidades físicas más relevantes. El RSA implica la habilidad de ejecutar *sprints* cortos de alta intensidad en condiciones de recuperación limitada, favoreciendo no solo la velocidad máxima, sino también la aceleración, la desaceleración y los cambios de dirección (Girard et al., 2011; Taylor et al., 2017; Sheppard, 2006). Su desarrollo resulta clave para sostener el ritmo de competición actual, caracterizado por acciones explosivas y secuencias de esfuerzo de corta recuperación. Distintas investigaciones sugieren que la inclusión de este tipo de estímulos en los programas de entrenamiento mejora tanto el rendimiento

físico como la tolerancia a la fatiga, con recomendaciones específicas de volumen y frecuencia en función del periodo de la temporada (Thurlow, 2024, 2025). No obstante, la aplicación práctica del RSA dentro del microciclo semanal de un equipo profesional plantea un reto para los cuerpos técnicos. La distribución de las cargas de entrenamiento debe contemplar no solo la proximidad y exigencia del partido, sino también factores contextuales como la duración del microciclo, la congestión del calendario competitivo o las características individuales de los jugadores. En el fútbol profesional, se observa una organización típica del microciclo en la que, tras el partido (MD), los días iniciales presentan cargas reducidas, seguidos de un incremento progresivo a mitad de semana (MD-4 y MD-3) y una reducción hacia los días previos al siguiente encuentro (MD-2 y MD-1) (Stevens et al., 2017; Douchet et al., 2023; Buchheit et al., 2023). Sin embargo, la evidencia científica señala que la introducción de estímulos de alta exigencia en momentos inadecuados puede comprometer la recuperación y la preparación para la competición, lo que convierte la periodización en un aspecto crítico de la planificación (Reilly, 2005). En este sentido, diferentes estudios han explorado la influencia de la secuenciación y la tipología de estímulos sobre la fatiga y la recuperación. Algunos trabajos muestran que la introducción de cargas excéntricas en MD+3 puede afectar negativamente al estado muscular, mientras que su inclusión en MD+1 podría favorecer la recuperación sin comprometer el rendimiento posterior (Lovell et al., 2018). Otros análisis destacan la importancia de equilibrar entrenamientos de fuerza, juegos reducidos y sesiones de alta intensidad en función de su impacto fisiológico y neuromuscular (Sparkes et al., 2020; Douchet et al., 2023). Asimismo, se subraya la necesidad de individualizar la preparación en función de la posición, las características del jugador y las demandas del partido (Oliva-Lozano et al., 2022), aspecto clave para optimizar el rendimiento y reducir el riesgo de lesión. A pesar de estas aportaciones, la mayor parte de la evidencia disponible proviene de estudios realizados en fútbol formativo o semiprofesional. En consecuencia, existe una clara limitación en torno al conocimiento aplicado al fútbol profesional, particularmente en lo referente a la inserción de sesiones de RSA en distintos momentos del microciclo competitivo y a sus efectos sobre variables neuromusculares. Ante esta laguna, el presente estudio se plantea como objetivo analizar y comparar la fatiga inducida por un entrenamiento de RSA sobre indicadores neuromusculares y la capacidad de salto, aplicando la intervención en diferentes días de un microciclo competitivo en futbolistas profesionales.

Método. Se empleó un diseño aleatorizado, cruzado y contrabalanceado para comparar los efectos de programar sesiones de entrenamiento de *sprints* repetidos

(RST) en distintos días del microciclo (MD–4 vs. MD–3) sobre el rendimiento en salto y las respuestas perceptivas en futbolistas profesionales. Participaron 17 jugadores de campo de un club de la Liga 1 de Indonesia, en plena temporada competitiva. Las evaluaciones incluyeron medidas de recuperación percibida (TQR, Hooper Index) y salto con contramovimiento (CMJ), con controles en MD–4 y seguimientos en MD–2. El protocolo de RST consistió en 3 series de 10 *sprints* de 30 m, monitorizados con GPS y RPE. El diseño cruzado permitió controlar la variabilidad individual y los efectos residuales, garantizando comparabilidad entre condiciones. El análisis estadístico incluyó pruebas t apareadas y ANOVA de medidas repetidas, con tamaño muestral estimado en 16 sujetos para detectar diferencias significativas en la altura del CMJ.

Resultados. No se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre condiciones en ninguna de las métricas de carga ($p > 0,05$), lo que indica que el estímulo de entrenamiento fue comparable en ambas sesiones. Se observó un efecto principal significativo del tiempo para la escala TQR, con valores post-entrenamiento más bajos en ambas condiciones ($p = 0,003$; $\eta^2_p = 0,229$, grande), Sin embargo, no se hallaron interacciones significativas tiempo × grupo ($p = 0,855$). El índice de Hooper mostró un incremento significativo de pre a post-entrenamiento ($p = 0,013$; $\eta^2_p = 0,164$, grande), no obstante, no se observaron interacciones significativas ($p = 0,476$) ni diferencias entre grupos ($p = 0,334$). En cuanto a los componentes individuales del índice de Hooper, no se detectaron efectos significativos de tiempo ni de interacción para sueño o estrés (todos $p > 0,35$). En contraste, la fatiga mostró un efecto principal significativo del tiempo ($p = 0,008$; $\eta^2_p = 0,185$, grande), con valores post-entrenamiento más elevados en ambos grupos. Del mismo modo, el DOMS presentó un efecto principal significativo del tiempo ($p = 0,002$; $\eta^2_p = 0,238$, grande), además de una interacción significativa tiempo × grupo ($p = 0,030$; $\eta^2_p = 0,127$, medio), indicando que el aumento del dolor muscular fue más pronunciado en el grupo MD–3 (57,87 %) en comparación con el grupo MD–4 (13,09 %). Finalmente, se observó un efecto principal significativo del tiempo en la altura del CMJ ($p = 0,031$; $\eta^2_p = 0,127$, medio), reflejando un descenso general del rendimiento en el salto tras el RST (MD–4 = 2,06 %; MD–3 = 4,45 %). Sin embargo, no se encontraron diferencias significativas entre grupos ($p = 0,815$) ni efectos de interacción tiempo × grupo ($p = 0,466$).

Conclusiones. Los hallazgos de este estudio sugieren que el RST puede implementarse tanto en MD–4 como en MD–3 dentro de un microciclo competitivo sin alterar significativamente las cargas de entrenamiento externas o internas en futbolistas profesionales. Sin embargo, realizar RST en MD–3 puede provocar mayores

DOMS en MD–2, lo que podría comprometer la preparación neuromuscular más cerca del día del partido. Por lo tanto, se recomienda a los profesionales programar sesiones de RST de alta intensidad en una etapa más temprana del microciclo (p. ej., MD–4) para optimizar las ventanas de recuperación, especialmente durante los períodos de semanas de un solo partido.

Referencias

Bradley, P. S., Archer, D. T., Hogg, B., Schuth, G., Bush, M., Carling, C., & Barnes, C. (2016). Tier-specific evolution of match performance characteristics in the English Premier League: It's getting tougher at the top. *Journal of Sports Sciences, 34*(10), 980–987. https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1082614

Buchheit, M., Settembre, M., Hader, K., & McHugh, D. (2023). Planning the microcycle in elite football: To rest or not to rest? *International Journal of Sports Physiology and Performance, 18*(3), 293–299. https://doi.org/10.1123/ijspp.2022-0146

Bush, M., Archer, D. T., Barnes, C., Hogg, B., & Bradley, P. S. (2017). Longitudinal match performance characteristics of UK and non-UK players in the English Premier League. *Science and Medicine in Football, 1*(1), 2–9. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1233347

Bush, M., Barnes, C., Archer, D. T., Hogg, B., & Bradley, P. S. (2015). Evolution of match performance parameters for various playing positions in the English Premier League. *Human Movement Science, 39,* 1–11. https://doi.org/10.1016/j.humov.2014.10.003

Douchet, T., Paizis, C., & Babault, N. (2023). Typical weekly physical periodization in French academy soccer teams: A survey. *Biology of Sport, 40*(3), 731–740. https://doi.org/10.5114/biolsport.2023.119988

Girard, O., Racinais, S., Kelly, L., Millet, G. P., & Brocherie, F. (2011). Repeated sprinting on natural grass impairs vertical stiffness but does not alter plantar loading in soccer players. *European Journal of Applied Physiology, 111*, 2547–2555. https://doi.org/10.1007/s00421-011-1884-5

Lago-Peñas, C., Lorenzo-Martínez, M., López-Del Campo, R., Resta, R., & Rey, E. (2023). Evolution of physical and technical parameters in the Spanish LaLiga 2012–2019. *Science and Medicine in Football, 7*(1), 41–46. https://doi.org/10.1080/24733938.2022.2049980

Lovell, R., Whalan, M., Marshall, P. W., Sampson, J. A., Siegler, J. C., & Buchheit, M. (2018). Scheduling of eccentric lower limb injury prevention exercises during the soccer micro-cycle: Which day of the week? *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 28*(10), 2216–2225. https://doi.org/10.1111/sms.13226

Nassis, G. P., Massey, A., Jacobsen, P., Brito, J., Morten, B., Randers, M., Castagna, C., Mohr, M., & Krustrup, P. (2021). Elite football of 2030 will not be the same as that of 2020: Preparing players, coaches, and support staff for the evolution. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 30*(6), 962–964. https://doi.org/10.1111/sms.13681

Oliva-Lozano, J. M., Gómez-Carmona, C. D., Fortes, V., & Pino-Ortega, J. (2022). Effect of training day, match, and length of the microcycle on workload periodization in professional soccer players: A full-season study. *Biology of Sport, 39*(2), 397–406. https://doi.org/10.5114/biolsport.2022.106148

Reilly, T. (2005). An ergonomics model of the soccer training process. *Journal of Sports Sciences, 23*(6), 561–572.

Sheppard, J. M., & YOUNG, W. B. (2006). Agility literature review: Classifications, training and testing. *Journal of Sports Sciences*, 24(9), 919–932. https://doi.org/10.1080/02640410500457109

Sparkes, W., Turner, A. N., Weston, M., Russell, M., Johnston, M. J., & Kilduff, L. P. (2020). The effect of training order on neuromuscular, endocrine and mood response to small-sided games and resistance training sessions over a 24-h period. *Journal of Science and Medicine in Sport, 23*(9), 866–871. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2020.01.017

Stevens, T. G. A., de Ruiter, C. J., Twisk, J. W. R., Savelsbergh, G. J. P., & Beek, P. J. (2017). Quantification of in-season training load relative to match load in professional Dutch Eredivisie football players. *Science and Medicine in Football, 1*(2), 117–125. https://doi.org/10.1080/24733938.2017.1282163

Taylor, J. B., Wright, A. A., Dischiavi, S. L., Townsend, M. A., & Marmon, A. R. (2017). Activity demands during multi-directional team sports: A systematic review. *Sports Medicine, 47*(12), 2533–2551.

Thurlow, F., McLaren, S. J., Townshend, A. D., & Weakley, J. (2025). The application of repeated-sprint training. *Journal of Strength and Conditioning Research, 47*(4), 398-413. https://doi.org/10.1519/SSC.0000000000000881

Thurlow, F., Weakley, J., Townshend, A. D., Timmins, R. G., Morrison, M., & McLaren, S. J. (2024). The acute demands of repeated-sprint training on physiological, neuromuscular, perceptual and performance outcomes in team sport athletes: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine, 53*(8), 1609–1640.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 204-207
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388

CÓMO DISEÑAR EJERCICIOS QUE MEJOREN A LOS JUGADORES EN EL FÚTBOL

Carlos Lago Peñas

Universidade de Vigo

clagop@uvigo.gal

Introducción. Para diseñar ejercicios que funcionen hay que saber cuándo se ha acertado con la tarea. ¿Cómo podemos estar seguros de que el ejercicio funciona? Creo que hay cuatro condiciones que se deben cumplir simultáneamente para que una tarea funcione.

— Primera condición. Deben aparecer de una forma muy frecuente los comportamientos o acciones deseadas por el entrenador para cumplir los objetivos. No se puede aprender una acción del juego si no te enfrentas el suficiente número de veces a ella. Hay que acumular experiencias en la situación de juego que queremos mejorar. Un buen entrenador es entonces aquél que diseña los ejercicios y, con la propuesta concreta del espacio, el tiempo, la superioridad o inferioridad numérica y demás aspectos del juego, consigue que en los 15 o 20 minutos de la tarea aparezca muchas veces un desmarque de ruptura si es que ese era el objetivo de hoy. Muchas más veces, al menos, de lo que aparecerían en otro ejercicio o en el partido. No vale entonces hacer la misma tarea para conseguir cosas muy distintas. Hay que ser un maestro en el diseño de los ejercicios. No vale el partidillo para casi todo. Lo primero es responder a la pregunta: ¿qué quiero conseguir con este ejercicio? Y ahora hay que pensar cómo puedo presentar una tarea que me ayude a lograrlo.

— Segunda condición. Los jugadores deben tener éxito en la tarea. Deben conseguir hacer lo que ha propuesto el entrenador antes de empezar el

ejercicio con el grado de acierto buscado. Y además saben por qué les ha salido bien. Puede que se tratase de dar 20 pases seguidos en una situación de superioridad numérica 7x7+3 o de conseguir llegar al tercio final del campo 3 veces en 10 minutos de partido. Depende de cada tarea. Sabemos que una de las grandes necesidades psicológicas de los seres humanos es la necesidad de sentirse competente. Sentir que se domina una tarea ayuda mucho a entrenar con ganas. La percepción de competencia, de que las cosas salen tiene mucho que ver con tener ganas de entrenar y mejorar. Por eso es tan importante proponer ejercicios que funcionen. Cuando realizamos una acción con motivación se produce una descarga neurohormonal que activa las reservas de energía de nuestro cuerpo. Por eso nos sentimos muy bien cuando estamos motivados. Ese aporte adicional de energía nos da un empuje físico e intelectual que nos hace sentir que somos capaces de lograr lo que deseamos.

— Tercera condición. Los deportistas han entendido el concepto que se quería trabajar. No se trata sólo de tiempo de práctica en el entrenamiento. Se trata sobre todo de comprender qué hay que hacer para tener éxito. Eso es lo que permite repetir lo que se hace bien, aunque cambien el oponente, el momento del partido, etc. Por eso es tan importante identificar las causas que nos llevan a hacer las cosas o bien. Sin una buena autoevaluación de mi comportamiento es muy difícil mejorar. Lo explica muy bien Pep Marí. Los deportistas de alto nivel difícilmente cometen más de dos errores consecutivos. Y si los cometen, muy pocas veces repiten el mismo fallo. Eso es así porque disponen del hábito de analizar sus errores. De ese análisis se extrae una conclusión que se aplica inmediatamente.

— Cuarta condición. El nivel de dificultad de las tareas ha sido el adecuado. No demasiado fácil. No demasiado difícil. El objetivo de una buena tarea es situarse en la zona de ricitos de oro. Se trata de ese nivel donde la motivación es muy alta porque la tarea supone un reto. No es tan fácil que lleva al aburrimiento, ni tan difícil que condena al fracaso. La idea es que podemos conseguirlo si nos esforzamos. Como consecuencia de ello, aparece la diversión en el entrenamiento. Los objetivos moderadamente difíciles son preferibles a los muy complicados o muy fáciles. Los objetivos deben ser lo suficientemente ambiciosos para despertar la ilusión de los jugadores, pero también alcanzables. Las expectativas de rendimiento deben estar ajustadas al nivel del equipo. La Regla de Ricitos de Oro establece que las personas experimentamos los niveles más altos de motiva-

ción cuando, al trabajar en alguna tarea, esta está en el límite de nuestras habilidades actuales. Para saber más sobre esta regla, pueden leer a James Clear en su libro Hábitos Atómicos.

Pero todavía podemos hacer más cosas para que las tareas funcionen. Una de ellas es utilizar la puntuación en nuestros ejercicios. Se trata de dar puntos a los comportamientos o conceptos que le interesan al entrenador en cada tarea. Un ejemplo. Si el objetivo de hoy era conseguir situaciones de superioridad numérica defensiva en las bandas + robar el balón, sería recomendable que en la tarea de 7x7 + portero se diese un punto o incluso dos por lograr en la jugada lo que pretendemos. Ganará el que llegue antes a 10 puntos. La consecuencia será clara: va a ser tan importante o más el generar superioridades numéricas que el propio gol. Hagan el ejemplo en una tarea. Nadie quiere perder y eso hace que pongamos mucha atención en los aspectos del juego que nos permiten ganar. Es muy importante además contar los puntos de la tarea en voz alta para que los jugadores mantengan su atención en lo que quiere el preparador. Puntuar un aspecto concreto en un ejercicio consigue tres grandes cosas:

— Permite focalizar la atención de los deportistas sobre aquello que quiere el entrenador para lograr el objetivo previsto en el ejercicio y la sesión.

— Ayuda a que los jugadores tengan información inmediata y clara (un *feedback*, en definitiva) sobre el nivel del éxito que están teniendo en lograr ese objetivo. Si han perdido o ganado será por lo que bien o mal que han hecho el ejercicio.

— Como estamos seguros de que la atención de los jugadores se ha puesto en un aspecto concreto y además el resultado final ha dejado claro quien lo ha hecho mejor o peor, el entrenador puede evaluar con los deportistas las razones que han llevado a hacerlo bien o mal. Es una forma estupenda de conseguir que el preparador y los futbolistas vean lo mismo en el ejercicio.

Conclusiones. Las tareas de entrenamiento o ayudan a mejorar a los jugadores o no estamos haciendo bien nuestro trabajo. Quizás haya que olvidarse de las recetas de los libros de 1000 ejercicios para mejorar no sé qué aspecto del juego. Entrenar es enseñar. No se puede aplicar sin más lo que otros han utilizado para resolver sus problemas. Que las tareas funcionen tienen mucho más que ver con aprender a satisfacer las necesidades de tus jugadores y saber cómo diseñar ejercicios que con un corta y pega de lo que hacen otros. Recordémoslo siempre: los entrenadores se hacen, no nacen.

Referencias

Bilbao, A. (2015). *El cerebro del niño explicado a los padres*. Plataforma Actual.
Blázquez, D. (1999). *La iniciación deportiva y el deporte escolar*. INDE.
Bueno i Torrens, D. (2017). *Neurociencia para educadores*. Octaedro Editorial.
Clear, J. (2020). *Hábitos atómicos*. Diana.
Durand, M. (1988). *El niño y el deporte*. Paidós.
Espar, X. (2010). *Jugar con el corazón*. Plataforma Editorial.
Famose, J.P. (1999). *Cognición y rendimiento motor*. INDE.
Fernández Del Olmo, M. A. (2012). *Neurofisiología aplicada a la actividad física*. Síntesis.
García Herrero, A. (2018). *Manual del entrenador*. Ediciones MCG.
Lago Peñas, C. (2018). *Cortita y al pie*. Carlos Lago Peña.
Lago Peñas, C. y Seirul-lo, F. (2023). *La dirección del entrenamiento y el partido en el fútbol y los deportes de equipo*. Carlos Lago Peña.
Marí, P. (2011). *Aprender de los campeones*. Plataforma Editorial.
Marí, P. (2017). *Liderar equipos comprometidos*. Plataforma Editorial.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 208-209
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LO VIVIDO EN EL POZO: NARRACIONES SOBRE LESIÓN Y SALUD MENTAL

Aurelio Olmedilla Zafra[1], Luis Miguel Ramos Pastrana[2]

[1]Universidad de Murcia, [2]Servicio Psicología Federación de Fútbol de la Región de Murcia

olmedilla@um.es, luismiguel.ramos@um.es

Introducción. Las lesiones deportivas, especialmente aquellas de larga duración como la rotura del ligamento cruzado anterior (LCA), constituyen acontecimientos potencialmente traumáticos que trascienden lo físico e impactan de forma significativa en la salud mental y la identidad del deportista. En el fútbol, y de manera especialmente acentuada en el fútbol femenino (John et al., 2025), la incidencia creciente de este tipo de lesiones plantea la necesidad de comprender el proceso lesional desde una perspectiva psicológica y narrativa, atendiendo a las vivencias subjetivas a lo largo de la rehabilitación y el retorno a la práctica deportiva.

Método. El presente trabajo se enmarca en un enfoque cualitativo-narrativo, basado en el análisis de testimonios de futbolistas que han sufrido lesiones graves, fundamentalmente LCA, así como en la experiencia profesional interdisciplinar en contextos de rehabilitación. Se integran las narraciones de las propias deportistas con la visión de fisioterapeutas y profesionales de la psicología del deporte (Ramos-Pastrana, 2024), estructurando el proceso en distintas fases (preoperatoria, postquirúrgica, readaptación y retorno a la competición). Asimismo, se consideran herramientas de evaluación del estado emocional, como el perfil de iceberg del POMS, y propuestas de intervención psicológica adaptadas a cada etapa.

Resultados. Los relatos muestran una elevada variabilidad en la vivencia emocional de la lesión, oscilando desde la negación, el miedo y el sufrimiento psicológico intenso, hasta la aceptación progresiva, el crecimiento personal y la revalorización de la práctica deportiva. Se identifican momentos críticos de especial vulnerabilidad

psicológica, así como la presencia de miedos persistentes al retorno competitivo. La intervención psicológica integrada en el proceso de rehabilitación favorece la adherencia, la regulación emocional y una vuelta al deporte más ajustada y consciente.

Conclusiones. La lesión debe entenderse como un proceso vital y no únicamente biomédico. Incorporar de forma sistemática la intervención psicológica, tanto ligada a la rehabilitación como desde una perspectiva más existencial, resulta clave para proteger la salud mental, optimizar la recuperación y facilitar un retorno deportivo sostenible y humanizado.

Referencias

John, G., AlNadwi, A., Georges Abi Antoun, T., & Ahmetov, I. I. (2025). Injury prevention strategies in female football players: Addressing sex-specific risks. *Sports, 13*(2), 39. https://doi.org/10.3390/sports13020039

Ramos-Pastrana, L. M. (2024). *Aspectos psicológicos en la rehabilitación de la lesión del LCA y la vuelta a la práctica deportiva en jugadores de fútbol sala* [Tesis doctoral]. Universidad de Murcia.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 210-212
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EQUILIBRIO ENTRE RENDIMIENTO Y SALUD MENTAL: HACIA LA SOSTENIBILIDAD PSICOLÓGICA EN EL FÚTBOL

Sidónio Serpa

CIDEFES, FEFD, Lusófona University, Lisboa-Portugal, Comité Olímpico de Portugal

sidonio.serpa.psy@ulusofona.pt

Introducción. El fútbol profesional contemporáneo se ha convertido en una industria global que demanda a los deportistas un rendimiento cada vez más elevado, con calendarios sobrecargados y exigencias físicas, técnicas y psicológicas crecientes. Este contexto plantea un dilema central: ¿cómo compatibilizar el bienestar psicológico de los jugadores con la búsqueda constante de resultados? Diversos casos recientes de futbolistas de élite que han declarado públicamente sufrir depresión, ansiedad o agotamiento ponen de relieve la necesidad urgente de integrar la salud mental en el núcleo de la preparación deportiva. A partir de este marco, se propone un enfoque de sostenibilidad psicológica, entendida como la capacidad de satisfacer las demandas del alto rendimiento sin comprometer la homeostasis biopsicosocial del deportista.

Método. El trabajo adopta un enfoque teórico–conceptual sustentado en:

- Revisión documental de literatura académica y profesional sobre deporte de alto rendimiento, psicología aplicada y sostenibilidad (Barker et al., 2014; Vamplew, 2016; AASP, 2021).
- Estudio de casos de futbolistas profesionales que han visibilizado sus problemas de salud mental.
- Análisis crítico de las condiciones estructurales del fútbol moderno: sobreentrenamiento, presión mediática, escaso apoyo social, barreras para solicitar ayuda y transiciones difíciles fuera del deporte.

— Propuesta de modelo de entrenamiento sostenible que equilibre demandas y recursos, integrando la preparación psicológica como eje central.

Resultados. A partir del análisis realizado, se identificaron los siguientes aspectos:

1. Identificación de factores de riesgo: predisposición psicológica, sobreentrenamiento, acoso o abuso, falta de apoyo social, lesiones, problemas de sueño, transiciones de carrera y estigmatización de la ayuda psicológica.
2. Consecuencias observadas en el fútbol profesional: aumento de trastornos de ansiedad, depresión y agotamiento, así como casos extremos de abandono prematuro o suicidio.
3. Impacto del entorno deportivo: el énfasis en resultados inmediatos, el dopaje, la corrupción y la cultura del «fin justifica los medios» generan dinámicas insostenibles.
4. Modelo de sostenibilidad psicológica (Serpa, 2025): propone equilibrar demandas de rendimiento con recursos personales, técnicos y sociales mediante:
   - Preparación psicológica integrada en el entrenamiento diario.
   - Gestión compartida de la carga psicológica entre entrenador, psicólogo y directivos.
   - Promoción del bienestar a lo largo de un continuum salud-rendimiento, que incluye prevención, detección de riesgo, intervención temprana y desarrollo de habilidades de autorregulación.

Conclusiones. El fútbol de élite exige un cambio de paradigma: pasar de una visión centrada exclusivamente en el rendimiento a un modelo que contemple la sostenibilidad psicológica como condición para la excelencia deportiva y la salud mental de los jugadores.

La integración de la psicología del deporte en la planificación, la alfabetización en salud mental para entrenadores y deportistas, y la implementación de procesos de entrenamiento sostenible constituyen estrategias clave para evitar la cronificación de problemas psicológicos y favorecer el rendimiento a largo plazo. En definitiva, el equilibrio entre resultados y bienestar no es solo deseable, sino imprescindible para garantizar la continuidad y la humanidad del deporte profesional.

Referencias

Association for Applied Sport Psychology. (2021). *AASP statement on the continuum of mental health & relationship to performance: A response to the conversation supporting Naomi Osaka and Simone Biles*. https://appliedsportpsych.org/media/news-releases-and-association-updates/aasp-statement-on-the-continuum-of-mental-health-and-relationship-to-performance-a-response-to-the-conversation-supporting/

Calvin, M. (2017). *No Hunger in Paradise: The players, the journey, the dream*. Random House.

Serpa, S. (2025). Psychology sustainability in elite sport: Implications for Olympic preparation. *Psychology International, 7*(4), 82. https://doi.org/10.3390/psycholint7040082

Vamplew, W. (2016). Sport, industry and industrial sport in Britain before 1914: Review and revision. *Sport in Society, 19*(3), 340–355. https://doi.org/10.1080/17430437.2015.1057942

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 213-214
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO EN ETAPAS FORMATIVAS

Diego Fuertes García

Real Sporting de Gijón S.A.D.

diego.fuertes@realsporting.com

El Área de Psicología del Deporte del Real Sporting de Gijón forma parte del departamento de Ciencias Aplicadas al Deporte (CAD), junto con Medicina, Readaptación, Preparación Física y Nutrición, lo que permite una intervención interdisciplinar y alineada con las demandas del fútbol de alto rendimiento. El trabajo se desarrolla tanto en el primer equipo como en categorías formativas, contando con un psicólogo responsable de la cantera y otro dedicado en exclusividad al primer equipo.

El entrenamiento psicológico en etapas formativas persigue los siguientes objetivos:

— Educar al jugador, integrando el entrenamiento psicológico como parte de su rutina deportiva.

— Dar continuidad al trabajo psicológico a lo largo de las diferentes categorías.

— Fortalecer el vínculo de confianza entre jugador y psicólogo.

— Preparar al jugador para las exigencias psicológicas del alto rendimiento.

Los objetivos específicos se organizan en dos bloques:

1. Objetivos de comprensión: conocer las habilidades psicológicas y su influencia en el rendimiento.
2. Objetivos de aplicación: entrenar dichas habilidades en situaciones reales de entrenamiento y competición.

El modelo de trabajo se estructura en tres líneas de intervención:

A. Sesiones colectivas: centradas en situaciones de competición, utilizando dinámicas participativas y juegos de preguntas para fomentar la reflexión.

B. Sesiones individuales: orientadas a la autoevaluación del jugador, definición de objetivos individuales y entrenamiento en habilidades psicológicas.

C. Sesiones con entrenadores: promoviendo su implicación activa en el proceso formativo del jugador.

A esto se añade una evaluación psicológica al jugador, que se realiza en dos momentos de la temporada (pretemporada y final de curso) mediante:

— IPED (Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva).

— SMHAT-10 (evaluación de salud mental del COI).

El propósito es extender este entrenamiento psicológico a las etapas más tempranas de la estructura, con el fin de fomentar una adherencia al mismo desde pequeños e ir integrando diferentes habilidades psicológicas en su repertorio de recursos como jóvenes deportistas.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, p. 215
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

RESIDENCIA DE JÓVENES JUGADORES: CONSTRUYENDO Y FORTALECIENDO LA IDENTIDAD PERSONAL Y DEPORTIVA

Virginia Sánchez Larriba

Real Valladolid Club de Fútbol

vslarriba@gmail.com

La exposición explicaba la experiencia de trabajo desarrollada en la **Residencia de Jóvenes Jugadores del Real Valladolid C.F. S.A.D.**, un espacio de convivencia que acoge cada temporada a entre 30 y 35 futbolistas en formación, principalmente de categorías cadete y juvenil, procedentes de diferentes lugares de España y del extranjero. Las estancias en la residencia pueden extenderse de uno a cinco años, lo que convierte este entorno en un contexto privilegiado para el acompañamiento integral del jugador.

El proyecto se estructura en torno a cuatro pilares fundamentales. En primer lugar, el **acompañamiento en el día a día**, favoreciendo rutinas compartidas, espacios de convivencia y momentos de celebración que refuercen la cohesión grupal. En segundo lugar, la **construcción de la identidad personal y deportiva**, subrayando la necesidad de que los jóvenes no se definan únicamente como futbolistas, sino también como personas con valores, vínculos significativos, autonomía e intereses diversos. El tercer pilar se centra en la **utilización del entorno como herramienta educativa**, en la que normas, rutinas, horarios y espacios cotidianos, como las comidas, se convierten en vehículos formativos. Finalmente, el **rol del psicólogo** se concibe como figura de presencia activa, escucha y acompañamiento, con capacidad de detección e intervención preventiva.

En conjunto, la residencia se configura como un ámbito formativo integral que contribuye al desarrollo equilibrado del jugador, integrando las exigencias de la práctica deportiva de alto nivel con la formación personal y social del individuo.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 216-217
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL TRABAJO PSICOLÓGICO DESDE LA INTEGRACIÓN EN EL CUERPO TÉCNICO

Rubén Bravo Carvajal

Autónomo

info@rubenbravo.es

En base a la experiencia personal y a lo observado en los principales clubs nacionales, el profesional de la psicología del deporte actúa desde dos realidades diferenciadas:

— Integrado dentro del cuerpo técnico, orientado al trabajo con todos los técnicos que lo forman, dando especial atención a la figura del entrenador y apoyando a los jugadores en ciertas situaciones.

— Formando parte de la estructura del club, asociado a servicios médicos o al área deportiva, orientando la intervención hacia los jugadores de una manera transversal y con recorrido y, por otro lado, apoyando al cuerpo técnico sin estar asociado al mismo.

En un contexto de alto rendimiento, con impacto mediático y donde las decisiones implican grandes cantidades económicas, la presión a quien dispone de información de valor es mayor. Así, el concepto de confidencialidad cobra especial importancia, siendo algo indispensable en nuestra profesión y viéndose cuestionado en ciertos contextos del alto rendimiento para demostrar el valor profesional. Manejamos información sensible y no es extraño que, sin quererlo, formemos parte de triangulaciones con intereses poco éticos.

De esta manera, la intervención desde la integración en el cuerpo técnico podría dividirse en las siguientes funciones:

— Intervenir de forma individual con los jugadores del equipo, planteando una primera sesión obligatoria y realizando seguimiento posterior de forma voluntaria.

— Intervenir de forma colectiva con todo el equipo en ciertos momentos de la temporada, destacando acciones que contribuyan a la formación relacional del equipo y formando parte de las decisiones futuras en lo que respecta al plano social del equipo.

— Participar en las decisiones del cuerpo técnico en la planificación respecto al equipo, aportando información y tomando decisiones orientadas a trabajar las principales variables psicológicas presentes en el fútbol.

— Acompañar a nivel psicológico al cuerpo técnico y, en especial, al entrenador a lo largo de la temporada.

Por último, es de suma importancia disponer de una metodología clara, desde la cual podamos planificar aspectos que consideremos importantes y, por otro lado, contar con el conocimiento suficiente para reaccionar ante situaciones imprevistas, ya que será una de las partes más importantes en cuanto empiece la fase competitiva. Además, pese a tener claro nuestro modelo de intervención, deberemos tener en cuenta el contexto, las características del club y del cuerpo técnico para poder adaptar nuestro trabajo a las demandas y método del mismo.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 218-219
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL TRABAJO DE LA PSICOLOGÍA DESDE FUERA. RELACIÓN CON EL ENTORNO Y LAS ESTRUCTURAS

Lara Jiménez Martín

Lara Jiménez, psicología, rendimiento y bienestar

larajimenepsicologa@gmail.com

Se pretende con este trabajo dar a conocer el trabajo del psicólogo deportivo privado, no ligado a ninguna estructura federativa y/o club, intervención que se da en las siguientes áreas:

— Atención directa al jugador/a y sus familias.

— Formación y divulgación.

— Asesoramiento a directivos.

— Intervención con entrenadores y /o STAFF.

— Intervención con árbitros.

— Desarrollo de materiales.

Las funciones más relevantes del psicólogo en esta área tienen que ver con generar en el agente deportivo con el que se trabaja un entorno de seguridad y objetividad total con el que muchas veces no cuentan dentro de la federación o club al que pertenecen. Además, en mi caso al contar con la especialidad sanitaria me permite trabajar con los deportistas, árbitros y entrenadores en periodos sensibles, como la recuperación de lesiones y/o la retirada desde un prisma más completo y prevenir o tratar problemas psicológicos asociados a dichas vivencias. También se trabaja con todas las edades y en deporte tanto de rendimiento como de iniciación y desarrollo, lo cual genera una necesidad de trabajo versátil y en constante actualización.

El trabajo orientado a la parte grupal es variable, incluye:

— Sesiones grupales puntuales con equipos que lo solicitan ya sea por un problema concreto a resolver o a modo TEAM-BUILDING.

— Formación en aspectos de psicología general o deportiva en congresos, universidades, etc.

— Divulgación a población general sobre la especialidad o sobre los beneficios psicológicos del deporte.

— Trabajo grupal con dinámicas para trabajar aspectos como la gestión emocional, la atención o el compañerismo tanto con menores en campus y similares, como en programas específicos con poblaciones especiales.

El trabajo del psicólogo privado es a veces menos completo que el de un psicólogo de club al no poder observar al deportista o entrenador en sus entrenamientos ni acompañarlo en partidos y otros eventos, sin embargo, tiene sus beneficios en cuanto a la imparcialidad y la confianza que genera y en cuanto a la accesibilidad que se tiene a la familia y otras influencias fuera del entorno deportivo. Las principales demandas a nivel privado suelen ser:

— Deportistas en formación: desarrollo de carrera dual, gestión emocional y gestión de expectativas.

— Deportistas de rendimiento: recuperación de lesiones, retirada deportiva, ansiedad competitiva, mejora de la capacidad atencional y gestión del error.

— Entrenadores: Estrategias de comunicación, liderazgo y gestión de grupos.

— Árbitros: gestión del error, liderazgo, estrategias atencionales y gestión emocional.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 220-224
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EFECTOS DEL ENTRENAMIENTO DE ESTABILIDAD CENTRAL EN EL RENDIMIENTO FÍSICO DE FUTBOLISTAS: REVISIÓN SISTEMÁTICA CON METAANÁLISIS

Sebastián Rodríguez[1], Edgar Debray Hernández Álvarez[1], Catalina León Prieto[2]

[1]Facultad de Medicina, Departamento de Movimiento Corporal Humano, Maestría en Fisioterapia del Deporte y la Actividad Física, Universidad Nacional de Colombia, Sede Bogotá, Bogotá, Colombia, [2]Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad del Rosario, Bogotá, Colombia

srodriguezja@unal.edu.co, edhernandeza@unal.edu.co, catalina.leonp@urosario.edu.co

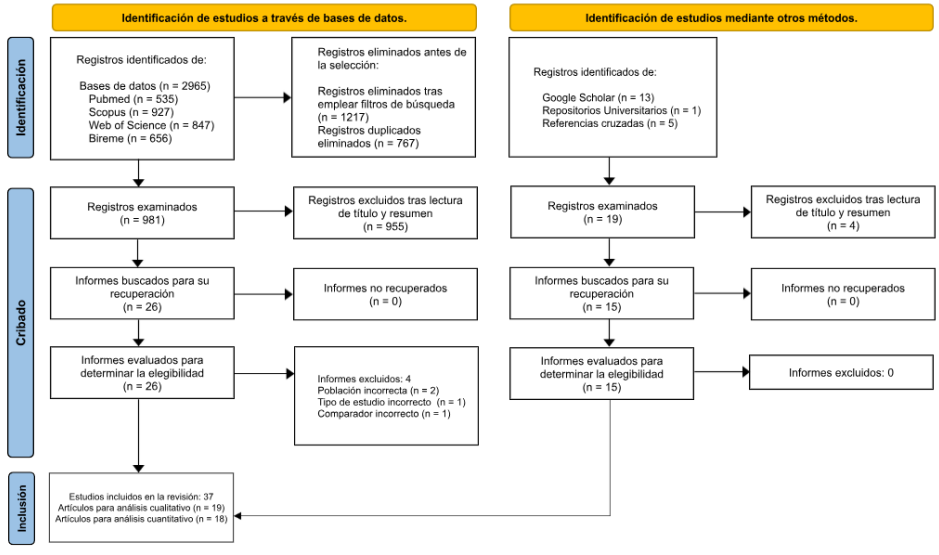
Introducción. Los futbolistas deben mantener niveles óptimos de rendimiento físico, y para lograr este objetivo, se implementan diversas estrategias de entrenamiento, tales como cargas externas, pliometría y sesiones de velocidad. A pesar de la relevancia de estas prácticas, los estudios previos acerca del impacto del entrenamiento de estabilidad central (EEC) en el rendimiento de los futbolistas han arrojado resultados contradictorios. Por lo tanto, resulta fundamental llevar a cabo un metaanálisis con el fin de esclarecer esta situación y brindar una comprensión precisa de los beneficios asociados con este tipo de entrenamiento. Bajo esta perspectiva, el objetivo de esta investigación es determinar los efectos del EEC en el rendimiento físico de futbolistas mediante un metaanálisis de la evidencia científica.

Método. Se llevó a cabo una búsqueda sistemática de ensayos hasta noviembre de 2024 en PubMed, Bireme, Scopus y WOS, enfocada en determinar los efectos del EEC en el rendimiento físico de futbolistas. Se analizaron aspectos como el rendimiento de salto, agilidad, velocidad y equilibrio, siguiendo meticulosamente las directrices del manual Cochrane y las normas PRISMA. Los resultados obtenidos fueron gestionados mediante la herramienta colaborativa Rayyan, donde dos evaluadores seleccionaron estudios de manera independiente, resolviendo discrepan-

cias a través de un tercer revisor. Para evaluar el riesgo de sesgo, se empleó la herramienta ROB2, abordando el sesgo de publicación mediante el uso de diagramas de embudo y análisis de regresión de Egger. Por otro lado, la calidad metrológica de los estudios fue evaluada utilizando la lista de verificación de ensayos clínicos proporcionada por SIGN, mientras que la calidad de reporte se determinó con la lista de chequeo CONSORT. Ambas escalas fueron aplicadas por dos evaluadores de forma independiente, con cualquier desacuerdo resuelto por un tercero. Los datos pertinentes relacionados con el rendimiento físico fueron extraídos de los estudios por parte de dos evaluadores, y posteriormente analizados en RevMan-Web mediante metaanálisis de efectos fijos. Se evaluó la heterogeneidad utilizando estadísticos como I^2, Chi^2 y gráficos de Galbraith. Finalmente, la certeza de la evidencia se determinó utilizando el enfoque GRADE.

Resultados. De un total de **2,984 registros identificados** en la búsqueda, tras aplicar los criterios de inclusión y exclusión, finalmente se seleccionaron **37 estudios (Figura 1)**, los cuales en conjunto incluyeron a **1,174 futbolistas**, con edades comprendidas entre los **9 y 30 años**, lo que permitió abarcar tanto poblaciones juveniles en formación como deportistas en etapas de alto rendimiento.

Figura 1. *Diagrama de flujo de la selección de estudios.*



En cuanto a las variables de salto vertical, los resultados mostraron que los programas de intervención analizados tuvieron un impacto positivo y estadísticamente significativo en diferentes modalidades de esta capacidad física. El salto Abalakov, que integra componentes de fuerza explosiva y coordinación del tren inferior, evidenció un incremento promedio de 1.66 centímetros (IC del 95%: 0.53, 2.79). De manera similar, el salto con contramovimiento (CMJ), considerado un referente para evaluar la potencia elástica y reactiva de los miembros inferiores, aumentó en 1.29 centímetros (IC del 95%: 0.31, 2.28). Por su parte, el salto desde sentadilla (SJ), que refleja la fuerza explosiva en condiciones de contracción concéntrica pura, se incrementó en 1.49 centímetros (IC del 95%: 0.56, 2.42).

En relación con la agilidad, una cualidad determinante en el rendimiento futbolístico por su relación con los cambios de dirección, aceleración y desaceleración, los estudios incluidos reportaron mejoras consistentes. En el test T-Drill, que evalúa la capacidad de realizar desplazamientos multidireccionales en el menor tiempo posible, se observó una reducción promedio de 0.71 segundos (IC del 95%: -1.27, -0.14). De manera paralela, en el test Illinois, otra prueba ampliamente utilizada para cuantificar agilidad en contextos deportivos, se encontró una disminución de 0.56 segundos (IC del 95%: -1.05, -0.06).

En lo referente al equilibrio y control postural, también se registraron beneficios notables. La prueba del flamenco, utilizada para valorar la estabilidad en apoyo unipodal, mostró una disminución de 1.91 errores en promedio (IC del 95%: -2.75, -1.06), lo que indica un mejor control y reducción de pérdidas de balance. Complementariamente, el Y-Balance-Test, que mide el alcance funcional en distintas direcciones, evidenció un incremento significativo en el desempeño, la extremidad izquierda alcanzó un 5.74% más (IC del 95%: 2.76, 8.72), mientras que la extremidad derecha mostró una mejora del 6.58% (IC del 95%: 3.36, 9.80).

Por otro lado, los análisis sobre la velocidad lineal de sprint, tanto en distancias cortas como medias, no mostraron beneficios estadísticamente significativos. El tiempo en el sprint de 30 metros apenas se redujo en -0.04 segundos (IC del 95%: -0.14, 0.06), mientras que el sprint de 20 metros presentó una diferencia de -0.05 segundos (IC del 95%: -0.11, 0.01). Estos resultados sugieren que, a diferencia de la agilidad y el salto, la velocidad de desplazamiento en línea recta podría requerir intervenciones más específicas o de mayor intensidad para generar adaptaciones relevantes en futbolistas de diferentes niveles.

Conclusiones. Este metaanálisis representa un avance significativo al explorar los efectos del EEC exclusivamente en futbolistas. A diferencia de análisis previos que amalgamaron estudios en adultos sanos y deportistas de diversas disciplinas,

esta investigación se centra específicamente en futbolistas, marcando una diferencia al realizar un análisis metaanalítico riguroso. En contraste, la única revisión sistemática previa en futbolistas se limitó únicamente a datos descriptivos. Los resultados obtenidos corroboran investigaciones previas realizadas en adultos sanos y otros atletas, señalando efectos positivos consistentes. Estos efectos podrían atribuirse a la observación de actividad muscular anticipatoria en músculos clave como el transverso abdominal y los oblicuos, activados tanto antes como durante los movimientos de las extremidades. Este patrón sugiere un inicio secuencial del movimiento desde la musculatura central hacia las extremidades periféricas, subrayando la importancia de una cadena cinética integrada. Desde la perspectiva de la teoría de la cadena cinética, cualquier interrupción en esta secuencia muscular puede resultar en pérdidas de energía significativas, limitando su eficacia en movimientos complejos que demandan un alto rendimiento. Estas pérdidas, a menudo atribuibles a la falta de estabilidad o fatiga, subrayan la necesidad de establecer una base sólida y estable para la transferencia efectiva de fuerza. En este contexto, es crucial subrayar la importancia de fortalecer el núcleo para optimizar el rendimiento físico en el fútbol. Aunque la relevancia clínica de estos hallazgos puede parecer modesta, es fundamental reconocer que en el deporte incluso pequeñas mejoras pueden tener un impacto decisivo. Los profesionales del deporte pueden implementar estrategias de EEC para mejorar aspectos como el salto, la agilidad y el equilibrio entre los futbolistas, aunque no necesariamente para mejorar la velocidad de carrera.

Referencias

Aguayo-Albasini, J. L., Flores-Pastor, B., & Soria-Aledo, V. (2014). GRADE system: Classification of quality of evidence and strength of recommendation. *Cirugía Española, 92*(2), 82-88.

Ardern, C. L., Büttner, F., Andrade, R., Weir, A., Ashe, M. C., Holden, S., ... Winters, M. (2022). Implementing the 27 PRISMA 2020 statement items for systematic reviews in the sport and exercise medicine, musculoskeletal rehabilitation and sports science fields: The PERSiST (implementing PRISMA in exercise, rehabilitation, sport medicine and sports science) guidance. *British Journal of Sports Medicine, 56*(4), 175–195. https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-103987

Cumpston, M., Li, T., Page, M. J., Chandler, J., Welch, V. A., Higgins, J. P. H., & Thomas, J. (2019). Updated guidance for trusted systematic reviews: A new edition of the Cochrane handbook for systematic reviews of interventions. *Cochrane Database of Systematic Reviews, (10), ED000142*. https://doi.org/10.1002/14651858.ED000142

Dafkou, K., Sahinis, C., Ellinoudis, A., & Kellis, E. (2021). Is the integration of additional eccentric, balance and core muscles exercises into a typical soccer program effective in improving strength and postural stability? *Sports, 9*(11), 147. https://doi.org/10.3390/sports9110147

Dello Iacono, A., Padulo, J., & Ayalon, M. (2016). Core stability training on lower limb balance strength. *Journal of Sports Sciences, 34*(7), 671-678. https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1068437

Doğanay, M., Bingül, B. M., & Álvarez-García, C. (2020). Effect of core training on speed, quickness and agility in young male football players. *Journal of Sports Medicine and Physical Fitness, 60*(9), 1240-1246. https://doi.org/10.23736/S0022-4707.20.10999-X

Ouzzani, M., Hammady, H., Fedorowicz, Z., & Elmagarmid, A. (2016). Rayyan—a web and mobile app for systematic reviews. *Systematic Reviews, 5*(1), 210. https://doi.org/10.1186/s13643-016-0384-4

Sterne, J. A. C., Savović, J., Page, M. J., Elbers, R. G., Blencowe, N. S., Boutron, I., Cates, C. J., Cheng, H.-Y., Corbett, M. S., Eldridge, S. M., Emberson, J. R., Hernán, M. A., Hopewell, S., Hróbjartsson, A., Junqueira, D. R., Jüni, P., Kirkham, J. J., Lasserson, T., Li, T., McAleenan, A., … Higgins, J. P. T. (2019). RoB 2: A revised tool for assessing risk of bias in randomized trials. *BMJ, 366*, l4898.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 225-229
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PERIODIZACIÓN DEL EJERCICIO FÍSICO EN LA REHABILITACIÓN DE UN FUTBOLISTA PROFESIONAL TRAS LA RECONSTRUCCIÓN DEL LIGAMENTO CRUZADO ANTERIOR: REPORTE DE UN CASO

Sebastián Rodríguez[1], Catalina León-Prieto[2]

[1]Facultad de Ciencias del movimiento, Programa de Fisioterapia, Fundación Universitaria de Ciencias de la Salud, Bogotá, Colombia, [2]Escuela de Medicina y Ciencias de la Salud, Universidad del Rosario, Bogotá, Colombia.

srodriguezja@unal.edu.co, catalina.leonp@urosario.edu.co

Introducción. La reconstrucción del ligamento cruzado anterior (LCA) es un procedimiento frecuente en futbolistas profesionales. Sin embargo, el éxito quirúrgico por sí solo no garantiza un retorno óptimo a la práctica deportiva ni previene posibles recaídas. En los últimos años, se ha intentado integrar los principios del ejercicio terapéutico en rehabilitación con los modelos de periodización deportiva, con el propósito de ofrecer procesos de readaptación más eficientes y eficaces para los atletas. No obstante, la evidencia disponible aún es limitada y los enfoques apenas comienzan a articularse de manera sistemática. En este contexto, el objetivo del presente reporte de caso es describir el abordaje rehabilitador de un futbolista profesional tras la reconstrucción del LCA con autoinjerto hueso-tendón rotuliano-hueso, haciendo énfasis en la aplicación de una estrategia de periodización del ejercicio.

Presentación del caso. Un futbolista profesional de 24 años (180 cm de altura, 78 kg) disputaba un partido cuando, en el minuto 67, se lanzó al césped sin contacto aparente con otro jugador. Mientras se desplazaba a gran velocidad para interceptar un pase, su pie derecho quedó firmemente plantado en el césped sintético. Al intentar un brusco cambio de dirección, la maniobra generó una torsión interna en su rodilla derecha. De inmediato sintió un agudo chasquido, acompañado de un

dolor intenso y la sensación de que la rodilla estaba «suelta». Incapaz de continuar, fue auxiliado por el personal médico y retirado del terreno de juego. En el vestuario, el fisioterapeuta y el médico del deporte realizaron una evaluación inicial, que reveló inflamación significativa y un leve derrame articular. La exploración física mostró una laxitud notable en la prueba de Lachman, con desplazamiento tibial anterior excesivo y un «tope blando» característico. La prueba de *pivot shift* resultó positiva, confirmando la inestabilidad rotacional típica de una lesión del LCA. Pruebas complementarias como el cajón anterior en diversos ángulos de flexión y la prueba de McMurray descartaron lesiones meniscales graves. La evaluación de los ligamentos colaterales no evidenció anomalías, concentrando la sospecha en el LCA. Al día siguiente, una resonancia magnética confirmó la ruptura completa del LCA, evidenciando la discontinuidad de las fibras ligamentarias y un edema óseo en el cóndilo femoral y la meseta tibial, sin afectaciones significativas en meniscos ni cartílago articular. Tras una reunión interdisciplinaria con cirujanos ortopédicos, fisioterapeutas y el jugador, se decidió realizar una reconstrucción quirúrgica del LCA utilizando un autoinjerto hueso-tendón rotuliano-hueso, reconocido por su capacidad para restaurar la estabilidad en atletas de alto rendimiento. Tres días después, en un quirófano equipado, se llevó a cabo el procedimiento. Con anestesia espinal y sedación, el paciente fue colocado en decúbito supino y la rodilla afectada se posicionó para facilitar el acceso quirúrgico. Tras una preparación meticulosa bajo estrictas normas asépticas, se realizó una incisión anteromedial de 8 cm que expuso el tendón rotuliano. El tercio central del tendón fue identificado y extraído con precisión, obteniendo segmentos óseos de la rótula y la tibia. Se empleó una sierra oscilante y una fresa especializada para evitar daños a estructuras circundantes.

Posteriormente, se realizó una artroscopia diagnóstica mediante dos incisiones adicionales para verificar la ruptura del LCA y la integridad de las estructuras adyacentes. Guiado por perforaciones precisas, se realizaron túneles óseos en el fémur y la tibia, en los sitios anatómicos ideales para la reconstrucción. El injerto se preparó cuidadosamente, eliminando tejido blando sobrante y asegurando el encaje de los fragmentos óseos en los túneles. Con la rodilla a 30° de flexión, el injerto se introdujo y se fijó primero en el fémur con un tornillo de interferencia biocompatible, y luego en la tibia tras aplicar una tensión controlada. Las pruebas intraoperatorias de Lachman y *pivot shift* confirmaron la restauración de la estabilidad articular. Finalizada la reconstrucción, se realizó un lavado articular, cierre en capas con suturas absorbibles y un vendaje compresivo, junto con una rodillera articulada para mantener la rodilla en extensión. La intervención, concluyó con el traslado del paciente a la unidad de cuidados postoperatorios, donde recibió manejo del dolor con antiinflamatorios y crioterapia, además de monitoreo hemodinámico

constante. La rehabilitación temprana, acordada con el equipo quirúrgico y de fisioterapia, comenzó al tercer día postoperatorio con un programa acelerado basado en criterios de progresión respaldados por evidencia, buscando el pronto retorno al campo.

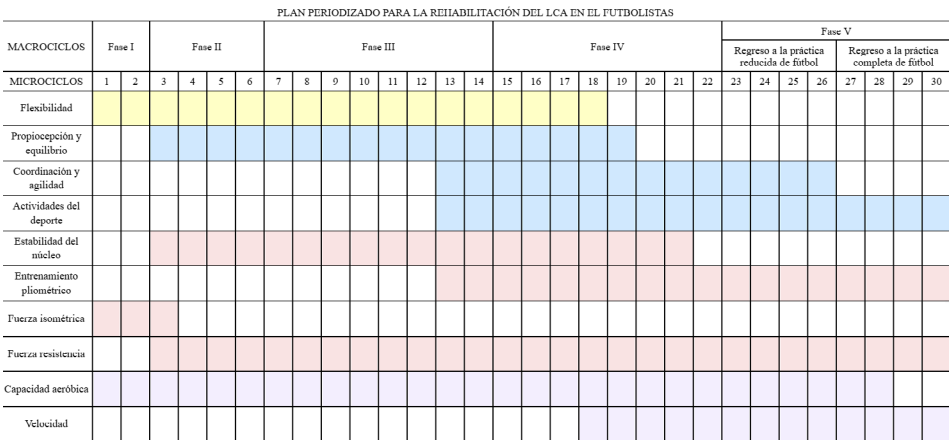
Resultados. La periodización del ejercicio terapéutico para el futbolista se elaboró con base en la terminología alemana de periodización descrita por Bompa. Históricamente, este enfoque se remonta a 1932, cuando científicos del deporte alemanes desarrollaron el primer plan de entrenamiento a largo plazo, con una duración de cuatro años y dividido en ciclos anuales. Su objetivo era preparar a los atletas para los Juegos Olímpicos de Berlín 1936, donde Alemania obtuvo un notable éxito. Tras la Segunda Guerra Mundial, los soviéticos capturaron estos documentos sobre periodización, lo que llevó a una reinterpretación y adaptación de la terminología utilizada. Como resultado, hoy en día se distingue entre el modelo alemán y el modelo soviético de periodización (Tabla 1).

Tabla 1. *Terminología empleada en periodización en el modelo alemán y soviético.*

Terminología Alemana	Terminología Soviética
Plan Anual	Macrociclo
Macrociclo	Mesociclo
Microciclo	Microciclo
Fase	Bloque

Con base en esto, se diseñó un plan periodizado compuesto por seis macrociclos y 30 microciclos, organizados en cinco fases de rehabilitación. En cada macrociclo se establecieron objetivos específicos, precauciones, estrategias de intervención, criterios de progresión y pruebas para evaluar dichos criterios. A su vez, cada microciclo se centró en el entrenamiento de distintos componentes de la condición física, alineados con los objetivos del macrociclo correspondiente (Figura 1). La periodización facilitó una recuperación progresiva, mejorando la función articular, la fuerza muscular y el control neuromuscular. El atleta superó todos los criterios establecidos y retornó exitosamente al entrenamiento específico para fútbol.

Figura 1. *Plantilla del plan periodizado para la rehabitación del LCA.*



Conclusiones. La planificación periodizada de la rehabilitación en este estudio de caso permitió optimizar la recuperación funcional del futbolista profesional tras la reconstrucción del LCA, asegurando un retorno progresivo y seguro al fútbol competitivo. La estructuración en cinco macrociclos, con una progresión basada en criterios funcionales y pruebas objetivas, permitió gestionar la carga de trabajo de manera eficiente, minimizando riesgos de recaída y optimizando el rendimiento atlético. La integración de estrategias como el entrenamiento excéntrico, la readaptación propioceptiva y los estímulos cognitiv≠os en situaciones de juego favoreció una recuperación neuromuscular completa, alineándose con la evidencia que respalda la necesidad de una transición controlada hacia la competencia. A pesar de sus limitaciones, como la falta de seguimiento longitudinal para evaluar la incidencia de re-lesiones en el mediano y largo plazo, este estudio de caso refuerza la aplicabilidad de un modelo de rehabilitación estructurado, replicable en atletas de alto rendimiento. La combinación de criterios funcionales, monitoreo biomecánico y pruebas de rendimiento permitió validar la seguridad del retorno al deporte, destacando la importancia de estrategias de prevención de lesiones. Estos hallazgos respaldan la necesidad de continuar investigando el impacto de la periodización en la rehabilitación del LCA en poblaciones más amplias, con el fin de consolidar protocolos que maximicen el rendimiento y reduzcan el riesgo de recaída en futbolistas profesionales.

Referencias

Bompa, T. O., & Buzzichelli, C. (2019). *Periodization: Theory and methodology of training*. Human Kinetics.

Hoover, D. L., VanWye, W. R., & Judge, L. W. (2016). Periodization and physical therapy: Bridging the gap between training and rehabilitation. *Physical Therapy in Sport, 18*, 1-20. https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2015.08.003

Junior, N. K. M. (2020). Periodization models used in the current sport. *MOJ Sports Medicine, 4*(2), 27-34. https://doi.org/10.15406/mojsm.2020.04.00090

Mohtadi, N. G., & Chan, D. S. (2018). Return to sport-specific performance after primary anterior cruciate ligament reconstruction: A systematic review. *American Journal of Sports Medicine, 46*(13), 3307-3316. https://doi.org/10.1177/0363546517732541

Patel, N. K., Sabharwal, S., Hadley, C., Blanchard, E., & Church, S. (2019). Factors affecting return to sport following hamstring anterior cruciate ligament reconstruction in non-elite athletes. *European Journal of Orthopaedic Surgery & Traumatology, 29*(8), 1771-1779. https://doi.org/10.1007/s00590-019-02494-4

Rodríguez, S., Suárez-Cuervo, A. N., & León-Prieto, C. (2024). Exercise progressions and regressions in sports training and rehabilitation. *Journal of Bodywork and Movement Therapies, 40*, 1879-1889. https://doi.org/10.1016/j.jbmt.2024.10.026

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 230-235
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PROPUESTA DE ANÁLISIS DEL USO ESTRATÉGICO DEL ESPACIO EN EL FÚTBOL FEMENINO DURANTE LA COMPETICIÓN CON MÉTRICAS NO LINEALES

Ibai Errekagorri, Kévin Marín, Julen Castellano

Facultad de Educación y Deporte, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea

ibai.errekagorri@ehu.eus, kmarin001@ikasle.ehu.eus, julen.castellano@ehu.eus

Introducción. La evolución tecnológica en el mundo del deporte, y especialmente en el fútbol, ha experimentado un enorme auge a lo largo de los últimos años (Rein & Memmert, 2016). A día de hoy existen diferentes sistemas de seguimiento electrónico del rendimiento, conocidos como EPTS (en inglés, *electronic performance and tracking systems*), que se utilizan en el ámbito del alto rendimiento deportivo. Gracias a esta tecnología, es posible analizar el comportamiento colectivo en el fútbol, que se caracteriza por acciones coordinadas, interdependientes y organizadas entre los miembros del equipo, concebidas para alcanzar objetivos comunes; estas dinámicas son analizadas mediante variables tácticas espaciales y temporales derivadas de datos posicionales de los jugadores (Rico-González et al., 2022; Welch et al., 2021). Las variables tácticas pueden ser agrupadas desde la perspectiva geométrica (Rico-González et al, 2021; Rico-González, Pino-Ortega, Nakamura, Moura, et al., 2020a; Rico-González, Pino-Ortega, Nakamura, Moura, et al., 2020b), dando lugar a: el punto (nodo), la línea (distancia) y el polígono (área). En primer lugar, el punto representa la posición promedio de un jugador, de varios jugadores o de todo el equipo, y es aquí donde surge la variable conocida como centro geométrico (también conocida como centroide) (Rico-González, Pino-Ortega, Nakamura, Moura, et al., 2020a). En segundo lugar, la distancia se refiere a la relación entre un punto y un oscilador o entre dos osciladores, creando así variables como la amplitud, pro-

fundidad, altura, distancia entre el portero y el defensa más cercano de su equipo, diada o distancia entre líneas, entre otras (Rico-González, Pino-Ortega, Nakamura, Moura, et al., 2020b). En tercer y último lugar, el área representa el espacio ocupado por un grupo de jugadores (p. ej., espacio de juego efectivo, área o superficie), el espacio explorado (p. ej., la posición relativa del equipo) y el espacio dominante/influyente (p. ej., la región a la que los jugadores pueden llegar antes que cualquier otro jugador, dependiendo de las regiones de Voronoi) del equipo o de varios jugadores (Rico-González et al., 2021). La entropía también se ha utilizado en el análisis del fútbol como un indicador de la variabilidad y la imprevisibilidad de las conductas colectivas de los equipos. Desde una perspectiva táctica, la entropía permite cuantificar el grado de orden o desorden en variables colectivas como la distancia entre jugadores, la dispersión espacial o la ocupación del espacio, reflejando la capacidad del equipo para adaptarse de manera flexible a las demandas cambiantes del juego. Un mayor nivel de entropía puede asociarse con patrones menos predecibles y, por tanto, con una mayor capacidad para desestabilizar al rival, mientras que valores más bajos reflejan estructuras más estables y rígidas en la organización colectiva (Silva et al., 2016). Por lo tanto, el objetivo del presente estudio fue analizar el comportamiento colectivo de un equipo de fútbol femenino durante la competición, concretamente a través de un indicador espacial-temporal como el dominio territorial y de una métrica no lineal como la entropía aproximada.

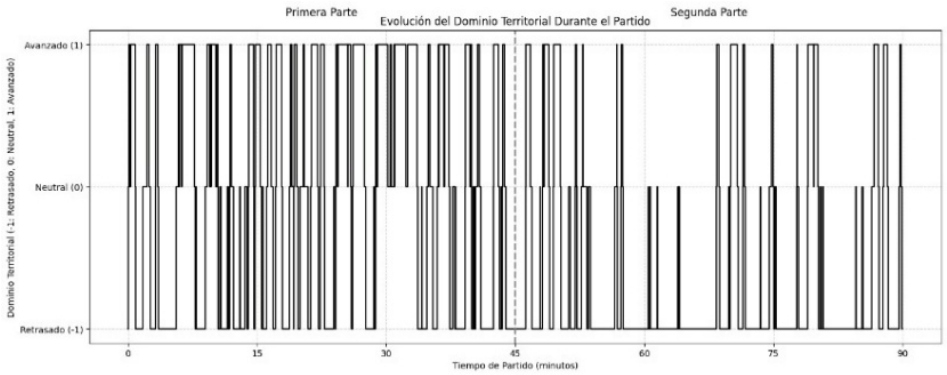
Método. Para el objetivo del estudio, se analizó un partido oficial de liga donde 15 jugadoras semiprofesionales de un equipo perteneciente a la Segunda División Española de Fútbol Femenino fueron monitoreadas. El equipo habitualmente entrenaba cinco sesiones de 90 min a la semana, más un partido de competición cada fin de semana. El estudio se realizó de acuerdo con la Declaración de Helsinki y fue aprobado por el Comité de Ética de la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea para estudios con seres humanos. Se utilizaron las siguientes seis variables tácticas colectivas a partir del dato posicional: amplitud (distancia entre las dos jugadoras más alejadas a lo largo del ancho del campo, en m), profundidad (distancia entre las dos jugadoras más alejadas a lo largo del campo, en m), altura (distancia entre la jugadora más retrasada y la portería que defiende, en m), distancia entre la portera y la jugadora más cercana a su equipo (en m), distancia entre todas las jugadoras del campo (en m), y área (suma de los metros cuadrados (m^2) de un polígono descrito por las jugadoras de campo como su punto de vértice y calculada mediante el cálculo de la envolvente convexa). Otra variable que se consideró para este estudio fue el dominio territorial, que es el grado de control que un equipo ejerce sobre las zonas del campo en las que se desarrolla el juego.

Para ello, se calculó la ubicación del centroide utilizando la siguiente fórmula: altura+(profundidad*0,5). Los resultados de la distancia del dominio territorial se clasificaron en tres zonas: 0-45 m (dominio retrasado, -1), 45-55 m (dominio neutral, 0), y >55 m (dominio avanzado, 1). Finalmente, en función de la ubicación del centroide, las seis variables tácticas colectivas fueron etiquetadas con uno de los tres dominios en cada línea temporal para calcular su entropía aproximada (ApEn). Los valores de ApEn suelen estar en un rango entre 0 y 2. Para obtener los datos posicionales, las jugadoras fueron monitorizadas con dispositivos WIMU PRO (*RealTrack Systems*, Almería, España) mediante la tecnología del Sistema de Posicionamiento Global. Los dispositivos utilizados en este estudio pueden operar a 10 Hz. La descarga de los datos se realizó mediante el software SPRO (*Real-Track Systems*, Almería, España) tras la finalización del partido. Para calcular las variables tácticas colectivas a partir de las posiciones de las jugadoras en el terreno de juego, los datos se transformaron en datos brutos de posición (latitud y longitud) utilizando la aplicación de mapeo GIS (Sistema de Información Geográfica) del software, que permite todo tipo de formas geométricas con precisión milimétrica. Una vez filtrados los datos mediante el software, fueron importados a un archivo CSV (*Microsoft Corporation*, Washington, EE. UU.) para configurar una matriz y posteriormente realizar el análisis de datos en Python.

Resultados. La Figura 1 muestra los resultados del dominio territorial del equipo analizado a lo largo del partido. En la primera parte, el equipo estuvo el 38,87% del tiempo total en el dominio territorial retrasado (-1), el 21,58% en el dominio neutral (0), y el 39,55% en el dominio avanzado (1). Por su parte, en la segunda parte, el equipo estuvo el 76,26% del tiempo total en el dominio territorial retrasado (-1), el 10,89% en el dominio neutral (0), y el 12,84% en el dominio avanzado (1). La Figura 2 muestra los valores de ApEn de las variables tácticas colectivas según el dominio territorial, tanto en la primera parte (a) como en la segunda (b). Tanto en la primera como en la segunda parte, se observó que en situaciones de dominio equilibrado o neutral (dominio 0), la organización espacial es más impredecible y caótica, especialmente en variables como altura, profundidad y distancia entre la portera y la jugadora más cercana a su equipo, con los valores de ApEn más elevados (alrededor de 1). Esto sugiere que cuando el balón se disputa, el equipo presenta más variabilidad en su ocupación espacial, posiblemente adaptándose constantemente a cambios rápidos en el flujo del juego. Por otro lado, en condiciones de dominio positivo o avanzado (ser dominantes, 1) o de dominio negativo o retrasado (estar dominados por el rival, -1), la estructura espacial del equipo es más predecible y estable, con valores de ApEn más bajos. En la primera parte, cuando el equipo

es dominante los comportamientos colectivos muestran una mayor incerteza, indicando la necesidad de poner en dificultades informacionales a los rivales. En esta fase de dominio, todas las variables colectivas muestran valores de ApEn superiores a excepción de la altura y la distancia entre la portera y la jugadora más cercana a su equipo, que muestran valores inferiores cuando se domina. En la segunda parte, en cambio, parece describirse una mayor regularidad cuando el rival tiene el dominio territorial, lo cual podría interpretarse como una señal de control táctico, donde el equipo tiene que distribuirse espacialmente para proteger la portería o las zonas de finalización. En esta fase de dominio, todas las variables colectivas muestran valores de ApEn superiores a excepción del área.

Figura 1. *Dominio territorial del equipo a lo largo del partido.*

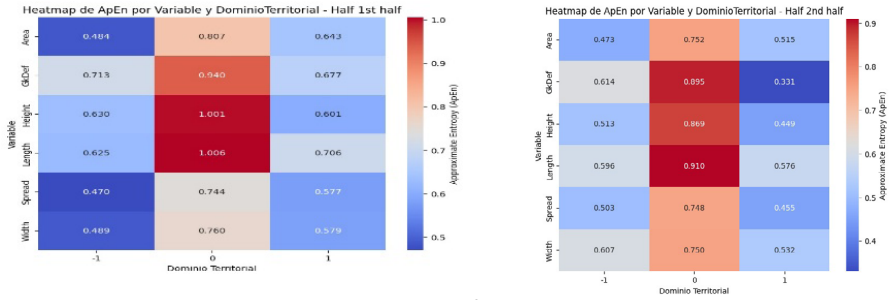


Nota: Las líneas negras (tanto verticales como horizontales) significan el tiempo que el equipo ha pasado en cada dominio territorial a lo largo de todo el encuentro.

Conclusiones. El análisis de la entropía aproximada de las variables tácticas colectivas revela interesantes matices en el comportamiento espacial del equipo según el dominio territorial. La incerteza mostrada por el equipo depende del grado de dominio territorial. El equipo mostró una regularidad o estabilidad cuando el rival tuvo el dominio territorial. La variabilidad espacial del equipo se amplió en contextos donde el dominio territorial fue positivo o avanzado, reflejando una gestión colectiva coherente de los espacios en función del contexto de partido. Uno de los factores clave para explicar los hallazgos de este trabajo fue el resultado momentáneo del partido. El equipo analizado venció por 3 a 1. El rival marcó el 0-1 en el min 5 de partido; después, el equipo analizado marcó el 1-1 en el min 35, el 2-1 en el min 45, y el 3-1 en el min 73. En la primera parte del encuentro el equipo mostró una mayor incerteza con un dominio territorial avanzado, debido al resultado

adverso e igualado hasta conseguir el segundo gol en el min 45. Por el contrario, en la segunda parte, el equipo mostró una mayor estabilidad con un dominio territorial retrasado de manera significativa (76,26% del tiempo total), a causa de la ventaja en el marcador desde el inicio de esta mitad, hasta conseguir el tercer gol en el min 73. Por lo tanto, parece que el estado del partido tuvo una gran importancia en el comportamiento colectivo del equipo. Cabe destacar que para este estudio no se diferenciaron los momentos con y sin balón, lo que hubiera proporcionado una información más precisa sobre el análisis del comportamiento colectivo del equipo en el partido. Sin embargo, este tipo de análisis apriorísticos puede ser una propuesta pertinente para analizar el uso estratégico del espacio mediante análisis no lineales de cara a futuras investigaciones.

Figura 2. *Mapa de calor con los valores de la entropía aproximada (ApEn) de las variables tácticas colectivas según el dominio territorial, tanto en la primera (a) como en la segunda (b) parte.*



a b

Nota: Width es amplitud, Length es profundidad, Height es altura, GkDef es distancia entre la portera y la jugadora más cercana a su equipo, y Spread es distancia entre todas las jugadoras del campo.

Agradecimientos. Los autores agradecen el apoyo de un proyecto del Gobierno español titulado Optimización del proceso de preparación y rendimiento en competición en deportes de equipo basada en integración de datos multimodales y multinivel mediante modelos inteligentes [PID2023-147577NB-I00] para el cuatrienio 2024-2027, en la convocatoria 2023 de ayudas a «PROYECTOS DE GENERACIÓN DE CONOCIMIENTO», en el marco del Programa Estatal para Impulsar la Investigación Científico-Técnica y su Transferencia, del Plan Estatal de Investigación Científica, Técnica y de Innovación del Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades (MCIU).

Referencias

Rein, R., & Memmert, D. (2016). Big data and tactical analysis in elite soccer: Future challenges and opportunities for sports science. *SpringerPlus, 5*(1), 1410. https://doi.org/10.1186/s40064-016-3108-2

Rico-González, M., Pino-Ortega, J., Castellano, J., Oliva-Lozano, J. M., & Los Arcos, A. (2022). Reference values for collective tactical behaviours based on positional data in professional football matches: A systematic review. *Biology of Sport, 39*(1), 101-114. https://doi.org/10.5114/biolsport.2021.102921

Rico-González, M., Pino-Ortega, J., Nakamura, F. Y., Moura, F. A., & Arcos, A. L. (2021). Identification, computational examination, critical assessment and future considerations of spatial tactical variables to assess the use of space in team sports by positional data: A systematic review. *Journal of Human Kinetics, 77*(1), 205–221. https://doi.org/10.2478/hukin-2021-0021

Rico-González, M., Pino-Ortega, J., Nakamura, F. Y., Moura, F. A., & Los Arcos, A. (2020a). Identification, computational examination, critical assessment and future considerations of distance variables to assess collective tactical behaviour in team invasion sports by positional data: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(6), 1952. https://doi.org/10.3390/ijerph17061952

Rico-González, M., Pino-Ortega, J., Nakamura, F. Y., Moura, F. A., & Los Arcos, A. (2020b). Origin and modifications of the geometrical centre to assess team behaviour in team sports: A systematic review. RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte, 16*(61), 318–329. https://doi.org/10.5232/ricyde2020.06106

Silva, P., Duarte, R., Esteves, P., Travassos, B., & Vilar, L. (2016). Application of entropy measures to analysis of performance in team sports. *International Journal of Performance Analysis in Sport, 16*(2), 753–768. https://doi.org/10.1080/24748668.2016.11868921

Welch, M., Schaerf, T. M., & Murphy, A. (2021). Collective states and their transitions in football. *PLOS ONE, 16*(5), e0251970. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0251970

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 236-239
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DO FOOTBALL AND BASKETBALL MALE EARLY ADOLESCENTS' PLAYERS PERFORM EQUALLY WELL ON TRIPELA SPORTS TEST (TST) USING EITHER INSTEP OR INNER PART OF THE FOOT?

Rui Matos[1,2], Nuno Amaro[1,2], Raúl Antunes,[1,2] Miguel Jacinto[1,2], Luís Coelho[1,2], Rodrigo Nogueira[3], Ricardo Silva[3], Diogo Monteiro[1,2]

[1]Departamento de Desporto, Exercício e Saúde, ESECS-IPLeiria, Leiria, Portugal, [2]CIDESD_polo do IPLeiria, [3]ESECS-IPLeiria, Portugal

rui.matos@ipleiria.pt

Introduction. Motor Competence (MC) is an important construct on Motor Development domain. Some authors define it as a person's ability to be proficient in a broad range of locomotor, stability, and manipulative gross motor skills (Gallahue et al., 2012). The lack of some of the before-mentioned components on some batteries intended to measure it (e.g., KTK, by Kiphard & Schilling, 1974), namely the manipulative one, led some researchers to propose new batteries (e.g., Platvoet et al., 2018; Luz et al., 2016; Sigmundsson et al., 2016). Although all these alternative batteries provide a manipulative component, none incorporates a test where eye-hand and eye-foot coordination are jointly assessed. Wall Drop Punt Kick & Catch (WDPK&C®), now renamed as Tripela Sports Test (TST), was created by Matos et al. (2022), which is following its path to become a new gross manipulative coordination test. This test is challenging from the motor coordination point of view as it requires the manipulation of an object (ball) with the upper and lower limbs and not just by one or another, differently from other coordination tests. Following this intention, there are several possible studies that can be conducted so that a complete comprehension of its possibilities can be highlighted. One that is very obvious from the observation of people performing the test is the part of the foot that is used to do so: the inner part or the instep.

Objectives. The present study aimed to: i) identify which (if any) of two different foot parts would imply a better performance on TST on football and basketball male early adolescents players; and ii) search for correlation between both foot parts' test performance.

Method. Fourteen young male basketball players (12.59 ± 0.98 years-old) and sixteen young male football players (12.68 ± 0.44 years-old) participated in this study. Participants would perform two essays with the inner part of the foot, followed by two essays with the instep (or in the opposite order, in a balanced way). The test consists of, in 30 seconds, kicking a ball to a wall and catching its rebounds repeatedly the higher number of times as possible (Matos et al., 2025; Matos et al., 2022). As the data distribution did not follow a normal pattern, non-parametric statistic was to be used. Differences between inner part and instep performances on TST, in each group of players, were checked using Wilcoxon Test. Differences between basketball and football players, using either inner part or instep, were checked using Mann-Whitney Test. Additionally, correlation analysis was performed using Spearman correlation, within the SPSS 29.0 IBM Software version.

Results. Considering the basketball players sample on TST, and as can be seen in more detail in figure 1, i) using the instep (15.71±3.63) revealed to have greater efficacy ($p < 0.01$) than using the inner part (13.71±3.29); and ii) a very strong correlation was found between instep and inner part performances ($\rho = 0.851$, $p < 0.001$).

Figure 1. Differences and correlation between the number of impacts in TST with inner part and with instep in basketball players

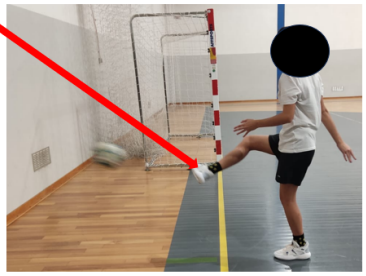
	Mean ± sd	p	"n" of better results (14 participants)	ρ (p)
Inner part	13.71±3.29	**<0.01**	1	0.851 (<0.001)
Instep	**15.71**±3.63		11	
			(2 ties)	





Instep Inner part

13	12
15	13
13	12
14	12
23	18
16	12
12	11
18	18
13	13
12	7
14	13
23	16
17	16
17	19



Considering the football players sample on TST, and as can be seen in more detail in figure 2, i) no performance supremacy was found (p = 0.972) using either the instep (15.50±3.54) or the inner part (15.56±3.14); and ii) a strong correlation was found between instep and inner part performances (ρ = 0.658, p<0.01).

Figure 2. Differences and correlation between the number of impacts in TST with inner part and with instep in football players

	Mean ± sd	p	"n" of better results (16 participants)	ρ (p)
Inner part	15.56±3.14	0.972	6	0.658 (<0.01)
Instep	15.50±3.54		7	
			(3 ties)	



18	18
16	15
13	11
15	16
17	16
14	18
8	14
12	11
15	17
21	19
17	20
15	16
18	12
10	10
19	19
20	17

Conclusions. Results highlight differences between basketball and football male early adolescents' participants. In the former group, while performing the test, technical difficulties using the inner part of the foot became very evident. The use of the inner part of the foot seems to require a more advanced motor control process that these young basketball players seem not to manage yet. Football players seem to be more acquainted with both these uses due to their football practice. Future studies should extend the analysis to i) adults, ii) subjects that play other sports or no sports at all, as well as to iii) female subjects, which made no part of the present study.

References

Gallahue, D. L., Ozmun, J. C., & Goodway, J. (2012). *Understanding motor development: Infants, children, adolescents, adults* (7ª ed.). McGraw-Hill.

Kiphard, E. J., & Schilling, F. (1974). *Körperkoordinationstest für Kinder: KTK*. Beltz Test GmbH.

Luz, C., Rodrigues, L. P., Almeida, G., & Cordovil, R. (2016). Development and validation of a model of motor competence in children and adolescents. *Journal of Science and Medicine in Sport, 19*(7), 568–572. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2015.07.005

Matos, R., Amaro, N., Lopes, N., Costa, P., Jacinto, M., Rodrigues, F., Antunes, R., Coelho, L., Ibáñez, E., Estevan, I., & Monteiro, D. (2025). Exploring the relationship between wall drop punt kick and catch (Tripela Sports) performance and manipulative tests of the motor competence assessment battery in early adolescents. *Measurement in Physical Education and Exercise Science, 29*(3), 327-335. https://doi.org/10.1080/1091367X.2025.2460162

Matos, R., Monteiro, D., Rebelo-Gonçalves, R., Coelho, L., Salvador, R., Antunes, R., Mendes, D., & Amaro, N. (2022). Wall drop Punt kick & catch: Contributions towards the creation of a new gross manipulative coordination test. *International Journal of Sports Science and Coaching, 17*(3), 590–598. https://doi.org/10.1177/17479541211037556.

Platvoet, S., Faber, I. R., de Niet, M., Kannekens, R., Pion, J., Elferink-Gemser, M. T., & Visscher, C. (2018). Development of a tool to assess fundamental movement skills in applied settings. *Frontiers in Education, 3*, 75. https://doi.org/10.3389/feduc.2018.00075

Sigmundsson, H., Lorås, H., & Haga, M. (2016). Assessment of motor competence across the life span: Aspects of reliability and validity of a new test battery. *SAGE Open, 6*(1), 1-9. https://doi.org/10.1177/2158244016633273

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 240-242
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DE LA MOTIVACIÓN A LA EMOCIÓN: EL PAPEL DE LAS METAS DE LOGRO Y LOS CLIMAS MOTIVACIONALES EN LA COMPRENSIÓN DE LA ANSIEDAD Y LAS PERCEPCIONES DE FRACASO EN JÓVENES FUTBOLISTAS

Jéssica Azevedo, António Manuel Fonseca, Cláudia Dias

Centro de Investigación, Formación, Innovación e Intervención en Deporte (CIFI2D), Facultad de Deporte, Universidad de Porto, Portugal

jessicazevedo26@gmail.com, afonseca@fade.up.pt, cdias@fade.up.pt

Introducción. En este estudio se abordó una cuestión específica: ¿cómo las metas de logro y los climas motivacionales se relacionan con la ansiedad y el miedo al fracaso en jóvenes futbolistas? La literatura ha mostrado que orientarse hacia la tarea (mejora personal) y percibir un clima de maestría se asocian con bienestar psicológico, mientras que la orientación al ego (superar a otros) y los climas centrados en el rendimiento y en los errores tienden a vincularse con experiencias emocionales negativas (Conroy et al., 2002; Duda & Nicholls, 1992). El objetivo central de este trabajo fue explorar las relaciones entre metas de logro, climas motivacionales, ansiedad y miedo al fracaso, con el fin de identificar qué perfiles motivacionales favorecen una adaptación emocional más positiva en futbolistas adolescentes.

Método. Participantes. La muestra estuvo compuesta por 191 futbolistas varones, con edades entre 10 y 16 años (M = 13,41 ± 1,28), pertenecientes a clubes del norte de Portugal. Todos los participantes entrenaban y competían regularmente en contextos federados. Instrumentos. *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire* (TEOSQ; Chi & Duda, 1995); *Perceived Motivational Climate in Sport Questionnaire* (Seifriz et al., 1992); *Sport Anxiety Scale – 2* (Smith et al., 2006); *Performance Failure Appraisal Inventory* (PFAI; Conroy et al., 2002), que evalúa diferentes dimensiones del miedo al fracaso: miedo a la vergüenza, a la devaluación

de la autoestima, a un futuro incierto, a la pérdida de interés por parte de otros y a decepcionar a personas significativas. Procedimiento. Se administraron los cuestionarios de manera colectiva en las instalaciones de los clubes, tras obtener el consentimiento informado. Análisis. Se realizaron correlaciones bivariadas, análisis de correlación canónica y regresiones jerárquicas para explorar tanto las asociaciones simples como los patrones multivariados entre los factores motivacionales y las respuestas emocionales.

Resultados. Correlaciones bivariadas: la orientación a la tarea y la percepción de un clima de maestría se asociaron negativamente con las dimensiones de ansiedad y miedo al fracaso; en contraste, la orientación al ego, los climas de rendimiento y los climas centrados en el error mostraron correlaciones positivas con ansiedad y miedo al fracaso. Correlación canónica: el primer conjunto canónico ($Rc = .57$; $Rc^2 = .32$; Wilks' $\Lambda = .58$; $p < .001$) reveló un patrón claro: puntuaciones más altas en climas de rendimiento y de error, junto con menor orientación a la tarea, se relacionaron con mayores niveles de ansiedad somática, disrupción de la concentración y miedos al fracaso, especialmente miedo a perder el interés de los demás y a decepcionar a personas importantes, este perfil reflejó un contexto motivacional más controlador y centrado en la comparación social, vinculado a una vivencia emocional más negativa. Modelos de regresión: para la ansiedad total, las metas de logro explicaron un 4% de la varianza; al añadir los climas motivacionales, el porcentaje ascendió al 9%. El modelo final mostró que la orientación a la tarea se asociaba negativamente con la ansiedad, mientras que los climas de error y de rendimiento se asociaban positivamente; para el miedo total al fracaso, las metas de logro explicaron un 1% de la varianza; con los climas motivacionales, la varianza explicada alcanzó un 3%. La orientación y clima de tarea tuvieron efectos protectores, mientras que la orientación al ego y los climas de error y rendimiento predijeron niveles más altos de miedo al fracaso.

Discusión y conclusiones. Los resultados evidencian que los perfiles motivacionales centrados en la tarea y en climas de maestría favorecen la regulación emocional positiva en jóvenes futbolistas, reduciendo la ansiedad y el miedo al fracaso. Por el contrario, un énfasis excesivo en superar a otros y en castigar los errores se asocia con un mayor malestar emocional. Metafóricamente, los autores comparan este proceso con una orquesta: ningún instrumento por sí solo define la música, sino la manera en que todos interactúan. De igual modo, la resiliencia emocional de los futbolistas depende de la combinación de factores personales (metas de logro) y contextuales (climas motivacionales), más que de cada variable de forma aislada. Desde una perspectiva aplicada, estos hallazgos subrayan la necesidad de

intervenciones sistémicas e integradas que combinen: (a) educación de entrenadores, promoviendo climas de maestría centrados en el aprendizaje; (b) formación de los atletas en estrategias de establecimiento de metas orientadas a la tarea; (c) *feedback* constructivo que normalice el error y lo integre como parte del proceso de aprendizaje; y (d) intervenciones conjuntas que trabajen simultáneamente las orientaciones personales y los estilos de comunicación del entorno. En conclusión, fomentar un perfil motivacional orientado a la tarea y a la maestría constituye un recurso esencial para proteger a los futbolistas jóvenes frente a la ansiedad y el miedo al fracaso, contribuyendo a su bienestar psicológico y a su desarrollo hacia niveles de excelencia deportiva.

Referencias

Chi, L., & Duda, J. L. (1995). Multi-sample confirmatory factor analysis of the *Task and Ego Orientation in Sport Questionnaire*. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 66*(2), 91-98. https://doi.org/10.1080/02701367.1995.10762216

Conroy, D. E., Willow, J. P., & Metzler, J. N. (2002). Multidimensional fear of failure measurement: The Performance Failure Appraisal Inventory. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*(2), 76-90. https://doi.org/10.1080/10413200252907752

Duda, J. L., & Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology, 84*(3), 290-299. https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290

Seifriz, J. J., Duda, J. L., & Chi, L. (1992). The relationship of perceived motivational climate to intrinsic motivation and beliefs about success in basketball. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 14*(4), 375-391. https://doi.org/10.1123/jsep.14.4.375

Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 28*(4), 479-501. https://doi.org/10.1123/jsep.28.4.479

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 243-245
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

JUEGO INTERNO: EL PAPEL DE LOS FACTORES DISPOSICIONALES, MOTIVACIONALES Y CONDUCTUALES EN LA REGULACIÓN EMOCIONAL DE JÓVENES FUTBOLISTAS

Joana Queiroz[1], Rui Sofia[1,2], António Manuel Fonseca[1], and Cláudia Dias[1]

1Universidad do Centro de Investigação, Formação, Inovação e Intervenção em Desporto, Faculdade de Desporto, Universidade do Porto, 2Research Center in Sports Performance, Recreation, Innovation and Technology (SPRINT), Escola Superior de Desporto e Lazer, Instituto Politécnico de Viana do Castelo

joanaq@live.com.pt, ruisofia@fade.up.pt afonseca@fade.up.pt, cdias@fade.up.pt

Introducción. Afrontar la ansiedad y el miedo al fracaso constituye un reto recurrente en los jóvenes futbolistas. El *coping* es central para gestionar la presión del rendimiento y las dificultades emocionales que pueden comprometer el desempeño y el bienestar (Sagar et al., 2009). El miedo al fracaso también es una preocupación habitual, lo que subraya la importancia de identificar estrategias de afrontamiento que ayuden a los atletas a manejar estas experiencias (Nicholls et al., 2010). Más allá del *coping*, rasgos individuales como el autocontrol y el *grit* pueden desempeñar un papel clave. El autocontrol refleja una capacidad relativamente estable de regulación emocional y conductual (Tangney et al., 2004), mientras que el *grit* representa la perseverancia y la pasión por metas a largo plazo (Duckworth et al., 2007). Así, el objetivo de este estudio fue analizar cómo los jóvenes futbolistas gestionan la ansiedad y el miedo al fracaso mediante tres procesos de regulación emocional: estrategias de afrontamiento, autocontrol y *grit*.

Método. Participaron 189 futbolistas juveniles varones (M_{edad}=14.16, DT=1.11). En el marco de un proyecto más amplio, los jugadores completaron varios instrumentos de autoinforme adaptados y traducidos al portugués, entre ellos la *Sport Anxiety Scale-2* (Cruz & Gomes, 2007), el *Performance Failure Appraisal Inven-*

tory (Dias & Fonseca, 2011), el Brief COPE (Dias et al., 2009), la *Short Grit Scale* (Coutinho et al., 2022) y la *Self-Control Scale* (Cruz, 2008).

Resultados. En general, los hallazgos mostraron que una mayor ansiedad competitiva se asoció con menor autocontrol y con una mayor tendencia a utilizar la negación y la autoinculpación como estrategias de afrontamiento. En relación con el miedo al fracaso, los atletas con niveles más altos informaron menor autocontrol, menor consistencia del interés (dimensión del *grit*) y un uso menos frecuente del reencuadre positivo. Por el contrario, un mayor miedo al fracaso se vinculó con una tendencia más fuerte a emplear estrategias de evitación, en particular la autoinculpación y la religión.

Conclusiones. Estos resultados ponen de relieve que rasgos disposicionales como el autocontrol, la perseverancia del esfuerzo y la consistencia del interés contribuyen a menores niveles de ansiedad y miedo al fracaso en jóvenes futbolistas. En cambio, recurrir a estrategias de afrontamiento centradas en la evitación se asoció con mayor vulnerabilidad a estas emociones. Además, los hallazgos sugieren que los programas de intervención psicológica para jóvenes futbolistas deberían integrar el desarrollo del *grit*, promover la eficacia del afrontamiento y fortalecer las habilidades de autocontrol mediante estrategias como la planificación si–entonces, las rutinas y el establecimiento de metas.

Referencias

Coutinho, P., Viana, J. L., Pereira, A., & Dias, C. (2022). Validation of the *Short Grit Scale* through confirmatory factor analysis in Portuguese athletes. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto, 22*(3), 13-24.

Cruz, J. (2008). *Avaliacção da ansiedade, motivacção, auto-controlo e regulacção emocional em contextos desportivos: Versões para investigacção* [manuscrito não publicado]. Universidade do Minho.

Dias, C., Cruz, J. F., & Fonseca, A. M. (2009). Anxiety and coping strategies in sport contexts: A look at the psychometric properties of Portuguese instruments for their assessment. *Spanish Journal of Psychology, 12*(1), 338–348.

Dias, C., & Fonseca, A. M. (2011). *Performance failure appraisal inventory: Versão para investigação* [manuscrito não publicado]. FADEUP.

Duckworth, A. L., Peterson, C., Matthews, M. D., & Kelly, D. R. (2007). Grit: Perseverance and passion for long-term goals. *Journal of Personality and Social Psychology, 92*(6), 1087–1101. https://doi.org/10.1037/0022-3514.92.6.1087

Nicholls, A. R., Polman, R. C., Levy, A. R., & Borkoles, E. (2010). The mediating role of coping: A cross-sectional analysis of the relationship between coping self-ef-

ficacy and coping effectiveness among athletes. *International Journal of Stress Management, 17*(3), 181-192.

Sagar, S. S., Lavallee, D., & Spray, C. M. (2009). Coping with the effects of fear of failure: A preliminary investigation of young elite athletes. *Journal of Clinical Sport Psychology, 3*(1), 73-98.

Tangney, J. P., Baumeister, R. F., & Boone, A. L. (2004). High self-control predicts good adjustment, less pathology, better grades, and interpersonal success. *Journal of Personality, 72*, 271–324. https://doi.org/10.1111/j.0022-3506.2004.00263.x

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 246-249
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRE COMPETENCIA Y ANSIEDAD: ¿CUÁL ES SU PAPEL EN LA CONSTRUCCIÓN DE CONOCIMIENTOS TÁCTICOS EN JÓVENES FUTBOLISTAS?

Álvaro Vaz, António Manuel Fonseca, Cláudia Dias

Centro de Investigación, Formación, Innovación e Intervención en Deporte (CIFI2D), Faculdade de Desporto, Universidade do Porto (FADEUP), Portugal

alvarovazdesp@gmail.com, afonseca@fade.up.pt, cdias@fade.up.pt

Introducción. Alcanzar la excelencia en el deporte juvenil implica mucho más que el desarrollo físico y técnico. También requiere comprender los procesos psicológicos que condicionan la manera en que los jóvenes futbolistas perciben el juego, interpretan la presión competitiva y toman decisiones. En línea con la perspectiva del proyecto INEX – *In Search of Excellence in Sport*, que examina de forma longitudinal distintos dominios de la excelencia (biológico, contextual, psicológico y de competencia de juego), este estudio se centra en el conocimiento táctico como una dimensión clave en la formación deportiva, explorando cómo se entrelaza con variables psicológicas que influyen directamente en el rendimiento. El desarrollo del conocimiento táctico en el fútbol juvenil es un proceso complejo, influenciado no solo por factores técnicos y de entrenamiento, sino también por variables psicológicas que determinan cómo los jugadores perciben y afrontan las situaciones competitivas. Como señalaba Arsène Wenger, tradicionalmente se enseña a jugar «al revés»: primero la ejecución, después la toma de decisiones y, por último, la percepción. Esta reflexión permite ampliar el concepto de percepción, entendida no únicamente en un sentido visual o táctico, sino también psicológico: cómo los jugadores interpretan sus competencias, lo que creen que sus padres piensan de ellos, y de qué manera evalúan los contextos de presión, ya sea como amenazas o como desafíos. En este contexto, la investigación presentada se centra en analizar la interacción entre competencia percibida, valoraciones reflejadas de los padres,

ansiedad competitiva y evaluaciones cognitivas de amenaza/desafío, en relación con el conocimiento táctico en futbolistas jóvenes. Estudios previos ya habían demostrado la relevancia tanto de las variables psicológicas como del conocimiento táctico para el rendimiento (Elferink-Gemser et al., 2004). Sin embargo, escasean los trabajos que integren simultáneamente la percepción de competencia, el papel de los padres como «espejos psicológicos» y las experiencias de ansiedad, conectándolos de manera directa con las competencias tácticas de los jugadores. El objetivo principal del estudio fue, por tanto, explorar cómo se relacionan estas percepciones psicológicas con el conocimiento táctico en futbolistas adolescentes, contribuyendo a una visión más integradora del rendimiento deportivo en la formación.

Método. Participantes. La muestra estuvo compuesta por 183 futbolistas varones, con una edad media de 14,2 años (±1,09), pertenecientes a clubes de formación del norte de Portugal. Todos ellos participaban de manera activa en entrenamientos y competiciones federadas. Instrumentos. Se utilizaron los siguientes instrumentos: Escala de Competencia Percibida (Fredricks & Eccles, 2005); *Perceptions Miroirs des Parents* (Bois, 2003), para evaluar cómo los jóvenes creen que sus padres perciben su competencia; *Sport Anxiety Scale – 2* (Smith et al., 2006), que recoge ansiedad somática, preocupación y disrupción de la concentración; *Cognitive Appraisal of Competition Scale* (Cruz et al., 2006), para la percepción de amenaza y desafío; *Tactical Skills Inventory for Sports* – TACSIS (Elferink-Gemser et al., 2004), utilizado para valorar el conocimiento táctico en dimensiones como posicionamiento y toma de decisiones, actuación en situaciones cambiantes, conocimiento sobre acciones con balón y conocimiento sobre los demás. Procedimiento y análisis. Se aplicaron cuestionarios de manera colectiva, garantizando confidencialidad y consentimiento informado. El diseño fue correlacional-predictivo, utilizando análisis de correlación de Pearson y modelos de regresión múltiple, para determinar la capacidad explicativa de las variables psicológicas sobre la ansiedad y, posteriormente, sobre el conocimiento táctico.

Resultados. Los análisis de correlación mostraron un patrón claro: (a) la competencia percibida y las valoraciones parentales positivas se asociaron con una mayor percepción de desafío y con niveles más bajos de ansiedad somática y disrupción de la concentración; (b) por el contrario, la ansiedad total y la disrupción atencional se vincularon de forma negativa con las diferentes dimensiones del conocimiento táctico. Los modelos de regresión confirmaron estos hallazgos: (a) la competencia percibida explicó una proporción significativa de la varianza en la reducción de la ansiedad somática y en la percepción de las situaciones como retos, lo que sugiere su papel protector; (b) tanto la competencia percibida como la valoración reflejada

del padre se asociaron con una menor disrupción de la concentración. En relación con el conocimiento táctico, la competencia percibida y la percepción de desafío contribuyeron positivamente en todas las dimensiones del TACSIS, mientras que la disrupción de la concentración mostró una asociación negativa. Un hallazgo particularmente interesante fue que, en el modelo de «conocimiento sobre los demás», la ansiedad somática también presentó una asociación positiva, lo que podría reflejar un estado de activación que favorece la atención a compañeros y oponentes. En conjunto, los resultados explicaron entre un 15% y un 40% de la varianza en las distintas dimensiones del conocimiento táctico, subrayando la importancia de los factores psicológicos en el desarrollo táctico de los jugadores jóvenes

Discusión y conclusiones. Los resultados refuerzan la idea de que creer en las propias capacidades y sentirse apoyado por los padres son condiciones clave para que los jóvenes futbolistas interpreten la competición como un desafío y no como una amenaza. Esta percepción positiva se relaciona con menores niveles de ansiedad y mayor capacidad de concentración, lo que a su vez se traduce en un mejor conocimiento táctico. Desde un punto de vista aplicado, se destacan varias implicaciones: (a) fomentar la competencia percibida desde edades tempranas, mediante retroalimentación positiva centrada en el progreso individual, (b) implicar a los padres de forma constructiva, ayudándoles a convertirse en «espejos positivos» para sus hijos, evitando la presión excesiva; (c) promover una visión del reto como oportunidad, incluyendo tareas de entrenamiento que normalicen el error y favorezcan la adaptación; (d) entrenar la atención y la concentración en situaciones de presión competitiva, por ejemplo, a través de ejercicios de visualización táctica; y (e) integrar lo psicológico y lo táctico en un mismo proceso de entrenamiento, evitando trabajarlos de manera aislada. En definitiva, construir mentes seguras, centradas y orientadas al desafío no es solo un complemento emocional, sino un requisito esencial para que los futbolistas jóvenes desarrollen su capacidad de «leer» el juego y tomar decisiones eficaces bajo presión.

Referencias

Bois, J. E. (2003). *Perceptions miroirs des parents* [instrumento no publicado].

Cruz, J. F., Sousa, C., Viana, M. F., & Alves, J. (2006). Escala de avaliação cognitiva da competição (EACC): Estudo das qualidades psicométricas. *Psicologia: Teoria e Prática, 8*(2), 14-27.

Elferink-Gemser, M. T., Visscher, C., Richart, H., & Lemmink, K. A. (2004). Development of the tactical skills inventory for sports. *Perceptual and Motor Skills, 99*(3), 883-895. https://doi.org/10.2466/pms.99.3.883-895

Fredricks, J., & Eccles, J. (2005). Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *Sport Psychology, 27*, 3-31. https://doi.org/10.1123/jsep.27.1.3

Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 28*(4), 479-501. https://doi.org/10.1123/jsep.28.4.479

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 250-253
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

NO ES EL DESTINO, ES EL VIAJE: EXPLORANDO LA COMUNICACIÓN DE LOS PADRES Y SU IMPACTO EN EL RENDIMIENTO Y EL BIENESTAR DE LOS JÓVENES FUTBOLISTAS

Filipa Rocha, António Manuel Fonseca, Cláudia Dias

Centre for Research, Training, Innovation and Intervention in Sport, Faculty of Sport, University of Porto (CIFI2D)

farocha@fade.up.pt, afonseca@fade.up.pt, cdias@fade.up.pt

Introducción. Se ha demostrado que la práctica del deporte es muy importante para el desarrollo positivo de los niños y los jóvenes, y se asocia a beneficios físicos (por ejemplo, crecimiento saludable, aumento de las habilidades motrices, desarrollo de la fuerza muscular), psicológicos/emocionales (por ejemplo, aumento de la autoestima y la confianza), sociales (por ejemplo, fomento de las relaciones positivas entre iguales, promoción de las habilidades de liderazgo) e intelectuales (por ejemplo, mejora del rendimiento escolar) (Bean & Forneris, 2016; Dorsch et al., 2022; Fraser-Thomas et al., 2005). A pesar de estos beneficios, para que la práctica deportiva sea sostenida y se reduzca la posibilidad de abandono, el deportista necesita sentirse motivado (Balish et al., 2014). La comunicación con los padres desempeña un papel fundamental en el clima motivacional positivo de los deportistas y en su percepción de apoyo y bienestar (McLean et al., 2007; Simons-Morton & Chen, 2009). Para comprender plenamente el impacto de la comunicación parental, es crucial analizar cómo se produce en diferentes contextos y de qué modo la dinámica comunicativa influye en el desarrollo y el bienestar de los adolescentes, resaltando la importancia del contexto específico. En este sentido, el trayecto en coche de ida y vuelta a los entrenamientos y partidos suele ser una oportunidad para mantener conversaciones más íntimas y directas sobre las experiencias deportivas (Azimi & Tamminen, 2022; Tamminen et al., 2017). Este estudio pretendía explorar, desde una perspectiva construccionista, la comunicación entre padres e

hijos en el fútbol juvenil y examinar sus implicaciones para el bienestar emocional y el rendimiento de los adolescentes deportistas. Se investigaron las prácticas comunicativas en distintos contextos: durante los trayectos en coche de ida y vuelta a los entrenamientos y partidos, así como durante los mismos.

Método. Ocho jugadores de fútbol y siete padres participaron en este estudio (uno de los padres tenía dos hijos participantes, lo que hace un total de n = 15). Entre los jugadores, de edades comprendidas entre los 15 y los 16 años (M = 15,38 ± DE = 0,52), había cuatro chicos (M = 15,5 ± DE = 0,58) y cuatro chicas (M = 15,25 ± DE = 0,50). Los criterios de inclusión para los deportistas fueron: (a) viajar al menos una vez al mes en coche con sus padres a los entrenamientos o partidos; (b) que sus padres asistieran a los partidos o entrenamientos al menos una vez al mes. Los temas de las entrevistas con los jugadores se inspiraron en el estudio de Tamminen et al. (2017) e incluyeron: (a) historial deportivo y «rompehielos» (por ejemplo, duración de la participación y posición habitual); (b) trayectos a los entrenamientos y partidos (por ejemplo, quién iniciaba las conversaciones y cómo afectaban a los deportistas); (c) comportamiento del progenitor que acompañaba al niño a los entrenamientos y partidos, así como durante los mismos (por ejemplo, cómo se comportaban y cómo influía esto en su rendimiento); (d) trayecto de vuelta a casa después de los entrenamientos y partidos (por ejemplo, temas de conversación y si había otras personas en el coche).

Resultados. Los temas generados tanto para los jugadores como para los padres fueron: (a) rutina y logística del transporte (organización y práctica habitual de los desplazamientos a los entrenamientos y partidos); (b) conversaciones e interacciones durante el trayecto de ida (naturaleza y contenido de las conversaciones); (c) conversaciones e interacciones durante el trayecto de vuelta (debates e interacciones de camino a casa); (d) participación e implicación de los padres en los entrenamientos y partidos (formas de implicación y participación de los progenitores en la actividad deportiva de sus hijos). Las conversaciones e interacciones que tenían lugar tanto de camino a las actividades deportivas como después de ellas se reconocían como cruciales para la dinámica familiar y el apoyo emocional ofrecido a los deportistas. Las rutinas y tradiciones familiares mencionadas por los participantes demostraron ser importantes para reforzar los vínculos entre padres e hijos, contribuyendo a crear un entorno positivo y motivador. Tanto los padres como los jugadores informaron de que, durante el trayecto a los partidos, las conversaciones se centraban en la gestión de la presión, el aumento de la motivación mediante estímulos y orientaciones técnicas, y el análisis del equipo contrario. En cuanto a la comunicación posterior a los entrenamientos y partidos, los resultados

mostraron que la percepción era similar entre padres e hijos, pero variaba según la valoración que los deportistas hacían de su propio rendimiento o del resultado del partido. Cuando la experiencia era positiva, los jugadores iniciaban la conversación, compartiendo con sus padres cómo había ido la sesión o el partido; cuando era negativa, eran los padres quienes tomaban la iniciativa, intentando motivar a sus hijos, señalar los errores y prestar más atención a lo que decían

Conclusiones. Esta investigación refuerza la influencia de los padres como factor relevante en el desarrollo y la experiencia deportiva de los jóvenes futbolistas. El análisis de la comunicación parental en momentos más privados revela que la dinámica familiar puede repercutir en el rendimiento y en el estado emocional de los deportistas. Las organizaciones y clubes deportivos, con esta información, pueden implementar estrategias que fomenten una influencia parental más positiva mediante programas de formación y apoyo dirigidos a mejorar la comunicación. Futuros estudios podrían ampliar este enfoque con diseños longitudinales, incluyendo atletas de diferentes edades, géneros, orígenes sociales y culturales, y otros contextos de interacción similares a los trayectos en coche, como los desplazamientos a competiciones o estancias deportivas.

Referencias

Azimi, S., & Tamminen, K. A. (2022). Parental communication and reflective practice among youth sport parents. *Journal of Applied Sport Psychology*, *34*(1), 109–132. https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1705433

Balish, S. M., McLaren, C., Rainham, D., & Blanchard, C. (2014). Correlates of youth sport attrition: A review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, *15*(4), 429–439. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.04.003

Bean, C., & Forneris, T. (2016). Examining the importance of intentionally structuring the youth sport context to facilitate positive youth development. *Journal of Applied Sport Psychology*, *28*(4), 410–425. https://doi.org/10.1080/10413200.2016.1164764

Dorsch, T. E., Smith, A. L., Blazo, J. A., Coakley, J., Côté, J., Wagstaff, C. R. D., Warner, S., & King, M. Q. (2022). Toward an integrated understanding of the youth aport aystem. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *93*(1), 105–119. https://doi.org/10.1080/02701367.2020.1810847

Fraser-Thomas, J. L., Côté, J., & Deakin, J. (2005). Youth sport programs: An avenue to foster positive youth development. *Physical Education and Sport Pedagogy*, *10*(1), 19–40. https://doi.org/10.1080/1740898042000334890

McLean, K. C., Pasupathi, M., & Pals, J. L. (2007). Selves creating stories creating selves: A process model of self-development. *Personality and Social Psychology Review*, *11*(3), 262–278. https://doi.org/10.1177/1088868307301034

Simons-Morton, B., & Chen, R. (2009). Peer and parent influences on school engagement among early adolescents. *Youth & Society*, *41*(1), 3–25. https://doi.org/10.1177/0044118X09334861

Tamminen, K. A., Poucher, Z. A., & Povilaitis, V. (2017). The car ride home: An interpretive examination of parent–athlete sport conversations. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, *6*(4), 325–339. https://doi.org/10.1037/spy0000093

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 254-256
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

¿SEMBRAR BIEN HOY GARANTIZA UNA BUENA COSECHA MAÑANA? UN ANÁLISIS DE LA INFLUENCIA DEL *GRIT*, EL AUTOCONTROL Y LAS HABILIDADES TÁCTICAS EN LA TRAYECTORIA DEL ÉXITO EN EL FÚTBOL

Jonathan Lujan Hawasly, Daniel Barreira, António Manuel Fonseca, Cláudia Dias

Centro de Investigación, Formación, Innovación e Intervención en Deporte (CIFI2D), Faculdade de Desporto, Universidade do Porto (FADEUP), Portugal

jonathan.hawasly@gmail.com, dbarreira@fade.up.pt, afonseca@fade.up.pt, cdias@fade.up.pt

Introducción. La excelencia en el deporte juvenil debe entenderse como un fenómeno multidimensional, que integra factores biológicos, contextuales, psicológicos y de competencia de juego, tal como plantea el proyecto INEX – *In Search of Excellence in Sport*. En este marco, se reconoce que el éxito competitivo a largo plazo no depende únicamente de las dimensiones físicas o técnicas, sino también de la capacidad psicológica de los jugadores y de su eficacia táctica en situaciones reales de juego. Dos variables psicológicas con fuerte apoyo empírico son el *grit*, definido como perseverancia y pasión por metas a largo plazo (Duckworth et al., 2007), y el autocontrol, entendido como la capacidad para regular emociones, pensamientos y conductas bajo presión (Tangney et al., 2004). En paralelo, el conocimiento táctico (declarativo y procedimental) y el comportamiento táctico en el campo son componentes esenciales del rendimiento en deportes colectivos (Costa et al., 2009; Elferink-Gemser et al., 2004). La literatura ha sugerido que estas competencias pueden estar interrelacionadas y que, en conjunto, contribuyen a explicar diferencias en el rendimiento y en la trayectoria de los futbolistas (Garganta, 2009). Sin embargo, existe escasez de estudios que analicen simultáneamente variables psicológicas y tácticas en edades tempranas, y que además examinen su valor predictivo sobre la progresión competitiva en años posteriores. Este trabajo abordó esa laguna con un doble propósito: por un lado, explorar las relaciones entre *grit*, autocontrol

y competencias tácticas en futbolistas adolescentes; y, por otro, analizar si dichas competencias iniciales diferenciaban posteriormente a los jugadores en función de su nivel competitivo actual.

Método. Participaron 49 futbolistas varones del norte de Portugal, con edades comprendidas entre 12,95 y 16,30 años (M = 14,62; DE = 1,13). Se administraron los siguientes instrumentos: *Short Grit Scale* (Duckworth & Quinn, 2009; versión portuguesa de Coutinho et al., 2022), con sus dos dimensiones: perseverancia/esfuerzo y consistencia del interés; *Self-Control Scale* (Tangney et al., 2004; versión portuguesa de Cruz, 2008); *Tactical Skills Inventory for Sports* – TACSIS (Elferink-Gemser et al., 2004), para evaluar conocimiento táctico declarativo y procedimental; y el FUT-SAT – Sistema de Evaluación Táctica en el Fútbol (Teoldo, Garganta, Greco, Mesquita, & Maia, 2011), utilizado para valorar el comportamiento táctico en juego, incluyendo indicadores de toma de decisiones, percepción situacional, ejecución de acciones y adaptación táctica. Posteriormente, se identificó el nivel competitivo actual de los jugadores (temporada 2023–2024), estableciendo dos sistemas de clasificación: dos grupos: inactivos (que habían abandonado la práctica federada) y activos (que seguían compitiendo); tres grupos: inactivos, nivel competitivo bajo, nivel competitivo alto.

Resultados. Los análisis iniciales mostraron correlaciones significativas entre consistencia (*grit*), autocontrol y conocimiento táctico ($p<.01$), confirmando que las fortalezas psicológicas se encuentran vinculadas a la calidad de las competencias tácticas ya en la adolescencia. Además, cuando se compararon grupos de jugadores con alto y bajo comportamiento táctico y con alto y bajo conocimiento táctico, se observaron diferencias claras: los futbolistas con mejores resultados tácticos tendían a exhibir mayores puntuaciones en las escalas de *grit* (tanto en perseverancia/esfuerzo como en consistencia). Esto refuerza la idea de que la capacidad de perseverar y mantener la motivación a largo plazo se traduce en un mejor aprovechamiento y aplicación del conocimiento táctico en el juego. Por otro lado, al analizar el nivel competitivo alcanzado años más tarde (2023–2024), no se encontraron diferencias significativas entre grupos (inactivos vs. activos o tres niveles competitivos). La comparación sugiere que, al menos en este seguimiento temporal, las competencias psicológicas y tácticas evaluadas no bastaron para discriminar de forma estadísticamente significativa quién progresaría competitivamente. Aun así, la lógica exploratoria resulta relevante: la ausencia de diferencias invita a reflexionar sobre otros factores contextuales (oportunidades de entrenamiento, lesiones, apoyo social) que también pueden condicionar la trayectoria.

Discusión y conclusiones. Este estudio aporta evidencias de que el *grit* y el autocontrol están estrechamente relacionados con las competencias tácticas en el fútbol juvenil y que los jugadores con mayor perseverancia tienden a destacar en conocimiento y comportamiento táctico. No obstante, las comparaciones en función del nivel competitivo actual no mostraron diferencias significativas, lo que subraya la complejidad del desarrollo del talento y la necesidad de integrar otros factores contextuales en el análisis. En conjunto, los hallazgos refuerzan la importancia de que los programas de formación combinen el entrenamiento psicológico y táctico desde etapas tempranas, no solo para potenciar el rendimiento inmediato, sino también para favorecer trayectorias más sólidas y sostenibles.

Referencias

Bois, J. E. (2003). *Perceptions miroirs des parents* [instrumento no publicado].

Cruz, J. F., Sousa, C., Viana, M. F., & Alves, J. (2006). Escala de avaliação cognitiva da competição (EACC): Estudo das qualidades psicométricas. *Psicologia: Teoria e Prática, 8*(2), 14-27.

Elferink-Gemser, M. T., Visscher, C., Richart, H., & Lemmink, K. A. (2004). Development of the tactical skills inventory for sports. *Perceptual and Motor Skills, 99*(3), 883-895. https://doi.org/10.2466/pms.99.3.883-895

Fredricks, J., & Eccles, J. (2005). Family socialization, gender, and sport motivation and involvement. *Sport Psychology, 27*, 3-31. https://doi.org/10.1123/jsep.27.1.3

Smith, R. E., Smoll, F. L., Cumming, S. P., & Grossbard, J. R. (2006). Measurement of multidimensional sport performance anxiety in children and adults: The Sport Anxiety Scale-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 28*(4), 479-501. https://doi.org/10.1123/jsep.28.4.479

Teoldo, I., Garganta, J., Greco, P. J., Mesquita, I., & Maia, J. (2011). System of tactical assessment in soccer (FUT-SAT): Development and preliminary validation. *Motricidade, 7*(1), 69–84. https://doi.org/10.6063/motricidade.121

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 257-259
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

IMPACTO DEL SUEÑO CON EL RIESGO DE LESIONES EN FUTBOLISTAS. REVISIÓN SISTEMÁTICA

Joel Raga Martínez

Colegio Oficial CV

jragamartinez@gmail.com

Introducción. La revisión realizada ha pretendido poner énfasis en la importancia que hoy en día requiere el descanso en jugadores de fútbol y futbolistas profesionales. Teniendo en consideración todos los factores involucrados en este deporte, los cuáles cada vez son más y que provocan una mayor incidencia de estas. Una posible explicación a padecer más lesiones fue mediante el aún vigente Modelo de Meuwisse (Meeuwisse et al., 2007) que explica en cierta medida la posible etiología a padecer una lesión, siguiendo las 3 fases con las que cuenta el modelo: predisposición, susceptibilidad, lesión/no lesión. Sin embargo, el sueño es uno de los factores predisponentes que más pérdidas y daños musculares provoca para el organismo y bienestar físico-mental de la persona. Y, que, por ende, se mencionan diferentes estrategias para poder realizar un correcto análisis, seguimiento y solución a los problemas del sueño.

Método. Para poder realizar una revisión sistemática siguiendo las indicaciones del Método PRISMA había que empezar por establecer unos criterios de inclusión y exclusión para de esta manera poner un foco concreto en que artículos se querían investigar para la formación de este estudio. Para recolectar una gran cantidad de artículos se realizaron búsquedas por diferentes bases de datos y para disminuirla se utilizaron como métodos de búsqueda: palabras claves (*soccer, injury risk, football players, melatonin, sleep*) y como término de búsqueda (*sleep* AND *injury risk* AND *in football player*). Los estudios se seleccionaron siguiendo las indicaciones de los criterios de inclusión/exclusión preestablecidos. Los criterios fueron: exposi-

ción de interés, localización geográfica del estudio, idioma, participantes, contexto, tipo publicación y su año. Por último, siguiendo con el Método PRISMA se realizó un diagrama de flujo que explicaba de manera visual todo el proceso metodológico.

Resultados. Los estudios revisados confirman que el sueño es un factor decisivo en la salud y el rendimiento de futbolistas y otros atletas, con implicaciones directas en la incidencia de lesiones y enfermedades. La mayoría de los trabajos coinciden en que tanto la calidad como la cantidad de sueño insuficientes incrementan el riesgo de lesión, ya sea por fatiga acumulada, menor recuperación fisiológica o reducción en la capacidad de concentración y toma de decisiones. El proceso de recuperación demuestra que existe un desequilibrio entre estas variables y que por lo tanto, predice con claridad el riesgo lesional. De la misma manera que se identifican factores como el estrés competitivo, la carga de entrenamiento o el estado anímico que afectan a la calidad del descanso, limitando así la capacidad de recuperación, y al mismo tiempo aumentando la probabilidad de sufrir lesiones.

Conclusiones. La revisión sistemática pone de relieve la importancia del sueño como principal mecanismo de recuperación fisiológica y psicológica en futbolistas y otros atletas. Los estudios analizados muestran que tanto la calidad como la cantidad de sueño insuficientes se relacionan con un aumento del riesgo de lesiones y enfermedades, lo que confirma su rol central en la prevención y el rendimiento deportivo.

En paralelo, la evidencia resalta la influencia del estrés y la recuperación en la predisposición lesional. Algunos estudios lo evalúan directamente, como Laux et al. (2015) mediante el RESTQ-Sport, donde se observa que un desequilibrio entre ambos factores incrementa significativamente el riesgo de lesión. Otros trabajos señalan que la sobrecarga de entrenamiento, la presión competitiva o las demandas académicas en deportistas jóvenes deterioran la calidad del sueño, limitando los procesos de recuperación. De manera complementaria, las revisiones y estudios cualitativos destacan la necesidad de una visión biopsicosocial: el descanso no solo se entiende en términos fisiológicos, sino también como un proceso vinculado a la gestión emocional, el bienestar subjetivo y el entorno cultural del futbolista.

En conjunto, los hallazgos refuerzan la idea de que el abordaje del sueño en el deporte debe incluir también la evaluación del estrés percibido y la capacidad de recuperación, aspectos todavía poco explorados y que emergen como líneas prioritarias para futuras investigaciones y para la práctica profesional en Psicología del Deporte.

Referencias

Laux, P., Krumm, B., Diers, M., & Flor, H. (2015). Recovery–stress balance and injury risk in professional football players: A prospective study. *Journal of Sports Sciences*, *33*(20), 2140-2148. https://doi.org/10.1080/02640414.2015.1064538

Meeuwisse, W. H., Tyreman, H., Hagel, B., & Emery, C. (2007). A dynamic model of etiology in sport injury: The recursive nature of risk and causation. *Clinical Journal of Sport Medicine*, *17*(3), 215-219. https://doi.org/10.1097/JSM.0b013e3180592a48

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 260-261
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

FÚTBOL INFANTIL Y ROLES PARENTALES: LA IMPORTANCIA DE LA INTELIGENCIA EMOCIONAL EN EL FÚTBOL INFANTIL

Ines Roca Belliure, David Peris Delcampo

Universitat de València

ines.roca.belliure@gmail.com, David.Peris-Delcampo@uv.es

Introducción. El fútbol infantil constituye un contexto fundamental para el desarrollo emocional y social durante la infancia. La inteligencia emocional de los progenitores puede tener un impacto realmente significativo en como los niños viven la práctica deportiva, especialmente en aspectos como el apoyo, la presión o la gestión de la derrota por parte de sus padres y madres.

Método. Este estudio sigue un diseño cuantitativo, de tipo transversal y correlacional, debido a que se basa en la recogida y análisis de datos numéricos mediante cuestionarios validados. El objetivo es examinar la relación entre la inteligencia emocional percibida por los progenitores y su impacto en el entorno deportivo de sus hijos e hijas. La muestra está formada por 111 progenitores, concretamente 65 hombres y 47 mujeres, con hijos/as en diferentes categorías del fútbol base en la provincia de Castellón. Los instrumentos utilizados fueron los siguientes:

— TMMS-24: Evaluación de la IE en 3 dimensiones; atención, claridad y reparación emocional

— Cuestionario de conducta parental (apoyo, exigencia, gestión emocional, refuerzo)

En cuanto al análisis, se llevaron a cabo diversos análisis estadísticos utilizando el programa de Jamovi, en concreto estos fueron los que se utilizaron Pearson, t de student, Anova de Welch y regresiones lineales simples.

Resultados. Una mayor inteligencia emocional de los progenitores se relaciona con una mejor conducta parental y con una mayor valoración educativa del deporte. En cuanto a las diferencias entre madres y padres no se encontraron diferencias significativas, ni tampoco se confirmó que la inteligencia emocional prediga la gestión de la derrota o la relación con el entrenador. Los padres de niños presentaron actitudes mucho más exigentes que los de las niñas. Por lo que respecta a la gestión de la derrota, esta parece depender más de factores personales o contextuales, y la relación con el entrenador podría estar condicionada por elementos que se encuentren fuera del entorno familiar.

Conclusiones. La inteligencia emocional parental es fundamental para generar un clima deportivo saludable. Además, promover la educación emocional en las familias puede disminuir la presión, así como mejorar la experiencia deportiva de los niños y niñas. Por último, se recomienda incluir educación emocional tanto en el entorno familiar como en el deportivo con el objetivo de fomentar un apoyo respetuoso.

Referencias

Pulido Salas, D. (2019). Comportamientos e influencias parentales en el fútbol base: Efectos de una intervención socioeducativa con los padres. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 36*, 269–274

Salovey, P., & Mayer, J. D. (1990). Emotional intelligence. Imagination. *Cognition and Personality, 9*(3), 185–211. https://doi.org/10.2190/DUGG-P24E-52WK-6CDG

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 262-264
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

TRANSICIONES DEPORTIVAS Y DESARROLLO DE CARRERA DUAL EN EL FÚTBOL

Héctor Blanco López, Irene Checa Esquiva

Universitat de València

hectblpez@gmail.com, irene.checa@uv.es

Introducción. El fútbol es el deporte con mayor número de licencias en España (CSD, 2022). Sin embargo, el salto al deporte profesional es considerado una de las transiciones más complejas en la carrera de un deportista, existiendo una tasa elevada de fracaso y consecuencias derivadas como abandono o problemas psicosociales (Stambulova, 2009). El presente estudio sigue el modelo de desarrollo de la carrera deportiva de Wylleman y Lavalle (2004), el cual analiza al deportista desde las dimensiones deportiva, psicológica, psicosocial y académica/vocacional. Por otro lado, el modelo de carrera dual de Stambulova (2003) se centra en los recursos y las estrategias de afrontamientos necesarios para que los deportistas gestionen las demandas de la transición al profesionalismo. Por tanto, el objetivo fue explorar retrospectivamente los desafíos y los recursos de afrontamiento que acompañan a la transición al fútbol profesional, así como la influencia del desarrollo de una carrera dual.

Método. En la presente investigación participaron 3 futbolistas varones de entre 21 y 28 años (M = 23.6) con experiencia mínima en 1ª RFEF y trayectoria inicial en clubes de la provincia de València. Todos cursaron estudios postobligatorios y dos de ellos se encontraban finalizando un grado universitario. En cuanto al procedimiento se centró en entrevistas semiestructuradas online de una duración de 25-30 minutos siguiendo el modelo de Wylleman y Lavalle (2004). También se incluyó una línea de vida y cinco dimensiones de análisis: deportivo, psicológico, psicosocial, académico/vocacional y económico. El análisis consistió en una combinación

de codificación deductiva (según categorías teóricas) e inductiva para identificar patrones comunes (Patton, 2002).

Resultados. Los resultados se agrupan en las cinco dimensiones: a nivel deportivo, se hallaron cambios en la exigencia y condiciones de entrenamiento/competición (100%); e influencia de intereses de clubes, entrenadores y agentes (100%). A nivel psicológico, se encontró presión externa por parte de clubes y familia (100%); percepción de competencia (33.3%); y presión interna en algunos casos (33.3%); sin embargo, no se reportaron consecuencias psicológica derivadas relevantes (0%). A nivel psicosocial se halló un distanciamiento de amistades (66.6%); dificultades de adaptación a nuevos clubes (66.6%), parcialmente solventadas por programas de acogida de los clubes; y apoyo familiar y social considerado fundamental (100%). A nivel académico/vocacionales se encontraron incompatibilidades entre calendario deportivo y académico (100%); retraso en la finalización de los estudios (66.6%); y consideración de la carrera dual como recurso de futuro una vez se produzca la transición a la retirada (100%). A nivel económico, se halló incertidumbre contractual y retrasos en los pagos (66.6%), presión asociada a primas por rendimiento (33.3%); y ansiedad derivada en un caso (33.3%). Por otro lado, en cuanto al desarrollo de la carrera dual, se identificaron tres trayectorias diferentes: lineal (centrada en el deporte), paralela (estudios y deporte en equilibrio) y convergente (prioridad al deporte con estudios secundarios).

Conclusiones. La transición al fútbol profesional viene acompañada de múltiples desafíos interconectados, acarreando cambios deportivos que actúan como desencadenantes de dificultades psicológicas, sociales, académicas y económicas. El apoyo familiar, las estrategias de afrontamiento personales (sacrificio, constancia, gestión del tiempo) y la promoción de carreras duales flexibles se consideran factores de protección que favorecen la adaptación. Por otro lado, se han encontrado dificultades en el aspecto deportivo (cambios en las condiciones de entrenamientos y partidos; e intereses), en el aspecto psicológico (percepción de competencia; presión externa e interna), en el aspecto psicosocial (cambios en las relaciones sociales; percepción de apoyo; y problemas de adaptación), en el aspecto académico (exigencia de constancia y disciplina; incompatibilidades) y en el aspecto económico (incertidumbre económica; expectativas económicas; presión económica; y consecuencias psicológicas derivadas). También se hallaron diferencias en el desarrollo de las carreras duales (lineal, paralela y convergente).

Referencias

Consejo Superior de Deportes. (2022). *Histórico de licencias federadas.*

Patton, M. Q. (2002). *Qualitative research and evaluation methods* (3rd ed.). Sage.

Stambulova, N. (2003). *Symptoms of a crisis-transition: A grounded theory study* [Tesis doctoral]. Örebro University.

Stambulova, N., Alfermann, D., Statler, T., & Côtè, J. (2009). ISSP position stand: Career development and transition of athletes. *International Journal of Sport Psychology, 7*(4), 395-412. https://doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671916

Wylleman, P., & Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. En M. R. Weiss (Ed.), *Developmental Sport and Exercise Psychology* (pp. 507–527). Fitness Information Technology.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 265-267
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ATENCIÓN Y ANSIEDAD EN FUNCIÓN DE LA POSICIÓN Y ETAPA DE DESARROLLO EN JUGADORES DEL VILLARREAL C. F.

Alejandro Benítez García[1], Enrique Cantón Chirivella[2]

[1]Villarreal C. F. Departamento de Psicología del Deporte, C0l·legi Oficial de Psicologia de la Comunitat Valenciana (COPCV), [2]Universitat de València.

lamenteatleta@gmail.com, Enrique.canton@uv.es

Introducción. El presente trabajo aborda la importancia de los factores psicológicos en el fútbol, específicamente la atención y la ansiedad, en jugadores en formación del Villarreal C.F. La atención es un recurso cognitivo esencial para procesar estímulos relevantes y mantener la concentración durante los entrenamientos y partidos, mientras que la ansiedad, aunque puede tener un efecto positivo en niveles moderados, en exceso limita la capacidad de concentración y perjudica el rendimiento. El estudio busca analizar cómo estas variables se relacionan con la posición ocupada en el campo y la etapa de desarrollo de los jugadores, aportando evidencia empírica sobre la influencia de la psicología en el deporte de élite en categorías formativas. El propósito final es proporcionar herramientas y reflexiones prácticas que ayuden a optimizar tanto el rendimiento deportivo como el bienestar emocional de los futbolistas.

Método. La investigación se desarrolló bajo un diseño no experimental, descriptivo, cuantitativo y transversal, centrado en observar variables psicológicas sin intervención directa. Participaron 152 jugadores varones de entre 12 y 21 años, pertenecientes a diferentes categorías de la cantera del Villarreal C. F. (Infantil Roda, Infantil A, Cadete Roda, Cadete A, Juvenil B, Juvenil Roda, Juvenil A y Villarreal C), junto con 46 técnicos que evaluaron el rendimiento atencional de los futbolistas. La atención se midió tanto desde la autopercepción de los jugadores como desde la observación de los entrenadores, a lo largo de distintas fases del entrenamiento

(activación, T1, T2 y T3). Para la medición de la ansiedad se aplicó el Inventario de Ansiedad Estado-Rasgo (STAI), que distingue entre la ansiedad momentánea (estado) y la tendencia general a reaccionar con ansiedad (rasgo). El análisis de los datos se realizó con SPSS y Excel, considerando la influencia de la edad y la posición en el campo (porteros, defensas, mediocentros y delanteros.

Resultados. Los hallazgos mostraron que los jugadores valoran su atención en niveles más altos de lo que lo hacen sus entrenadores, lo que refleja una discrepancia entre autopercepción y evaluación externa. A lo largo de las sesiones de entrenamiento, la atención reportada tiende a incrementarse, indicando que la estructura progresiva de las tareas favorece la concentración. En cuanto a la ansiedad, se observaron diferencias tanto en función de la edad como de la posición en el campo: los jugadores más jóvenes y aquellos en roles defensivos o de portería presentaron mayores niveles de ansiedad, posiblemente debido a la exigencia de responsabilidad y toma de decisiones rápidas en esas posiciones. Asimismo, se encontró una correlación negativa significativa entre atención y ansiedad, destacando que la ansiedad-rasgo se relaciona de forma más fuerte con una disminución en la capacidad atencional (-0,540), mientras que la ansiedad-estado también mostró efectos, pero de menor intensidad. Esto confirma la hipótesis de que niveles elevados de ansiedad interfieren en la concentración y, por ende, en el rendimiento.

Conclusiones. Los resultados evidencian la necesidad de integrar la preparación psicológica en el entrenamiento de futbolistas en formación, ya que la atención y la ansiedad son variables determinantes en el rendimiento. Se sugiere implementar programas que incluyan técnicas de gestión emocional (como respiración, mindfulness o rutinas precompetitivas) y ejercicios que favorezcan la atención sostenida y selectiva en entornos de alta presión. Además, se recomienda a entrenadores y psicólogos tener en cuenta la etapa de desarrollo y la posición de los jugadores, dado que cada rol implica demandas cognitivas y emocionales específicas. A nivel aplicado, este estudio aporta un marco de referencia para diseñar entrenamientos más completos, que no solo contemplen el desarrollo físico y técnico, sino también la preparación mental y emocional, favoreciendo así la formación integral de los jugadores de la cantera del Villarreal C.F.

Referencias

Aguirre-Loaiza, H. H., Ayala, C. F., & Bermúdez, S. R. (2015). La atención-concentración en el deporte de rendimiento. *Educación Física y Deporte, 34*(2), 409-428. https://doi.org/10.17533/udea.efyd.v34n2a06

Castro-Sánchez, M., Zurita-Ortega, F., Ramírez-Granizo, I., & Ubago-Jiménez, J. L. (2020). Relación entre la inteligencia emocional y los niveles de ansiedad en deportistas. *Journal of Sport & Health Research, 12*(1), 25-36.

Easterbrook, J. A. (1959). The effect of emotion on cue utilization and the organization of behavior. *Psychological Review, 66*(3), 183-201. https://doi.org/10.1037/h0047707

Gucciardi, D. F., & Dimmock, J. A. (2008). Choking under pressure in sensorimotor skills: Conscious processing or depleted attentional resources? *Psychology of Sport and Exercise, 9*(1), 45-59. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2006.10.007

Hanin, Y. L. (1997). Emotions and athletic performance: Individual zones of optimal functioning model. *European Yearbook of Sport Psychology, 1*, 29-72.

Posner, M. I., & Petersen, S. E. (1990). The attention system of the human brain. *Annual Review of Neuroscience, 13*, 25-42. https://doi.org/10.1146/annurev.ne.13.030190.000325

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 268-270
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

IMPACTO DE NUEVAS NOTICIAS EN EL BIENESTAR PSICOLÓGICO Y LA RUTINA DIARIA DEL AFICIONADO AL FÚTBOL

Cristina Mas Collado, David Peris Delcampo

Universitat de València

Cmascollado@gmail.com, David.Peris-Delcampo@uv.es

Introducción. El estudio presentado analiza cómo la afición a un club de fútbol afecta el bienestar psicológico y la rutina diaria de sus seguidores. Si bien la investigación previa sobre la afición se ha centrado principalmente en aspectos negativos como la violencia, este trabajo pretende analizar cómo las noticias y los resultados del equipo inciden en variables psicológicas positivas y en la vida cotidiana.
Método. El diseño del estudio fue transversal y cuantitativo. Los participantes fueron 124 adultos (94 hombres y 29 mujeres) con edades comprendidas entre 18 y más de 55 años, predominando los jóvenes de 18-25 años. Se utilizaron dos instrumentos: una adaptación de la versión española de la Escala de Bienestar psicológico de Ryff (Díaz et al., 2006), compuesta por cinco dimensiones, y una escala de elaboración propia específica para medir la influencia de la afición en la rutina diaria (10 ítems tipo Likert). La recogida de datos se realizó mediante cuestionarios online difundidos a través de redes sociales durante cuatro semanas. Para el análisis se aplicaron estadísticos descriptivos, pruebas de fiabilidad, ANOVA, t de Student, correlaciones de Pearson y pruebas no paramétricas (Kruskal-Wallis, Mann-Whitney U).

Resultados. Ambas escalas mostraron índices adecuados de fiabilidad: la Escala de Bienestar Psicológico alcanzó un alfa de Cronbach de 0,805 y la Escala de Rutina Diaria un alfa de 0,847, lo que indica una consistencia interna aceptable en ambos instrumentos.

En relación con las variables sociodemográficas, no se hallaron diferencias estadísticamente significativas en el bienestar psicológico en función de la edad

ni del género. Es decir, los niveles de autoaceptación, autonomía, relaciones positivas, dominio del entorno y crecimiento personal se mantuvieron estables en los diferentes grupos. No obstante, en la escala de rutina diaria sí se observaron diferencias: los hombres obtuvieron puntuaciones significativamente más altas que las mujeres, lo que sugiere que su rutina cotidiana se ve más condicionada por las noticias y el rendimiento del equipo.

En cuanto a las correlaciones, la puntación en la escala de rutina diaria mostró relaciones significativas con las dimensiones del bienestar psicológico. De manera específica, se identificaron correlaciones negativas con la autoaceptación ($r=-0{,}386$, $p<0{,}01$), la autonomía ($r=-0{,}178$, $p<0{,}05$) y el dominio del entorno ($r=-0{,}239$, $p<0{,}01$). Estos resultados sugieren que una rutina diaria muy influenciada por la afición puede conllevar menor autovaloración persona, menor capacidad de mantener independencia frente al grupo y menor percepción de control sobre el contexto.

Por otro lado, se hallaron correlaciones positivas entre la rutina diaria y las relaciones positivas ($r=0{,}180$, $p<0{,}05$) así como con el crecimiento personal ($r=0{,}383$, $p<0{,}01$). Esto indica que una rutina fuertemente vinculada al equipo también puede facilitar el establecimiento de lazos sociales y contribuir al desarrollo personal a través de experiencias compartidas, resiliencia y aprendizaje en torno a la afición.

En conjunto, estos resultados reflejan la dualidad del impacto de la afición: por un lado, puede generar vulnerabilidad psicológica al afectar a la autoaceptación y el control del entorno; y por otro, puede ofrecer beneficios en términos de cohesión social y crecimiento personal.

Conclusiones. Los resultados evidencian que la pertenencia a una afición futbolística influye en la rutina diaria y en el bienestar psicológico de los seguidores. Una rutina altamente condicionada por la afición puede disminuir la autoaceptación y la percepción de control, pero, simultáneamente, fortalecer las relaciones sociales y el desarrollo personal. Se subraya la relevancia de diseñar programas que potencien los efectos positivos de la afición y minimicen los negativos, promoviendo así un equilibrio entre la pasión deportiva y la vida diaria.

Referencias

Cialdini, R. B., Borden, R. J., Thorne, A., Walker, M. R., Freeman, S., & Sloan, L. R. (1976). Basking in reflected glory: Three (football) field studies. *Journal of Personality and Social Psychology, 34*(3), 366-375. https://doi.org/10.1037/0022-3514.34.3.366

Díaz, D., Rodríguez-Carvajal, R., Blanco, A., Moreno-Jiménez, B., Gallardo, I., Valle, C., & Van Dierendonck, D. (2006). Adaptación española de las escalas de bienestar psicológico de Ryff. *Psicothema*, *18*(3), 572-577.

Durán, J. (1996). *El Vandalismo en el Fútbol: Una reflexión sobre la violencia en la sociedad moderna*. Gymnos.

Keyes, R. (1985). *Chancing it: Why we take risks*. Little, Brown.

López, E. S., & Cerecero, M. C. (2011). Las consecuencias sociales del hábito de ser aficionado al fútbol soccer. *Cuadernillo de Divulgación de la Investigación, 3*, 79-95.

Maslow, A. H. (1968). *Toward a Psychology of Being*. Van Nostrand.

Ortiz Gálvez, S. (2020). *Los componentes del fútbol* [Trabajo académico]. Universidad Nacional de Tumbes. https://repositorio.untumbes.edu.pe/handle/20.500.12874/64824

Rogers, C. R. (1951). *Client-Centered Therapy*. Houghton Mifflin.

Ryff, C. (1989). The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology, 69*, 719-727. https://doi.org/10.1037/0022-3514.69.4.719

Torregrossa, M. (2002). *Estudi de valors, motivacions i emocions dels aficionats al fútbol: Una aproximació a partir de la integració de metodologies*. [Tesis doctoral]. Universitat Autònoma de Barcelona. http://www.tdx.cat/TDX-1107102-134507

Vielma Rangel, J., & Alonso, L. (2010). El estudio del bienestar psicológico subjetivo: Una breve revisión teórica. *Educere, 14*(49), 265-275. https://www.redalyc.org/pdf/356/35617102003.pdf

Wann, D. L. (1997). *Sport Psychology*. Prentice Hall.

Wann, D. L., & Hamlet, M. (1995). Author and subject gender in sport research. *International Journal of Sport Psychology, 26*, 225-232.

Zillmann, D., Bryant, J., & Sapolsky, B. S. (1989). Enjoyment from sports spectatorship. En J. H. Goldstein (Ed.), *Sports, Games, and Play: Social and psychological viewpoints* (pp. 241-278). Erlbaum.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 271-273
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PERCEPCIÓN DE LA CALIDAD EN LOS SERVICIOS DEPORTIVOS OFRECIDOS POR CLUBES DE FUTBOL FEMENIL EN MÉXICO: UN ANÁLISIS DESCRIPTIVO

Víctor Andrés Padilla Urquidi, Raquel Morquecho Sánchez, Rubén Ramírez Nava, Verónica Morales Sánchez, Zaid Alejandro Moreno Hernández y Erika Alexandra Gadea Cavazos

Universidad Autónoma de Nuevo León y Universidad de Málaga

raquel.morquechosn@uanl.edu.mx

Resumen. El presente estudio tuvo como objetivo describir y analizar la percepción de la calidad en los servicios deportivos ofrecidos por clubes de fútbol femenil en México. Se aplicó un enfoque cuantitativo, descriptivo y transversal a una muestra de 332 jugadoras pertenecientes a niveles universitario (85%), profesional (10%) y semiprofesional (5%). Se utilizó el cuestionario GEDECAFF, que evalúa cuatro dimensiones: interacción con el entrenador, instalaciones, servicio del personal e institucionalidad. Los resultados indican que la interacción con el entrenador fue la mejor valorada, mientras que la institucionalidad obtuvo la puntuación más baja, evidenciando carencias en la gestión organizacional. Estos hallazgos sugieren la necesidad de fortalecer la gestión integral de los clubes para mejorar la experiencia y el desarrollo del fútbol femenil en México. Además, este estudio contribuye a visibilizar la importancia de atender de manera integral las necesidades de las futbolistas, lo que puede generar beneficios no solo en su experiencia deportiva, sino también en la consolidación de una cultura institucional más inclusiva y profesional.
Palabras clave: Percepción de la calidad, Fútbol femenil, Servicios deportivos, Gestión del deporte, Satisfacción del usuario.

Introducción. La percepción de la calidad en los servicios deportivos es un factor clave en la satisfacción y el rendimiento de las atletas. En el caso del fútbol femenil en México, marcado por un proceso de profesionalización creciente y limitaciones en infraestructura y gestión, este análisis resulta especialmente relevante. La lite-

ratura señala que la calidad de los servicios deportivos impacta directamente en el bienestar, compromiso y desarrollo de las jugadoras. Este estudio se centra en describir y analizar la percepción de calidad en clubes de fútbol femenil en México a través de cuatro dimensiones: interacción con el entrenador, instalaciones, servicio del personal e institucionalidad. En particular, la creación de la Liga MX Femenil en 2017 marcó un hito importante, aunque aún se requieren mejoras en infraestructura, gestión y equidad de género para garantizar un desarrollo sostenido del fútbol femenil.

Metodología. Se utilizó un diseño cuantitativo, descriptivo y de corte transversal. La muestra incluyó a 332 jugadoras de entre 18 y 51 años de edad, pertenecientes a clubes universitarios, semiprofesionales y profesionales. La recolección de datos se realizó mediante el cuestionario GEDECAFF, compuesto por 36 ítems distribuidos en cuatro dimensiones: interacción con el entrenador, instalaciones, servicio del personal e institucionalidad. Las respuestas se obtuvieron en una escala Likert de cinco puntos.

Resultados. Los resultados muestran que la interacción con el entrenador fue la dimensión mejor valorada (M = 4.34), lo que refleja una alta satisfacción con el acompañamiento técnico y la comunicación. En contraste, la institucionalidad obtuvo la puntuación más baja (M = 3.35), señalando debilidades en la gestión administrativa y organizacional de los clubes. Las instalaciones (M = 3.52) y el servicio del personal (M = 3.90) se ubicaron en niveles intermedios, lo que indica áreas de mejora, especialmente en infraestructura deportiva y apoyo operativo. También se observó que las diferencias entre niveles competitivos influyen en la percepción de calidad, pues las jugadoras profesionales tienden a valorar de manera más crítica las instalaciones y la gestión institucional.

Conclusiones. El estudio permitió identificar fortalezas y debilidades en los servicios deportivos ofrecidos por clubes de fútbol femenil en México. La interacción con el entrenador constituye un aspecto altamente valorado, mientras que la falta de institucionalidad evidencia un área crítica que limita el desarrollo del deporte. Mejorar la gestión administrativa, fortalecer las políticas institucionales y atender la infraestructura resultan acciones prioritarias para elevar la calidad de los servicios deportivos y garantizar un crecimiento sostenible y equitativo del fútbol femenil en el país. En este sentido, la investigación ofrece una base para futuras intervenciones que busquen fortalecer la profesionalización del fútbol femenil en México, incorporando una perspectiva de género en las políticas deportivas.

Referencias

Añorve, D. (2019). *Liga MX Femenil: Cambios domésticos, influencia internacional y desafío al statu quo*. Ediciones Eón; Universidad de Guanajuato.

Flores Fernández, Z. (2020). Mujer y deporte en México: Hacia una igualdad sustancial. *Retos, 37*(1), 222–226. https://doi.org/10.47197/retos.v37i37.71684

Ornelas Martínez, D. M. (2019). *Calidad percibida y satisfacción de los espectadores de la Liga MX Femenil*. Caso: Tigres Sinergia Deportiva, S.A de C.V. [Tesis de maestria]. Universidad Autónoma de Nuevo León. http://eprints.uanl.mx/id/eprint/16954

Padilla Urquidi, V. A., Morquecho-Sánchez, R., Pineda Espejel, H. A., Gadea Cavazos, E. A., Morales-Sánchez, V., & Pérez García, J. A. (2024). Diseño y validación del cuestionario de evaluación de la calidad percibida en la gestión deportiva del fútbol femenil. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 24*(1), 200–215. https://doi.org/10.6018/cpd.579421

Parasuraman, A., Zeithaml, V. A., & Berry, L. L. (1988). SERVQUAL: A multiple-item scale for measuring consumer perceptions of service quality. *Journal of Retailing, 64*(1), 12–37.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 274-278
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EVALUACIÓN DE LA CALIDAD PERCIBIDA Y LA SATISFACCIÓN DE LOS ESPECTADORES DE LA LIGA MX FEMENIL. CASO: CLUB TIGRES SINERGIA DEPORTIVA

Erika Alexandra Gadea Cavazos[1], Raquel Morquecho Sánchez[1], Verónica Morales Sánchez[2], José Alberto Pérez García[1], Mireya Medina Villanueva[1] y Diego Alejandro Arvizu Lozoya[1]

[1]Universidad Autónoma de Nuevo León, México, [2]Universidad de Málaga, España

egadea10@hotmail.com

Resumen. El presente estudio busca comprender cómo se relaciona la calidad que los espectadores perciben en un evento deportivo con su nivel de satisfacción al asistir a partidos de la Liga MX Femenil. Este trabajo retoma las bases planteadas por Ornelas en 2019, quien desarrolló uno de los primeros acercamientos metodológicos para evaluar la experiencia del espectador en el fútbol femenil profesional. A partir de la actualización de ese proyecto y del seguimiento realizado durante las temporadas 2022 y 2025, se observó un patrón claro: cuando el equipo muestra un desempeño competitivo alto ya sea por la obtención de títulos o por participar en escenarios de mayor exigencia la percepción de calidad por parte del espectador tiende a elevarse de manera notable. Los resultados también muestran que la infraestructura del estadio es uno de los elementos que más influye en cómo los asistentes valoran la calidad del evento. En segundo lugar, aparece el nivel competitivo del equipo, seguido por los componentes del espectáculo complementario, tanto antes como después del partido. Este último aspecto resulta especialmente importante para fomentar la fidelidad del espectador, pues contribuye a generar emociones positivas que motivan a regresar. En conclusión, los hallazgos permiten concluir que la calidad percibida tiene un impacto directo y significativo en la satisfacción del espectador. Cuando servicios como los accesos, la atención, el ambiente y las instalaciones cumplen o superan las expectativas, se construye una experiencia integral que fortalece el vínculo emocional con el club y promueve una relación más duradera con el equipo y la liga.
Palabras clave: fútbol, calidad percibida, satisfacción, gestión deportiva.

Introducción. El fútbol femenil ha experimentado un crecimiento sostenido tanto en México como a nivel internacional, consolidándose como un fenómeno deportivo, social y económico de gran relevancia. Su expansión no solo se refleja en el aumento de la participación de mujeres en el deporte, sino también en el creciente interés del público y de la industria del entretenimiento deportivo (FIFA, 2023). En este contexto, la Liga MX Femenil se ha posicionado como una de las competiciones con mayor proyección en América Latina, impulsada por incrementos significativos en asistencia, visibilidad mediática y profesionalización de sus estructuras. Diversas ligas internacionales, como la *FA Women's Super League* en Inglaterra y la *National Women's Soccer League* en Estados Unidos, han mostrado tendencias similares, evidenciando un auge global sin precedentes en el fútbol femenil (UEFA, 2022). Este crecimiento se ha visto acompañado por figuras deportivas que han elevado el nivel competitivo y mediático del deporte, como Alexia Putellas, dos veces ganadora del Balón de oro, cuyo impacto ha trascendido el terreno de juego (France Football, 2022). Asimismo, eventos como la copa mundial femenina de la FIFA 2023 alcanzaron cifras récord de audiencia, consolidando al fútbol femenil como un espectáculo de alto valor comercial y social (FIFA, 2023). En México, equipos como Tigres y Monterrey han logrado romper récords de asistencia en múltiples ocasiones, particularmente entre 2018 y 2019, lo que evidencia un creciente interés del público por el fútbol femenil profesional. Sin embargo, para sostener y potenciar este crecimiento, resulta fundamental comprender cómo los espectadores perciben la calidad del evento deportivo y cómo dicha percepción influye en su satisfacción y fidelización. De acuerdo con González et al. (2011), la percepción de calidad incide directamente en la lealtad del aficionado, la intención de asistir a futuros encuentros y la valoración global del espectáculo. A pesar de los avances, la literatura científica sobre la experiencia del espectador en las ligas femeniles sigue siendo limitada. Los estudios pioneros de Ornelas (2019) abrieron la discusión sobre la calidad percibida en eventos futbolísticos en México, pero aún persisten vacíos respecto a la evaluación sistemática de factores como infraestructura, accesibilidad, atención, ambiente, entretenimiento, gestión y comunicación. Por ello, el presente estudio desarrolla un análisis descriptivo longitudinal que retoma y actualiza el trabajo de Ornelas, con el propósito de identificar los elementos que determinan la satisfacción del público y aportar evidencia que fortalezca la gestión, el marketing y la experiencia del espectador de fútbol femenil en la Liga mexicana.

Metodología. La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cuantitativo, descriptivo y longitudinal, orientado a analizar la experiencia del espectador en eventos de fútbol femenil. La población estuvo conformada por los asistentes a los

partidos disputados en el estadio del Club Tigres, específicamente en encuentros de carácter «clásico» entre los dos equipos representativos de la ciudad de Monterrey, Nuevo León, México. Equipos más campeones y relevantes en la liga mx. Para la recolección de datos se empleó la encuesta ENCUVOL (García, García y González, 2014), la cual fue adaptada al contexto mexicano con el fin de garantizar su pertinencia cultural y lingüística. Posteriormente, el instrumento fue sometido a un proceso de validación mediante una prueba piloto, lo que permitió ajustar ítems, verificar su comprensión y asegurar la consistencia interna necesaria para su aplicación en el estudio longitudinal.

Resultados. Los resultados indican que, en relación con la accesibilidad y la infraestructura del estadio, en el 2019 y 2022 se obtuvieron porcentajes positivos a la calidad puntuando con 41% y con 34% de forma muy buena y buena. En contraste, en 2025 predominan las respuestas neutras, lo que sugiere una percepción menos favorable o una falta de mejora percibida en ese periodo. En 2019, la comodidad de los asientos, se sitúan los valores más altos se concentraron en las categorías neutra 30% y buena 28%, reflejando una percepción moderadamente positiva. Sin embargo, en 2022 y 2025 se observa un deterioro, con aumentos en las valoraciones negativas, en 2022, el 30% calificó como mala y 27% como muy mala; y en 2025, los porcentajes fueron 25% Mala y 28%, muy mala. Siguiendo con la infraestructura general y la limpieza Los resultados revelan que, en el año 2019, la mayoría de los encuestados se ubicó en la escala neutra con un 29%, seguida de la categoría buena con un 28%. Para el año 2022, se observa una mejora en la percepción, con 32% como buena y 24% en muy buena, lo que indica un aumento en la calidad en general. Sin embargo, en 2025 se registra un retroceso, ya que el 36% de los participantes mantuvo una percepción neutra, mientras que el 30% calificó la experiencia como mala, reflejando una disminución en la valoración positiva del evento. En la dimensión de servicios auxiliares como la seguridad, los resultados reflejan una percepción positiva por parte de los espectadores, concentrándose las valoraciones más altas en las categorías de «muy buena» y «buena», con un valor máximo del 38%. Esto sugiere que la mayoría de los asistentes se sintió segura durante su experiencia en el evento deportivo. Por último, la dimensión de la administración del club, indican que, en el año 2019, fue mayoritariamente positiva, con un 41%, calificándola como muy buena, el valor más alto registrado ese año. De forma similar, en 2022, la percepción se mantuvo favorable, destacando un 39% también en la categoría muy buena. Sin embargo, en 2025, los resultados preliminares reflejan un cambio negativo: el 30% de los participantes evaluó la administración como mala, lo que sugiere una caída en la percepción de la gestión del club. En cuanto a

la satisfacción del espectador en general con el club fue muy alta en 2019, con un 80% calificando como muy buena. En 2022, esta cifra descendió al 61%, y en 2025 predominó la insatisfacción, con 30% y 32% en las categorías mala y muy mala, respectivamente.

Conclusiones. Se concluye que el factor más determinante para la calidad percibida por los espectadores, En primer lugar, la infraestructura, en segundo el nivel del equipo, y otro aspecto sumamente importante es la calidad del espectáculo, previo o post partido. Hace fidelizar al cliente y regresar a volver a vivir las emociones positivas. El Nivel de satisfacción general de los asistentes a los partidos. El nivel de satisfacción muestra un deterioro, ya que en el año 2023 y 2024 se dieron las noticias de tener nuevo estadio, y aun no sucede. Así que los clientes ya están posicionados en expectativas altas para el nuevo recinto deportivo. Determinar la relación entre calidad percibida y satisfacción del espectador. La calidad percibida influye de manera directa y significativa en la satisfacción del espectador. Esta relación se basa en la idea de que cuando los asistentes perciben que los servicios ofrecidos (infraestructura, atención, ambiente, accesos, etc.) Cumplen o superan sus expectativas, se genera una experiencia emocional positiva que se traduce en satisfacción. Y en fidelización del cliente. (espectador). Algunas propuestas serian:

— Estrategias de personalización de gustos

— Mejorar el nivel del equipo

— Proporcionar mejor experiencia previa o post partido.

— Aumento de promociones

— Mejores días y horarios para los encuentros de la liga Mx Femenil

Referencias

Calabuig, F., & Crespo, J. (2009). Uso del método Delphi para la elaboración de una medida de la calidad percibida de los espectadores de eventos deportivos. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, *15,* 21–25.

Calabuig, F., Mundina, J., & Crespo, J. (2010). Eventqual: Una medida de la calidad percibida por los espectadores de eventos deportivos. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, *18,* 66–70.

Fonte, M., Guerrero, G., & Giráldez, R. (2004). *Diagnóstico y evaluación de la calidad de los servicios en la biblioteca de la Universidad de Matanzas «Camilo Cienfuegos»*. Universidad de Matanzas.

Navarro-García, A., Reyes-García, M. E., & Acebedo-González, J. (2014). Perceived quality and satisfaction of spectators in football. *Investigaciones Europeas de Dirección y Economía de la Empresa*, *20,* 87–94. https://doi.org/10.1016/j.iedee.2013.09.003

Morquecho Sánchez, R., Morales Sánchez, V., Ceballos Gurrola, O., & Medina Rodríguez, R. (2016). Cuestionario de evaluación de la calidad percibida en organizaciones de servicios deportivos universitarios (QUNISPORT V.MX). *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, *11*(2), 271–277.

Ornelas Martínez, D. M. (2019), *Calidad percibida y satisfacción de los espectadores, de la liga Mx femenil* [Tesis de Maestría]. Universidad Autónoma de Nuevo León. http://eprints.uanl.mx/id/eprint/16954

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 279-281
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL ROL DEL AUTOCONCEPTO EN LA IMAGEN DE MARCA DE FUTBOLISTAS PROFESIONALES MEXICANAS

María Fernanda León-Alcérreca, Raquel Morquecho-Sánchez, Rubén Ramírez Nava, José Alberto Pérez García, Mireya Medina Villanueva, Jorge Zamarripa Rivera

Universidad Autónoma de Nuevo León

raquel.morquechosn@uanl.edu.mx

Resumen. Durante los últimos años el fútbol *soccer* se ha valido de varias estrategias dentro de la búsqueda de un impacto social, deportivo y económico; dentro de dichas estrategias se encuentra la estrecha relación que el deporte ha mantenido con los medios de comunicación los cuales se han convertido en herramienta de su crecimiento; como consecuencia la creación de una imagen de marca, profesional o institucional que se proyecte a través de dichos medios dependerá de varios factores, los cuales pueden ser internos o externos. Los factores internos, dependen en su totalidad de la deportista, pueden manipularse a conveniencia logrando un desarrollo adecuado de la imagen de la persona sin perder la congruencia con el constructo conocido como autoconcepto. La muestra de este estudio comprendida por futbolistas profesionales con una media de edad 24.46 (DT = .658) brindo resultados posterior a evaluar el autoconcepto y la percepción del marketing en que en el ámbito profesional, que el perfil de una jugadora mexicana de fútbol *soccer*, está regido por la dimensión de atractivo físico del autoconcepto, principalmente porque al tener que mantener una imagen de marca que impacte al entorno social es necesario cumplir con ciertos estándares de belleza que pueden o no ser relativos al autoconcepto individual de la futbolista.

Introducción. Durante los últimos años el fútbol *soccer* se ha valido de varias estrategias dentro de la búsqueda de un impacto social, deportivo y económico; dentro de dichas estrategias se encuentra la estrecha relación que el deporte ha mantenido con los medios de comunicación los cuales se han convertido en herramienta de su crecimiento; como consecuencia la creación de una imagen de marca, profesional

o institucional que se proyecte a través de dichos medios dependerá de varios factores, los cuales pueden ser internos o externos.

Metodología. Se utilizó un diseño cuantitativo, no experimental, descriptivo, correlacional y de corte transversal. La muestra incluyó a 100 jugadoras de entre 18 y 37 años de edad, pertenecientes a clubes profesionales de la Liga Mx Femenil. La recolección de datos se realizó mediante la adaptación del cuestionario de Autoconcepto Físico (CAF), compuesto por 20 ítems distribuidos en cuatro dimensiones: Autoconcepto General, Autoconcepto Físico General, Atractivo Físico y Fuerza. Las respuestas se obtuvieron en una escala Likert de cinco puntos.

Resultados. De acuerdo con Gravetter y Wallnau (2020) la consistencia interna de un factor a través del coeficiente alfa de Cronbach dependiendo del número de ítems que lo compongan puede ser aceptado a partir de .60, por lo que la tabla 5 muestra la fiabilidad de los factores utilizando dicho coeficiente demostrando así la consistencia interna de la adaptación del instrumento para cuatro de los factores posterior a la eliminación de los ítems inconsistentes. La relación o asociación entre las variables de marketing deportivo y autoconcepto, únicamente tiene un valor significativo en la dimensión general del autoconcepto, esto puesto que es la dimensión que más depende del impacto de los factores externos que benefician o dañan el nivel multidimensional de la variable interna de la futbolista mexicana profesional, por lo tanto, una futbolista profesional considera que su autoconcepto:

1. La importancia la muestra da a tener un patrocinio deportivo involucrado en su desempeño deportivo.
2. La imagen de marca que las encuestadas pueden crear a partir de la figura pública que surge con la práctica deportiva profesional.
3. El autoconcepto se ve afectado por factores externos como lo son los medios de comunicación o prensa.

La teoría de relaciones menciona que para que exista una relación significativa debe poseer un valor de menor o igual a 0.05, por lo que como observamos en la tabla 3, existe una relación significativa entre la dimensión de autoconcepto general y la importancia que las encuestadas le dan tener un patrocinio deportivo involucrado en su desempeño deportivo.

Conclusión. Hay que considerar que el fútbol *soccer* femenil en México aún se encuentra en desarrollo, comparativamente con otros países como Estados Unidos, Francia o España que tienen más asentada esta rama del deporte; sin embargo esto se traduce como un área de oportunidad para evaluar las necesidades que posee

una futbolista a nivel de diversas variables psicológicas que responden ya no solo a un estímulo interno, personal o de ambiente de trabajo, sino que también reciben ciertos incentivos que pueden ayudar a mejorar no solo su práctica deportiva también el alcance y el apoyo que pueden obtener de un público que las considera un modelo a seguir.

Referencias

Avilés Vicente, R., & Blanco, J. M. (2019). Cambios en la percepción del autoconcepto fisico a lo largo de un ciclo de entrenamiento en corredores amateurs de edad adulta. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 14*(2), 126-132.

Cortés Montoya, D., & Noaba Benítez, R. R. (2022). *Propuesta de una definición integral de autoconcepto* [trabajo de grado]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

Fernández Guerrero, M., Feu Molina, S., Suárez Ramírez, M., & Suárez Muñoz, Á. (2020). Satisfacción e índice de masa corporal y su influencia en el autoconcepto físico. *Revista Española de Salud Pública, 94*, e201908058.

Garrido, C. M. C. (2015). Asociación del índice de masa corporal y dimensiones del autoconcepto general en usuarios de gimnasio. *Revista Iberoamericana de Producción Académica y Gestión Educativa, 2*(4).

Guerrero-Barona, E., Sánchez-Herrera, S., Moreno-Manso, J. M., Sosa-Baltasar, D., & Durán-Vinagre, M. Á. (2019). El autoconcepto y su relación con la inteligencia emocional y la ansiedad. *Psicología Conductual, 27*(3), 455-476.

Goñi Palacios, E. (2009). *El autoconcepto personal: estructura interna, medida y variabilidad*. Servicio Editorial de la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko.

Gravetter, F. J., & Wallnau, L. B. (2014). Introduction to the t statistic. En *Essentials of statistics for the behavioral sciences* (8.ª ed., pp. 2-52). Cengage Learning.

James, W. (1968). The self. En C. Gordon & K. J. Gergen (Eds.), *The self in social interaction* (Vol. 1). Wiley.

Pinilla Sepúlveda, V. E., Montoya Londoño, D. M., Dussán Lubert, C., & Hernández Botero, J. S. (2014). Autoconcepto en una muestra de estudiantes universitarios de la ciudad de Manizales. *Hacia la Promoción de la Salud, 19*(1), 114–127.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 282-285
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PATADA A SEGUIR. EVALUACIÓN LONGITUDINAL DE CREENCIAS, PERFECCIONISMO Y MOTIVACIÓN DE FUTBOLISTAS ADOLESCENTES EN BASE A SUS EXPECTATIVAS DE CARRERA

Yago Ramis[1], Marta Borrueco[1], Anna Jordana[1], José T. Mejías[1], Marina Garcia[1], Joan Pons[2]

[1]Universitat Autònoma de Barcelona, [2]Universitat de les Illes Balears

Yago.ramis@uab.cat, Marta.borrueco@uab.cat, Anna.Jordana.Casas@uab.cat, Josetomas.mejias@uab.cat, marina.garciasola@atuonoma.cat, joan.ponsb@uib.es

Introducción. Cada temporada, los clubes de fútbol tanto de las grandes ligas mundiales como aquellos clubes de perspectiva más formativa se enfrentan a la difícil decisión de elegir qué futbolistas de su cantera seguirán en el club y cuales deben dejarlo. A pesar de que esta realidad es común a la práctica totalidad de clubes de competición, la literatura nos indica que aproximadamente entre el 50 y el 60% de futbolistas en formación ignora (intencionalmente o no) esta posibilidad y mantiene expectativas de mantenerse una temporada más e incluso llegar a poder dedicarse profesionalmente al fútbol en el medio plazo (Jordana et al., 2022). Estas altas expectativas pueden considerarse como un indicador de autoconfianza, sin embargo, los datos en el fútbol español nos dicen que aproximadamente, menos del 10% de los juveniles de división de honor de las canteras de los grandes clubes logrará jugar en primera división (López-Chamorro et al., 2016). Estas circunstancias plantean que un elevado número de futbolistas deben afrontar la transición de junior a senior, considerada como la transición más demandante en la carrera deportiva (e.g., Stambulova et al., 2009) con altas probabilidades de vivenciar un proceso de deselección, reconocido como uno de los estresores principales en el deporte (e.g., Turner et al., 2019). Las últimas investigaciones en carrera deportiva y carrera dual en nuestro país incorporan la idea de que los entornos son corresponsables de la prevención de la salud mental de deportistas en transición (López de Subijana et

al., 2024). Concretamente, los proyectos HEDUCA (en carreras duales saludables) y HENAC (sobre entornos deportivos hacia el alto rendimiento) plantean una lógica longitudinal evaluando el acompañamiento a la carrera de los y las deportistas a lo largo del tiempo (e.g., Ramis et al., 2023). En base a esta lógica contextualizada y longitudinal nuestro trabajo tuvo como objetivo evaluar de manera descriptiva las expectativas de priorización del fútbol y la evolución de las creencias irracionales, perfeccionismo, motivación y salud mental de futbolistas en transición de junior a senior a lo largo de tres temporadas.

Método. Se recogieron datos de 885 futbolistas de clubes del territorio español en un primer momento, de estos se logró contactar con 357 una temporada después y con 115 la tercera temporada. De estos 115, las mujeres representaron el 16,4%. La edad de los y las futbolistas se ajusta a las categorías infantil, cadete y juvenil (M_{T1}=15,29; M_{T2}=16,33; M_{T3}=16,94). Del total, un 13% habían competido a nivel internacional, 49% a nivel nacional y un 37% en competiciones autonómicas. En las tres recogidas de datos y en base a estudios anteriores con versiones cortas de los cuestionarios (e.g., Ramis et al., 2023) se administró un paquete de instrumentos para evaluar las creencias irracionales de *Baja tolerancia a la frustración, Catastrofismo y Desvalorización* (iPBI-2; Turner y Allen, 2018); los factores perfeccionistas de *Estándares personales, Preocupación por los errores y Perfeccionismo del entrenador* (Sp-MPS2; Gotwals & Dunn, 2009); la autodeterminación mediante la *Motivación intrínseca, Regulación externa y Amotivación* (BRSQ2; Lonsdale et al., 2008) y; se evaluó la salud mental en base al *Funcionamiento social, Ansiedad y depresión y Pérdida de confianza y autoestima* (GHQ12; Sánchez-López y Dresch, 2008). Complementariamente y en base a los antecedentes (Jordana et al., 2022) evaluamos también la percepción de priorización del fútbol respecto a otros ámbitos de la vida en los tiempos 1, 2 y 3 así como su expectativa futura de dedicación a cinco años. Los agrupamos posteriormente en 5 categorías de dedicación *Fútbol exclusivo, Fútbol prioritario, Carrera Dual, Estudios prioritarios, Priorizando otros aspectos* que para simplificar la interpretación agrupamos en Fútbol Prioritario (FP), Carrera Dual (CD) y Fútbol no prioritario (FNP).

Resultados. El primer resultado destacable es la frecuencia y evolución de la priorización del fútbol respecto a otros ámbitos a lo largo de las tres recogidas de datos (ver figura online). En el T1 el 35% ya considera el fútbol como su ámbito prioritario respecto a un 59% que desarrolla una carrera dual y un 6% que considera sus estudios prioritarios. En el T2 los porcentajes tanto de quienes priorizan el fútbol como de aquellos que empiezan a considerarlo como no prioritario aumentan, reduciéndose los que desarrollan una Carrera Dual (FP_{T2}=45%; CD_{T2}=38%;

FNP_{T2}=16%). En el T3 la cantidad de futbolistas que priorizan el fútbol sigue aumentando (FP_{T3}=50%; CD_{T3}=43%; FNP_{T3}=9%) y aún lo hace de manera más exagerada en cuanto a la proyección de futuro (FP_F=71%; CD_F=18%; FNP_F=11%). En cuanto a la evolución de las variables objeto de estudio a lo largo de los 3 tiempos cabe destacar el aumento de la Desvalorización (T1=2,51; T2=2,59; T3=2,67), la Preocupación por los errores (T1=2,90; T2=2,96; T3=3,20), el Perfeccionismo del entrenador (T1=2,99; T2=3,09; T3=3,16) y el empeoramiento de las tres variables de Salud mental, a saber Funcionamiento Social (T1=5,53; T2=5,48; T3=5,36), Ansiedad y depresión (T1=2,71; T2=2,76; T3=2,84) y Pérdida de autoconfianza y autoestima (T1=2,13; T2=2,22; T3=2,42). No se observan tendencias claras en el resto de las variables. A nivel comparativo entre futbolistas que priorizan el fútbol y quienes no lo priorizan se observan mayores niveles de catastrofismo (M_p=3,76; M_{np}=4,06) y desvalorización (M_p=2,60; M_{np}=2,75), menores estándares personales (M_p=4,81; M_{np}=4,32) y preocupación por los errores (M_p=3,32; M_{np}=3,09), menor regulación externa (M_p=2,66; M_{np}= 2,28) y mayor amotivación (M_p=1,58; M_{np}=1,78) y peores indicadores de salud mental tanto en funcionamiento social (M_p=5,53; M_{np}=5,19), como en ansiedad y depresión (M_p=2,66; M_{np}=3,02) como en pérdida de confianza y autoestima (M_p=2,35; M_{np}=2,49) en quienes han decidido que el fútbol no será prioritario.

Conclusiones. En general los datos de la evolución de prioridades de los y las futbolistas de nuestro trabajo, pero sobre todo la proyección futura nos plantea que a lo largo del tiempo más y más futbolistas consideran que podrán priorizar el fútbol en detrimento de la carrera dual tal como sugerían estudios previos en la temática (e.g., Jordana et al, 2022; Ramis et al., 2023). Aunque en general esta población muestra una motivación intrínseca, altos estándares personales y un buen funcionamiento social, todos indicadores de buena salud mental, los niveles de baja tolerancia a la frustración, catastrofismo o ansiedad y depresión están por encima de lo esperable. Adicionalmente, las preocupaciones perfeccionistas y la percepción de presión externa (perfeccionismo del entrenador y regulación externa) aumentan y la salud mental evoluciona negativamente a lo largo del tiempo siendo quienes no consideran el fútbol prioritario los que presentan creencias más irracionales, menor perfeccionismo y peor salud mental. Estos resultados plantean la corresponsabilidad de las canteras de fútbol de primera división, entornos de alta exigencia, el trabajo de prevención y promoción de la salud mental reconociendo los sesgos y la irracionalidad respecto a la creencia de que *van a llegar* al máximo nivel. Debemos trabajar de manera coordinada para replantear el éxito en el deporte más allá del nivel competitivo que se logre alcanzar en la carrera deportiva.

Referencias

Chamorro, J. L., Torregrossa, M., Oliva, D. S., Calvo, T. G., & León, B. (2016). Future achievements, passion and motivation in the transition from junior-to-senior sport in Spanish young elite soccer players. *The Spanish Journal of Psychology, 19,* e69. https://doi.org/10.1017/sjp.2016.71

Gotwals, J. K., & Dunn, J. G. H. (2009). A multi-method multi-analytic approach to establishing internal construct validity evidence: *The Sport Multidimensional Perfectionism Scale 2*. *Measurement in Physical Education and Exercise Science, 13*(2), 71–92. https://doi.org/10.1080/10913670902812663

Jordana, A., Ramis, Y., Chamorro, J. L., Pons, J., Borrueco, M., De Brandt, K., & Torregrossa, M. (2022). Ready for failure? Irrational beliefs, perfectionism and mental health in male soccer academy players. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy*, *41,* 454-477. https://doi.org/10.1007/s10942-022-00491-x

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The behavioral regulation in sport questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *30*(3), 323–355. https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.323

López de Subijana, C., Conde, E., Ramis, Y., & Borrueco, M. (2024). Carrera Dual en España: el trabajo de las últimas décadas. *Revista Da ALESDE*, *16*(2). https://doi.org/10.5380/ra.v16i2.97923

Ramis, Y., Pons, J., Alcaraz, S., Pallarès, S., Viladrich, C., Muñoz-Justicia, J., & Torregrossa, M. (2023). Perfectionistic environments and irrational beliefs on the transition to elite athletic performance: A longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(8), 5561. https://doi.org/10.3390/ijerph20085561

Sánchez-López, M. D. P., & Dresch, V. (2008). The 12-item general health questionnaire (GHQ-12): Reliability, external validity and factor structure in the Spanish population. *Psicothema, 20*(4), 839–843.

Stambulova, N., Alfermann, D., Statler, T., & Côté, J. (2009). ISSP position stand: Career development and transitions of athletes. International *Journal of Sport and Exercise Psychology, 7*(4), 395–412. https://doi.org/10.1080/1612197X.2009.9671916

Turner, M. J. (2019). REBT in sport. En E. Bernard & W. Dryden (Eds.), *Advancing REBT Theory, Research and Practice*. Springer.

Turner, M. J., & Allen, M. S. (2018). Confirmatory factor analysis of the irrational *Performance Beliefs Inventory* (iPBI) in a sample of amateur and semi-professional athletes. *Psychology of Sport & Exercise*, *35*, 126–130. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.11.017

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 286-291
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA SALUD MENTAL DE LOS JÓVENES FUTBOLISTAS: LA REGULACIÓN EMOCIONAL COMO FACTOR MEDIADOR EN SU CAMINO HACIA EL PROFESIONALISMO

Jahel Molina[1,4], M. Carmen Pastor[2], Joan Pons[3], Miquel Torregrossa[1]

[1]GEPE - UAB, [2]MPAGER - UJI, [3]UIB, [4]Villarreal CF

jahelmolina@gmail.com

Introducción. Para esta investigación, la salud mental se entiende no solo como la ausencia de enfermedad, sino también como la capacidad de sentirse bien, funcionar adecuadamente en sociedad y tomar decisiones de manera efectiva, siguiendo el modelo de Keyes et al. (2002). Este modelo propone dos ejes de análisis, por un lado, la presencia o ausencia de enfermedad mental y, por otro, el nivel de salud mental o bienestar. Esta perspectiva implica que una persona puede presentar un alto nivel de salud mental sin estar completamente libre de síntomas, o, por el contrario, carecer de bienestar a pesar de no tener un diagnóstico clínico. De este modo, se subraya la importancia de considerar tanto las dimensiones positivas como las negativas del funcionamiento mental, reconociendo que la salud mental óptima implica más que la mera ausencia de enfermedad (Aalto et al., 2024). En este marco, la regulación emocional desempeña un papel fundamental en la protección de la salud mental (Pizevski y Rudolfsson, 2021). Se entiende como el conjunto de mecanismos mediante los cuales las personas modulan la intensidad, duración y expresión de sus emociones (Gross & Thompson, 2007). De acuerdo con este modelo teórico, existen cinco familias de procesos que componen la generación de emociones: selección de la situación, modificación de la situación, despliegue atencional, cambio cognitivo y modulación de la respuesta (Gross & Thompson, 2007). Los cuatro primeros procesos son de carácter antecedente, ya que ocurren antes de la generación de la emoción, mientras que la modulación de la respuesta

es un proceso centrado en la respuesta, que ocurre posteriormente. Nuestra investigación se enfoca en dos estrategias, una de cambio cognitivo, la reevaluación cognitiva (RC), y una de modulación de la respuesta, la supresión expresiva (SE). La RC implica modificar el significado de una situación para alterar su impacto emocional, mientras que la SE se basa en la inhibición de la expresión emocional. La evidencia científica indica que la RC se asocia con indicadores positivos de salud mental, como mayor autoestima, satisfacción con la vida, mejores relaciones sociales y menor sintomatología depresiva. En contraste, la SE se ha relacionado con resultados menos favorables, como mayor afecto negativo, más emociones desagradables y niveles más altos de estrés (Gross & John, 2003; Richards & Gross, 2000). Comprender y entrenar la regulación emocional es fundamental para promover el bienestar psicológico, especialmente en contextos de alta exigencia. El estudio de la regulación emocional adquiere especial relevancia en contextos de alta exigencia, como la transición hacia la élite deportiva, donde los jóvenes deben afrontar cambios significativos tanto en el ámbito personal como profesional. Se estima que menos del 10 % de los jugadores en categoría junior logran convertirse en profesionales (Dugdale et al., 2021). Este paso coincide con el tránsito de la etapa junior a la senior, e implica afrontar múltiples cambios dentro y fuera del campo: la llegada de la mayoría de edad (Wylleman, 2019), el paso de la educación obligatoria a la postobligatoria (Miró et al., 2018), expectativas poco realistas sobre la profesionalización (Ramis et al., 2023) y una incertidumbre constante respecto a la selección para competir (Torregrossa et al., 2016). Además, las academias de fútbol se caracterizan por ser entornos altamente exigentes y estresantes (McLoughlin et al., 2024), lo que dificulta que los jugadores expresen su malestar. En consecuencia, esta etapa representa un periodo de alta exigencia, incertidumbre y vulnerabilidad psicológica (Torregrossa et al., 2015). Pese a la relevancia de esta transición y su impacto en la salud mental, la investigación sobre la regulación emocional en futbolistas jóvenes sigue siendo limitada. La evidencia disponible sugiere que el desarrollo de estas habilidades podría tener un efecto significativo en el rendimiento y bienestar deportivo (Pizevski & Rudolfsson, 2021). Por tanto, los objetivos de esta investigación son: (1) determinar el número de jugadores en etapa juvenil que completan en el club su transición de junior a senior a lo largo de tres temporadas; (2) analizar la evolución de los niveles de salud mental y el uso de estrategias de regulación emocional de futbolistas juveniles durante el mismo período; y (3) examinar el papel predictivo de las estrategias de regulación emocional sobre la salud mental de los y las futbolistas en etapa juvenil a lo largo de tres temporadas.

Método

Participantes. La muestra estuvo conformada por jugadores pertenecientes a tres equipos juveniles de una academia de alto rendimiento durante la temporada 2020-2021. Uno de los equipos competía en categoría nacional y los otros dos en categoría división de honor juvenil.

Instrumentos. Se aplicó una batería de cuestionarios, junto con un formulario de datos sociodemográficos que permitió contextualizar la muestra. Entre los instrumentos administrados se incluyó el *General Health Questionnaire-12* (GHQ-12; Sánchez-López & Dresch, 2008), compuesto por 12 ítems agrupados en tres dimensiones: (a) funcionamiento social, que evalúa la capacidad para afrontar situaciones cotidianas y el bienestar general; (b) ansiedad y depresión, que mide indicadores de salud mental deficitaria a través de ítems relacionados con sintomatología característica de estas alteraciones afectivas; y (c) pérdida de confianza y autoestima, que evalúa la percepción de la propia valía. Asimismo, se administró el *Cuestionario de Regulación Emocional* (ERQ-CA; Pastor et al., 2019), el cual evalúa dos de las principales estrategias de regulación emocional en población infantil y adolescente: la reevaluación cognitiva, definida como la reinterpretación de la situación que genera la emoción con el fin de disminuir su impacto, y la supresión, entendida como la inhibición o reducción de la expresión emocional una vez experimentada la emoción.

Procedimiento. El estudio se llevó a cabo en el marco del proyecto de investigación *Carreras Duales Saludables* (HeDuCa), con seguimiento de los participantes durante tres temporadas consecutivas (2020/2021, 2021/2022 y 2022/2023). La recogida de datos se realizó de manera presencial en cada temporada, antes del inicio de los entrenamientos. Los cuestionarios fueron completados de forma individual a través del teléfono móvil personal de cada jugador. Una psicóloga estuvo presente durante todo el procedimiento para facilitar el acceso a los instrumentos, resolver dudas y garantizar la correcta cumplimentación. La administración se efectuó en una misma sala para cada equipo y el tiempo estimado de respuesta fue de aproximadamente 20 minutos.

Resultados. De los 68 jugadores que participaron inicialmente en la temporada 2020/2021, 28 (41,2 %) completaron las tres recogidas de datos realizadas durante las temporadas 2020/2021, 2021/2022 y 2022/2023. No se observaron diferencias estadísticamente significativas en los niveles de salud mental ni en el uso de estrategias de regulación emocional entre las tres temporadas. Las subescalas del

GHQ-12 y las estrategias evaluadas mediante el ERQ-CA permanecieron estables a lo largo de las tres temporadas. Los análisis de regresión lineal indicaron que el funcionamiento social del GHQ-12 se asoció positivamente con la reevaluación cognitiva en la temporada 2020/2021 (β =0.34, t=2.94, p=.005) y en la temporada 2021/2022 (β=0.40, t=2.45, p=.019), y se asoció negativamente con la supresión expresiva en la temporada 2020/2021 (β=−0.24, t=−2.05, p=.044). Por su parte, la subescala de ansiedad y depresión se relacionó positivamente con la supresión expresiva en las tres temporadas: 2020/2021 (β=0.48, t=4.37, p<.001), 2021/2022 (β=0.76, t=4.36, p<.001) y 2022/2023 (β=1.18, t=2.64, p=.018). Finalmente, la subescala de pérdida de confianza mostró una asociación positiva con la supresión expresiva en la temporada 2020/2021 (β=0.48, t=3.02, p=.004).

Conclusiones. La elevada pérdida muestral observada (58,8 %) refleja la dificultad de realizar un seguimiento longitudinal en academias de élite, donde muchos jugadores abandonan la práctica deportiva, cambian de club o concluyen el ciclo juvenil (Dugdale et al., 2021; Wylleman, 2019). Esta realidad subraya la complejidad de estudiar la transición de la etapa junior a la senior, un período caracterizado por cambios académicos, sociales y deportivos significativos (Miró et al., 2018; Ramis et al., 2023; Torregrossa et al., 2016). A pesar de la pérdida de participantes, los resultados muestran asociaciones consistentes entre las estrategias de regulación emocional y la salud mental de los futbolistas juveniles. La reevaluación cognitiva se vinculó con un mayor funcionamiento social, mientras que la supresión expresiva se asoció con niveles más altos de ansiedad y depresión, así como con menor confianza y autoestima. Estos hallazgos se alinean con estudios previos que indican que la reevaluación cognitiva favorece indicadores positivos de bienestar, mientras que la supresión expresiva se relaciona con resultados menos adaptativos (Gross & John, 2003; Richards & Gross, 2000). Desde la perspectiva de Keyes et al. (2002), la salud mental implica no solo la ausencia de enfermedad, sino también la capacidad de funcionar adecuadamente y mantener bienestar psicológico. En este sentido, la regulación emocional actúa como un mecanismo clave para modular la experiencia afectiva y el comportamiento, permitiendo a los futbolistas enfrentar las demandas de entornos altamente exigentes y estresantes (Gross & Thompson, 2007; McLoughlin et al., 2024). Los hallazgos resaltan la importancia de integrar programas de entrenamiento en regulación emocional en academias de fútbol, especialmente durante la transición de la categoría junior a senior. Fomentar la reevaluación cognitiva puede favorecer el bienestar psicológico, mejorar la capacidad de afrontamiento ante la incertidumbre y las expectativas competitivas, y, en consecuencia, influir de manera positiva en el rendimiento deportivo (Pizevski &

Rudolfsson, 2021; Torregrossa et al., 2016). En conjunto, los resultados aportan evidencia de que la regulación emocional está estrechamente vinculada con la salud mental y el bienestar de los futbolistas juveniles. Estrategias adaptativas como la reevaluación cognitiva no solo ayudan a reducir la sintomatología negativa, sino que también contribuyen al desarrollo integral de los jugadores en un contexto de alta exigencia y vulnerabilidad psicológica (Torregrossa et al., 2015; McLoughlin et al., 2024).

Referencias

Aalto, E. P., Pons, J., Alcaraz, S., Zamora-Solé, R., & Ramis, Y. (2024). Psychological and social factors associated with mental health of European dual career athletes: A systematic review. *European Journal of Sport Science*, *24*(12), 1844–1864. https://doi.org/10.1002/ejsc.12218

Dugdale, J. H., Sanders, D., Myers, T., Williams, A. M., & Hunter, A. M. (2021). Progression from youth to professional soccer: A longitudinal study of successful and unsuccessful academy graduates. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 31*, 73–84. https://doi.org/10.1111/sms.13701

Gross, J. J., & John, O. P. (2003). Individual differences in two emotion regulation processes: Implications for affect, relationships, and well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85, 348-362. https://doi.org/10.1037/0022-3514.85.2.348

Gross, J. J., & Thompson, R. (2007). Emotion regulation: Conceptual foundations. En J. J. Gross (Ed.), *Handbook of Emotion Regulation* (pp. 3-24). Guilford Press.

Keyes, C. L. M. (2002). The mental health continuum: From languishing to flourishing in life. *Journal of Health and Social Behavior, 43*, 207–222.

McLoughlin, E., Fletcher, D., Graham, H. L., Arnold, R., Madigan, D. J., Slavich, G. M., & Moore, L. J. (2024). Cumulative lifetime stressor exposure and health in elite athletes: The moderating role of perfectionism. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *22*(3), 553–571. https://doi.org/10.1080/1612197x.2022.2153203

Miró, S.L., Torregrossa, M., Regüela, S., Pérez-Rivases, A., & Ramis, Y. (2017). Competencias para la planificación de la carrera dual de deportistas de alto rendimiento. *Revista de Psicología del Deporte, 26,* 51–56.

Pastor, M. C., López-Penadés, R., Cifre, E., & Moliner-Urdiales, D. (2019). The Spanish version of the Emotion Regulation Questionnaire for Children and Adolescents (ERQ-CA): A psychometric evaluation in early adolescence. *The Spanish Journal of Psychology, 22,* e30. https://doi.org/10.1017/sjp.2019.30

Pizevski, C. & Rudolfsson, V. (2021). *Differences within emotional regulation frequency and perceived effectiveness amongst youth footballers* [Trabajo de fin de grado]. University of Halmstad.

Ramis, Y., Pons, J. R. I., Alcaraz, S., Pallarès, S., Viladrich, C., Muñoz-Justicia, J., & Torregrossa, M. (2023). Perfectionistic environments and irrational beliefs on the transition to elite athletic performance: A longitudinal study. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 20*(8), 5561. https://doi.org/10.3390/ijerph20085561.

Richards, J. M., & Gross, J. J. (2000). Emotion regulation and memory: the cognitive costs of keeping one's cool. *Journal of Personality and Social Psychology*, *79*(3), 410-424. https://doi.org/10.1037/0022-3514.79.3.410

Sánchez-López, M. del P., & Dresch, V. (2008). The 12-Item General Health Questionnaire (GHQ-12): Reliability, external validity and factor structure in the Spanish population. *Psicothema*, *20*(4), 839–843.

Torregrossa, M., Chamorro, J. L., & Ramis, Y. (2016). Transición de júnior a sénior y promoción de carreras duales en el deporte: una revisión interpretativa. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico, 1, 1–11.* https://doi.org/10.5093/rpadef2016a6

Torregrossa, M., Ramis, Y., Pallarès, S., Azócar, F., & Selva, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise*, *21*, 50-56.

Wylleman, P. (2019). An organizational perspective on applied sport psychology in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise, 42*, 89-99. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.01.008

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 292-294
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

«TIENE QUE ESTUDIAR PORQUE DEL FÚTBOL NO VIVIRÁ»: CREENCIAS DE LOS PADRES Y MADRES DE FUTBOLISTAS-ESTUDIANTES

Neus Ramos Agost, Miquel Torregrossa Álvarez, Anna Jordana Casas

Universitat Autònoma de Barcelona

neus.ramosa@autonoma.cat , Miquel.Torregrossa@uab.cat , Anna.Jordana.Casas@uab.cat

Introducción. La familia desempeña un papel fundamental en la vida de los deportistas jóvenes en formación, ya que actúa como un entorno que puede funcionar tanto como factor de protección como de riesgo. En el contexto de la carrera dual superior (CDS; Ramos-Agost et al., 2024), entendida como la combinación simultánea del desarrollo deportivo de alto rendimiento y los estudios universitarios, las exigencias no recaen únicamente sobre el deportista, sino también sobre su entorno familiar. Este estudio tiene como objetivo explorar las creencias que padres y madres de futbolistas-estudiantes sostienen respecto a la posibilidad de compaginar una carrera profesional en el fútbol con estudios superiores, así como analizar cómo dichas creencias pueden influir en la salud mental familiar y en el acompañamiento emocional durante el proceso. El marco conceptual se apoya en la reciente definición de CDS (Ramos-Agost et al., 2024) y en el análisis de las creencias compartidas como fenómenos sociales, dinámicos y emocionales que pueden tener un impacto significativo en los procesos de toma de decisiones (Ramos-Agost et al., 2025). Desde esta perspectiva, se asume que las creencias familiares individuales y colectivas pueden actuar como barreras o facilitadores en el desarrollo de una CDS saludable, dependiendo de su contenido, rigidez o flexibilidad emocional.

Método. Se empleó un diseño cualitativo de tipo fenomenológico, con un enfoque de caso único (Smith & Sparkes, 2016). Participaron 16 progenitores (padres y madres) de futbolistas-estudiantes vinculados al Villarreal C.F., organizados en dos

grupos focales. Las sesiones se estructuraron en torno a preguntas abiertas sobre sus experiencias, percepciones y necesidades respecto a la CDS de sus hijos. Los datos fueron analizados mediante un análisis temático reflexivo (Braun & Clarke, 2022), desde un enfoque pragmático centrado en la interpretación de las creencias individuales y colectivas emergentes. El análisis permitió identificar no solo los contenidos de las creencias, sino también los efectos que estas tienen en el bienestar familiar, la percepción de viabilidad de la CDS y el tipo de acompañamiento que los progenitores consideran posible o deseable.

Resultados. Los resultados se estructuraron en torno a tres grandes ejes temáticos: factores de riesgo, factores de protección y factores de prevención. En primer lugar, los factores de riesgo hacen referencia a aquellas creencias que, desde una perspectiva individual, generan malestar en los familiares y dificultan el acompañamiento durante la CDS. Entre ellas, se destacan la rigidez ante los cambios (por ejemplo, ante el paso a una modalidad de estudios online), el desgaste emocional derivado de las exigencias de la doble compaginación o de la distancia física y la falta de confianza en la posibilidad de realizar una CDS. Esta última se expresó en afirmaciones como «tiene que estudiar porque del fútbol no vivirá», que reflejan una creencia basada en el miedo y en la incertidumbre sobre el futuro profesional de sus hijos. En segundo lugar, se identificaron creencias compartidas de tipo adaptativo que funcionan como factores de protección, ya que favorecen el acompañamiento saludable y emocionalmente sostenido. Estas creencias incluyen una mayor aceptación de la realidad, el desarrollo de expectativas flexibles y una responsabilidad afectiva adaptativa. Por ejemplo, algunos participantes expresaron que, aunque desean que sus hijos triunfen en el fútbol, también valoran la importancia de que cuenten con alternativas profesionales a través de la formación académica. Asimismo, emergió la necesidad de que los propios padres y madres cuiden de su bienestar emocional para poder acompañar adecuadamente a sus hijos. En tercer lugar, se exploraron los factores de prevención, entendidos como recursos y estrategias que podrían ser promovidos por los clubes deportivos para favorecer la CDS desde una perspectiva familiar. Los progenitores señalaron la importancia de contar con orientación académica personalizada para ellos, formación sobre el estilo de vida del deportista de élite, espacios grupales donde pudieran compartir experiencias y talleres donde pudieran aprender habilidades emocionales y psicoeducativas. Se destacó que el club no debe centrarse únicamente en el apoyo al deportista, sino también incluir a las familias en sus programas formativos, reconociendo su papel fundamental en la creación de un entorno de contención emocional. Especialmente, se observó que, durante las dinámicas grupales, algunas propuestas de solución formuladas por de-

terminados padres y madres ayudaron a reducir el nivel de ansiedad y preocupación del resto del grupo, generando un efecto colectivo de racionalización emocional.

Conclusiones. El estudio pone de relieve la complejidad emocional que atraviesa la dinámica familiar a lo largo del desarrollo de la carrera dual superior. Las creencias familiares reflejan tensiones internas, como la contradicción entre el deseo de que los hijos estudien y el anhelo de que logren el éxito deportivo. En muchos casos, estas creencias se proyectan sobre los hijos como extensiones emocionales de las propias aspiraciones o miedos parentales. La frase «tiene que estudiar porque del fútbol no vivirá» emerge como un ejemplo significativo de una creencia que, aunque bien intencionada, puede generar presión, desconfianza y malestar emocional, condicionando la vivencia de la CDS. A partir de estos hallazgos, se concluye que las creencias familiares pueden actuar como un factor de riesgo cuando se sustentan en el miedo y la rigidez, pero también pueden convertirse en un potente factor de protección cuando promueven la flexibilidad, el acompañamiento emocional y la aceptación del proceso (King et al., 2023). Es necesario abordar la CDS desde una perspectiva integral que incluya al deportista, su familia y el club. La formación en competencias emocionales, la creación de espacios grupales de apoyo y el reconocimiento del papel activo de las familias en el desarrollo de carreras duales saludables son elementos clave para construir entornos de prevención eficaces. Los clubes deportivos tienen, por tanto, una oportunidad de liderazgo en este ámbito, con la finalidad de generar contextos más sostenibles tanto para los deportistas como para sus entornos más próximos.

Referencias

Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health*, *11*(4), 589-597. https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806

King, A. M., Turner, M. J., Plateau, C., & Barker, J. B. (2023). The socialisation of athlete irrational beliefs. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 41*(2), 290-313. https://doi.org/10.1007/s10942-022-00460-4

Ramos-Agost, N., Jordana, A., & Torregrossa, M. (2024). **És possible compaginar futbol professional i estudis superiors a partir dels 18 anys?** *Apunts. Educación Física y Deportes, 156*, 1–9. https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2024/2).156.01

Ramos-Agost, N., Jordana, A., & Torregrossa, M. (2025). «Si quieres ser profesional del fútbol no puedes estudiar»: Una intervención para debatir creencias. *Retos, 67*, 136–149. https://doi.org/10.47197/retos.v67.111997

Smith, B., & Sparkes, A. C. (2016). Interviews: Qualitative interviewing in the sport and exercise sciences. In B. Smith & A. C. Sparkes (Eds.), *Routledge handbook of qualitative research in sport and exercise* (pp. 103–123). Routledge.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 295-299
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

«PODRÍA HABER DISFRUTADO MÁS DE LA ADOLESCENCIA», PERSPECTIVA HOLÍSTICA DE LOS PROCESOS DE MIGRACIÓN INTERNA EN EL FÚTBOL URUGUAYO

Flavia Vique Bonino[1], Diego Pena Perg[1], Pilar Cristaldo Samudio[1], Miquel Torregrossa Alvarez[2]

1Universidad de la República, Centro Universitario Regional Litoral Norte, Polo de Salud Comunitaria, 2Universitat Autonoma de Barcelona, Institut de Recerca de l'Esport, Grup d'Estudis de Psicologia de l'Esport

flavia.vique@litoralnorte.udelar.edu.uy

Introducción. En Uruguay, hacer referencia al fútbol es hablar de un fenómeno cultural, que integra estilos de vida, componentes económicos y globalización. El fútbol en Uruguay genera un marco de interacción que ampara la heterogeneidad y genera subculturas que impactan en la conformación de identidades (Arocena, 2019; Mendiondo, 2012). El 68% de los deportistas federados practican fútbol, en tanto el país se ubica en el top -10 de los países que exportan jugadores de fútbol al exterior. Los clubes profesionales se encuentran en su mayoría en la capital del país (más del 80% en Montevideo) y si bien Uruguay es un país pequeño en territorio, la distancia más larga a Montevideo es de más de 600km, lo que implica un recorrido de más de 7hs en los transportes posibles. Junto a ello, es necesario reconocer la diversidad cultural de quienes habitan en las diferentes zonas geográficas (dado por ejemplo por la cercanía a fronteras con Brasil o Argentina). Impulsados por el sueño de «ser profesionales», la migración interna es una transición que forma parte del fútbol juvenil uruguayo y que ha sido escasamente explorada. Según datos proporcionados por la Organización de Fútbol del Interior (OFI), en el primer semestre el 2023 se solicitaron 522 traspasos de jugadores con edades entre 14 y 18 años, siendo 498 del fútbol masculino. Estos traspasos que implican procesos migratorios constituyen a la migración interna como una transición predecible y

holística (Torregrossa et al., 2022) por lo que es necesario conocer las vivencias de los adolescentes que, dejan su hogar familiar en edades tempranas para trasladarse a vivir a Montevideo con el consecuente impacto en su desarrollo vital. Aportes como los de Wylleman (2019) y Henriksen et al. (2023) señalan la necesidad de una mirada holística de estos procesos, para visibilizar su impacto en los proyectos de vida de los jóvenes. Como investigadoras/es junto a los aportes de Ryba et al. (2020) adoptamos la postura de una «psicología del deporte como praxis cultural», lo que nos lleva a explorar problemáticas psicosociales que son vividas como «naturalizadas» en los contextos que habitamos, y que nos interpelan en nuestra postula ético- política en la producción de conocimiento. En una primera etapa de la investigación (2023) los relatos de 10 adolescentes dan cuenta de las narrativas que promueven el «sueño de ser profesional» y como éstas inciden en los inicios y la migración temprana, sin contar con las condiciones adecuadas de acompañamiento. La llegada a la nueva ciudad se produce en forma abrupta y desorganizada, y se viven sentimientos de soledad y desamparo. Tanto en los inicios del deporte como en la migración a la nueva ciudad, la familia se configura como la principal red de apoyo (Vique et al., 2024). Los informantes de los entornos perciben que en los inicios del deporte hay carencias de herramientas, recursos y preparación que permitan priorizar el juego en vez de los resultados. En la migración interna también identifican carencias en cuanto a la preparación, ausencia de redes de contención, expectativas poco realistas, lo que impacta en la subjetividad del adolescente que se siente «fracasado» cuanto le toca volver a su lugar de origen (Vique, 2024). En la segunda etapa (2024) el objetivo fue realizar un seguimiento longitudinal de los adolescentes que han migrado a la capital del país y se encuentran en su segundo año, identificando (a) el impacto de la migración en el desarrollo psicosocial, (b) la percepción de apoyo de los entornos, (c) los significados que sostienen estos procesos.

Método. Seguimiento longitudinal a 10 jugadores entre 14 y 18 años que han migrado a la capital del país en el año 2023. Durante el 2024, se realizan entrevistas semiestructuradas a 6 de los 10 adolescentes y se seleccionan imágenes fotográficas representativas del primer año en la nueva ciudad. La generación de temas a partir de estos relatos permitió profundizar en las narrativas presentes en los entornos que los sostienen (Braun y Clarke, 2023), desde una perspectiva de construccionismo narrativo (Smith y Monforte, 2020). De los 10 adolescentes entrevistados el primer año, hay 2 que han retornado a su lugar de origen y no quieren ser entrevistados, y hay 2 que no se logran contactar por los medios disponibles en los registros de la investigadora.

Resultados. Los resultados se estructuran en 3 temas principales: a) este no es mi hogar, b) cuidar los palos y c) no soy el mismo. El primer tema «este no es mi hogar» se construye a partir de relatos que dan cuenta de una ruptura en la vida cotidiana que demanda estrategias de afrontamiento y adaptación a nuevas formas de convivencia, en algunos casos incluso se han producido cambios de vivienda en ese primer año. Las normas y reglas de los espacios que habitan (cuando se trata de casas de clubes u otras viviendas compartidas con otros jóvenes) son vividas desde el disciplinamiento y el control. Hay dificultades para compaginar la vida deportiva con la vida educativa, y la red de apoyo sigue siendo la familia y en algunos casos los nuevos amigos (compañeros de residencia), siendo escaso el apoyo técnico – profesional. La adaptación a los nuevos entornos es vivida como exigente, provocando estrés, sin contar con estrategias de cuidado de estos procesos; El segundo tema «cuidar los palos» integra relatos de los jóvenes que describen una distancia entre sus vivencias de la cancha de las que suceden en otros ámbitos. El fútbol se configura como causa de situaciones de malestar, por la necesidad de migrar y a la vez como escape de esas situaciones, y se instala la contradicción. Los jóvenes ocupan el lugar de deportistas, estudiantes y hasta trabajadores, dando cuenta de desigualdades que pautan los desarrollos. El entorno de la cancha sostiene la narrativa del éxito, lo que lleva a ocultar el sufrimiento como única posibilidad de continuidad. Pero al mismo tiempo, la nueva realidad se empieza a imponer como futuro incierto, el sueño parece empezar a deconstruirse, y el no evento se impone como un posible lo que no parece ser abordado y sostenido desde los entornos; En el tercer tema «no soy el mismo» podemos ver que la migración impacta en la construcción identitaria de estos adolescentes, identidad que se construye desde la intersección de desigualdades y en vivencias para algunos de que la única alternativa es el fútbol. La responsabilidad que asumen los hace sentirse «trabajadores» y se percibe una mayor autonomía, pero sintiendo que están perdiéndose de una etapa como es la adolescencia. Algunos de ellos que han regresado a su lugar de origen en este primer año, sienten que pueden volver a intentarlo en otro momento, con más edad, lo que contradice la narrativa de que siendo más jóvenes pueden tener más posibilidades de adaptarse a las demandas de los entrenamientos.

Conclusiones. La migración interna impacta en la vida de muchos adolescentes en el fútbol juvenil uruguayo, quienes, para alcanzar el sueño de ser profesionales, salen de su hogar familiar afrontando muchas veces situaciones de sufrimiento. La distancia con la que se perciben las vivencias dentro y fuera de la cancha se sostienen por narrativas de éxito fundadas en el impacto que el fútbol tiene como fenómeno cultural y económico. La falta de preparación previa de los adolescentes

junto a la falta de contención y preparación de los entornos deriva en condiciones de disciplinamiento y control que se configuran como desfavorables en tanto generan sufrimiento y dificultan la posibilidad de desarrollar un sentido de hogar en los nuevos espacios que habitan. Esto deriva en la vivencia de no lograr disfrutar de una etapa del desarrollo como es la adolescencia sin una perspectiva clara de hacia dónde van. Los entornos desarrolladores del fútbol juvenil en Uruguay son percibidos por los adolescentes como disfuncionales, en tanto no dan cuenta de una filosofía compartida, de decisiones colaborativas o de una preparación que permita a estos jóvenes transitar procesos de desarrollo deportivo y vital cuidados que permitan el desarrollo en bienestar y construcción de proyectos de vida alternativos al fútbol.

Sugerencias. Al ser la migración una transición predecible y holística, se sugiere ampliar la mirada desde perspectivas interdisciplinarias e interinstitucionales que aporten a mitigar los efectos de la migración temprana, fortaleciendo el rol de las instituciones en el cuidado de estos procesos. Preparar los procesos de migración interna, para que no sean consecuencia de voluntades individuales, a la vez que no se configuren como única alternativa posible para los proyectos de vida. Trabajar en la cultura organizacional (historias, costumbres, valores) y en la construcción de valores compartidos, en los que el disciplinamiento no sea la condición para la adaptación, ni el éxito deportivo este basado en el resultado como alternativa que silencia el sufrimiento. Una cultura que genere estrategias para contener y acompañar el sufrimiento que deriva de la migración, y de los cambios esperables de la adolescencia, y para construir, junto a estos adolescentes, narrativas que permitan ampliar las posibilidades en cuanto a los proyectos de vida.

Referencias

Arocena, F., Cristiano, J., Domínguez, P., Paternain, R., & Traverso, D. (2019). ¿Qué Significa el Fútbol en la Sociedad Uruguaya? Estuario Editorial.

Braun, V., & Clarke, V. (2023). Toward good practice in thematic analysis: Avoiding common problems and be(com) ing a knowing researcher. *International Journal of Transgender Health*, *Routledge*. *24*(1), 1-6. https://doi.org/10.1080/26895269.2022.2129597

Henriksen K., & Stambulova N. (2023). The social environment of talent development in youth sport. *Frontiers in Sports and Active Living, 5*, 1127151. https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1127151

Mendiondo, L. (2012) Algunos aportes sobre fútbol e identidades en Uruguay. En P. Arrighi, F. Faccio, J. Luzuriaga, L. Mendiondo, J. Osaba, M. Reisch & M. Romano (Eds.), *A romper la red: Abordajes en torno al fútbol uruguayo* (pp. 85–94). Estuario Editorial.

Ryba, T. V., Ronkainen, N. J., & Lee, S.-M. (2020). Historicising Cultural Sport Psychology: Dare we De-centre Methodological Eurocentrism? *Quaderns de Psicología 22(3)*. https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1566

Smith, B., & Monforte, J. (2020). Stories, new materialism and pluralism: Understanding, practising and pushing the boundaries of narrative analysis. *Methods in Psychology*, 2, 100016. https://doi.org/10.1016/j.metip.2020.100016

Torregrosa, M., & GEPE Team. (2022, julio). Rethinking and spreading career transition research. En *16th European Congress of Sport & Exercise Psychology* (Padova, Italia). https://www.researchgate.net/publication/362093823

Vique, F. (2024, noviembre 12). *II Seminário ibero-americano sobre dupla carreira acadêmica-esportiva: Migração e dupla carreira no futebol uruguaio: Uma abordagem a partir da interseccionalidade* [Video]. YouTube. https://www.youtube.com/watch?v=2X8v4Mnw6R0&t=7916s

Vique, F., Pena, D., & Torregrossa, M. (2024, septiembre). La iniciación temprana y su incidencia en la migración y carrera dual en el fútbol juvenil uruguayo. En *IX Congreso de la Asociación Latinoamericana de Estudios Socioculturales del Deporte (ALESDE)* (La Plata, Argentina).

Wylleman, P. (2019). A holistic and mental health perspective on transitioning out of elite sport. En *Oxford Research Encyclopedia of Psychology*. https://doi.org/10.1093/acrefore/9780190236557.013.189

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 300-301
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

RECOMENDACIONES A CLUBES PARA FACILITAR EL PROCESO MIGRATORIO DE LOS ENTRENADORES A LOS QUE CONTRATAN

Fran Herruzo, Anna Jordana, Miquel Torregrossa

Universitat Autònoma de Barcelona

fran.herruzotorres@gmail.com, anna.jordana.casas@uab.cat, miquel.torregrossa@uab.cat

Resumen. En las últimas décadas, la creciente movilidad geográfica en el deporte ha favorecido que tanto deportistas como entrenadores y otros profesionales desarrollen sus trayectorias fuera de sus países de origen (Herruzo et al., 2024; Ryba et al., 2016). Los entrenadores migrantes deben hacer frente, además de a los retos inherentes a su profesión, a aquellos asociados una transición cultural. Estudios previos (e.g., Hall et al., 2021; Samuel et al., 2020; Schinke et al., 2014), basados en el Modelo de Transición Cultural (Ryba et al., 2016) y el Modelo de Aculturación (Berry, 2005), han señalado tanto beneficios (e.g., crecimiento personal y profesional, mayor reconocimiento, mejora salarial) como costes (e.g., dificultades para adaptarse a nuevas mentalidades deportivas, limitaciones de autonomía profesional) de los procesos migratorios de los entrenadores.

En esta línea, Herruzo et al. (2025) analizaron las experiencias de seis entrenadores de fútbol españoles en países de la península arábiga, identificando facilitadores de la adaptación (e.g., experiencias migratorias previas, menor diferencia horaria con el país de origen, presencia de compatriotas en el proyecto) y barreras, entre las que destaca el papel que los propios clubes que los contratan ejercen como una de las principales barreras para su adaptación. También identificaron otras barreras para la adaptación como las diferencias culturales existentes o las dificultades para comunicarse como consecuencia de la barrera idiomática.

A partir de los resultados de este trabajo, se proponen una serie de recomendaciones prácticas dirigidas a los clubes que buscan facilitar el proceso de adaptación de los entrenadores a los que contratan, favoreciendo así el mantenimiento de una buena salud mental y, en consecuencia, un mayor rendimiento profesional. En la fase previa a la migración, se aconseja que los clubes establezcan un contacto inicial con los entrenadores en el que se proporcione información sobre el funcionamiento deportivo y sociocultural del país. También se recomienda que los clubes ofrezcan ayuda, durante esta fase, en la realización de los trámites burocráticos necesarios para que los entrenadores y sus familias se establezcan en el nuevo país, que se alineen expectativas y objetivos deportivos y que se exploren aspectos personales relevantes del entrenador. Una vez

en el país de destino, se recomienda facilitar figuras de apoyo, como traductores o referentes que puedan atender a las necesidades personales y profesionales de los entrenadores. Asimismo, se recomienda que los clubes traten de abrir espacios de comunicación informal que permitan fomentar relaciones sociales con entre los entrenadores recién llegados y los empleados locales del club. Estos espacios informales facilitarán la identificación de señales tempranas de malestar en los entrenadores. También se recomienda dar reconocimiento al esfuerzo adaptativo de los entrenadores y fomentar intereses fuera del fútbol que contribuyan a equilibrar su identidad profesional y social.

En definitiva, los clubes juegan un papel fundamental en los procesos de adaptación cultural de los entrenadores migrantes, por lo que un mayor compromiso organizacional en esta transición puede favorecer un mayor bienestar psicológico y un mayor rendimiento profesional en los entrenadores.

Referencias

Berry, J. W. (2005). Acculturation: Living successfully in two cultures. *International Journal of Intercultural Relations, 29*(6), 697–712. https://doi.org/10.1016/j.ijintrel.2005.07.013

Herruzo, F., Jordana, A., & Torregrossa, M. (2024). Transnacionalismo y procesos migratorios de entrenadores y entrenadoras profesionales: una revisión sistemática de mapeo. *Cultura, Ciencia y Deporte, 19*(61), e2118. https://doi.org/10.12800/ccd.v19i61.2118

Herruzo, F., Jordana, A., & Torregrossa, M. (2025). Where have I ended up? Migratory experiences of coaches in the Arabian Peninsula. *International Journal of Sports Science and Coaching*. https://doi.org/10.1177/17479541251334052

Ryba, T. V., Stambulova, N. B., & Ronkainen, N. J. (2016). The work of cultural transition: An emerging model. *Frontiers in Psychology, 7*, 427. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2016.00427

Samuel, R., Eldadi, O., Galily, Y. & Tenenbaum, G. (2020). Mobility and migration experiences of transnational coaches within the Israeli handball context. *Psychology of Sport and Exercise, 50*, 101853. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101853

Schinke, R., McGannon, K., Yukelson, D., Cummings, J., & Parro, W. (2014). Helping with the acculturation of immigrant elite coaches in Canadian sport contexts. *Journal of Sport Psychology in Action, 6*(1), 17-27. https://doi.org/10.1080/21520704.2014.981325

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 302-305
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

RETOS ÉTICOS Y BUENAS PRÁCTICAS EN LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE EN EL FÚTBOL

Alejo García-Naveira

División Estatal de Psicología del Deporte (COP-España). Universidad Villanueva

alejo.garcian@villanueva.edu

Introducción. La Psicología del Deporte se ha consolidado como un componente esencial en el fútbol contemporáneo, tanto para la mejora del rendimiento como para la promoción de la educación y del bienestar psicológico de las personas. Sin embargo, la Psicología del Deporte se enfrenta a crecientes dilemas éticos derivados del crecimiento de la especialidad, de la complejidad del entorno competitivo y de la interacción entre los integrantes de la población deportiva (jugadores, entrenadores, clubes y familias). Dentro de este contexto, se busca asegurar un ejercicio responsable, íntegro y respetuoso de la profesión de psicólogo del deporte. Su objetivo principal es proteger los derechos, la dignidad y el bienestar de los clientes, estableciendo pautas sobre la confidencialidad, la competencia profesional y la gestión de conflictos de interés. El presente trabajo analiza los principales retos éticos a los que se enfrentan los psicólogos del deporte en el entorno futbolístico, así como las buenas prácticas para garantizar una intervención profesional responsable y sostenible.

Método. El análisis se fundamenta en el marco normativo vigente, como el Código Deontológico de la Psicología (COP-España) y la Legislación Nacional (Ley de Protección de datos personales; Ley de protección al menor: LOPIVI; Ley del Deporte; y Normativas Sanitarias), así como en una revisión bibliográfica sobre la temática y en la experiencia aplicada del autor en clubes y academias de fútbol.

Resultados. La práctica de la Psicología del Deporte en el fútbol enfrenta un conjunto de dilemas éticos que ponen de manifiesto la tensión entre las demandas de

jugadores, entrenadores, directivos y familias, y los principios profesionales que guían la labor del psicólogo del deporte. Entre los desafíos más recurrentes destacan la confidencialidad de la información, la obtención de un consentimiento informado adecuado, la presión institucional por resultados inmediatos, la necesidad de actuar con honestidad y sin conflicto de intereses, el ejercicio dentro de los propios límites profesionales con formación acreditada y actualizada (Experto en Psicología del Deporte, COP-España), el riesgo de manipulación o control conductual, la confusión de roles e intrusismo, la intervención con menores y la exposición mediática. La incorporación de nuevas tecnologías y el auge de la intervención online han añadido complejidad a estos dilemas, al multiplicar los canales de comunicación, su gestión y los riesgos de filtración de información.

Conclusión. Para afrontar los retos éticos en la Psicología del Deporte aplicada al fútbol se propone un conjunto de buenas prácticas que deben guiar la intervención profesional del psicólogo del deporte:

1. Conocer y aplicar el código deontológico y la normativa vigente. Junto a estas prácticas, se subraya la importancia de fortalecer la formación ética continua, la supervisión profesional y la revisión por pares. Asimismo, se enfatiza la necesidad de integrar la formación ética en programas de grado y posgrado, sensibilizar a entrenadores, dirigentes, deportistas y familiares sobre el valor de la ética como garantía de rendimiento saludable y sostenible.

2. Se recomienda fomentar un consentimiento informado entendido como un proceso continuo que trascienda la mera firma de un documento, garantizando la autonomía del deportista en todas las fases de la intervención. Además, en el caso de trabajar con menores de edad, se requiere firmar el consentimiento informado por parte de ambos progenitores (padre y madre) o tutores legales.

3. Resulta imprescindible establecer protocolos claros para definir quién es el cliente principal, qué información puede compartirse y cómo se delimitan los roles desde el inicio. Del mismo modo, es necesario negociar expectativas con los distintos actores implicados, documentar rigurosamente la intervención, asegurar la transparencia y proteger la confidencialidad como principio ético fundamental.

4. Mantener registros profesionales protegidos. Los psicólogos del deporte deben recoger solo los datos necesarios, obtener consentimiento informado, garantizar confidencialidad y seguridad, respetar los derechos del

cliente y notificar cualquier brecha de datos. Por ejemplo, los psicólogos deben guardar la información de los clientes en archivos seguros (cerrados con llave o digitales protegidos) y solo accesibles a personal autorizado. Los expedientes se conservan generalmente al menos 5 años desde la última intervención, y los de menores hasta que alcancen la mayoría de edad, tras lo cual deben eliminarse de manera segura.

5. El psicólogo del deporte debe posicionarse como garante del bienestar integral del deportista, incluso frente a presiones externas, priorizando la salud mental y física por encima del rendimiento inmediato o la «voluntad de ganar».
6. Promover la creación de protocolos éticos en clubes y federaciones. El psicólogo del deporte, junto con otros profesionales, contribuye a promover normas, valores y conductas adecuadas, supervisando su cumplimiento, fomentando el respeto y el bienestar de las personas, y colaborando en la prevención de conflictos o conductas inapropiadas, así como el fomento del trabajo interdisciplinar.
7. El psicólogo del deporte debe capacitarse en técnicas de intervención online, incluyendo plataformas seguras y metodologías efectivas, para poder ofrecer apoyo a sus clientes de manera remota. Además, debe conocer la legislación vigente y los canales oficiales de intervención, garantizando que su práctica cumpla con normas éticas, legales y de protección de datos.
8. El psicólogo del deporte colabora con los medios de comunicación de manera ética y legal, protegiendo la confidencialidad, la imagen y el bienestar psicológico de los clientes, evitando divulgar información sensible sin autorización, entre otras cuestiones.

En conclusión, el abordaje ético en la Psicología del Deporte no es opcional, sino una condición indispensable para prevenir malas praxis, proteger a las personas, consolidar la legitimidad profesional y construir entornos deportivos saludables y sostenibles.

Referencias

Arora, N. K., Kleinert, J., Renström, P., & Ljungqvist, A. (2023). Good Scientific Practice and Ethics in Sports and Exercise Research. *Sports Medicine*, *53*, 13–24. https://doi.org/10.3390/sports11020047

Cantón, E. (2016). La especialidad profesional en Psicología del Deporte. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, *1*(1), 1-12. https://doi.org/10.5093/rpadef2016a2

Colegio Oficial de la Psicología de España. (2015). *Código deontológico del psicólogo*. https://www.cop.es/index.php?page=codigodeontologico

Consejo General de la Psicología de España (2024). *Acreditación nacional. Psicólogo experto en psicología del deporte*. https://www.acreditaciones.cop.es/

Consejo Superior de Deportes. (s.f.). *Normativa de gestión de instalaciones deportivas (Normas UNE)*. https://www.csd.gob.es/es/csd/instalaciones/politicas-publicas-de-ordenacion/normativa-tecnica-de-instalaciones-deportivas/normativa-de-gestion-de

Feddersen, N. B. (2023). Introducing empowered consent to deal with the current challenges in sport psychology practice. *Journal of Clinical Sport Psychology, 18*(2), 185–193. https://doi.org/10.1123/jcsp.2022-0060

García-Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: Aportaciones y retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, *31*(3), 259-268.

Ley 33/2011, de 4 de octubre, General de Salud Pública. (2011). *Boletín Oficial del Estado*. https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2011-15623

Ley Orgánica 8/2021, de 4 de junio, de protección integral a la infancia y la adolescencia frente a la violencia. (2021). *Boletín Oficial del Estado*. https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2021-9347

Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del deporte. (2022). *Boletín Oficial del Estado*. https://www.boe.es/diario_boe/txt.php?id=BOE-A-2022-24430

Ley Orgánica 3/2018, de 5 de diciembre, de protección de datos personales y garantía de los derechos digitales. (2018). *Boletín Oficial del Estado*. https://www.boe.es/buscar/pdf/2018/BOE-A-2018-16673-consolidado.pdf

Reglamento (UE) 2016/679 del Parlamento Europeo y del Consejo, de 27 de abril de 2016, relativo a la protección de las personas físicas en lo que respecta al tratamiento de datos personales y a la libre circulación de estos datos (Reglamento General de Protección de Datos). (2016). *Diario Oficial de la Unión Europea*. https://www.boe.es/doue/2016/119/L00001-00088.pdf

Watson, J. C., Way, W. C., & Hilliard, R. C. (2017). Ethical issues in sport psychology. *Current Opinion in Psychology, 16*, 143-147. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.008

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 306-307
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL ENTRENAMIENTO MENTAL INTEGRATIVO EN UN EQUIPO DE FÚTBOL

Guillermo Dellamary

Sociedad Mexicana de Psicología del Deporte

dellamary@gmail.com

En mi participación en el congreso de Psicología del Deporte y Fútbol destaqué la relevancia de un aspecto que suele pasar desapercibido cuando se habla del rendimiento de un equipo: la cohesión grupal y la compatibilidad de personalidades. Más allá de las posiciones tácticas en el campo o de la preparación física, lo que verdaderamente marca la diferencia es la calidad de las relaciones humanas que se gestan al interior del grupo.

Señalé que la armonía entre los jugadores y, particularmente, entre los líderes, resulta decisiva para generar un equilibrio emocional y psicológico que multiplica la fuerza mental del equipo. Cuando la convivencia se basa en la confianza, el respeto y la adecuada complementariedad de perfiles, la sinergia se traduce en un desempeño colectivo superior. Esta fuerza mental compartida se convierte en una ventaja competitiva que no se consigue únicamente con técnica o táctica, sino con un delicado trabajo en la esfera de las relaciones interpersonales. Así, la psicología del deporte nos invita a mirar más allá de la preparación individual y considerar la arquitectura del grupo como un organismo vivo. El liderazgo no puede ejercerse desde la imposición, sino desde la capacidad de integrar y potenciar las distintas personalidades. Un equipo que logra esta cohesión construye resiliencia, enfrenta mejor la adversidad y responde con mayor creatividad en momentos críticos del juego.

Como lo plantea Albert Carron, uno de los investigadores más influyentes en este campo, «la cohesión es la fuerza total que mantiene a los miembros de un grupo unidos en la búsqueda de objetivos comunes» (Carron, 1982). Precisamente, mi ex-

posición enfatizó que fomentar esa cohesión, trabajando con inteligencia emocional y equilibrio de liderazgos, no es un lujo ni un detalle menor, sino una de las tareas fundamentales para alcanzar la excelencia deportiva.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 308-313
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA INTERACCIÓN ENTRE LA ORIENTACIÓN A LA TAREA Y LA ORIENTACIÓN AL EGO SOBRE LA CALIDAD DE LA MOTIVACIÓN: UN ESTUDIO LONGITUDINAL EN FÚTBOL BASE

Lorena González-García[1], Natalia Martínez-González[1], Alba Carrillo-Marín[1], Verónica Morales[2] y Francisco L. Atienza-González[1]

[1]Unidad de Investigación de Psicología del Deporte, Universitat de València, [2]Universidad de Málaga

lorena.gonzalez@uw.es, natalia.martinez@uw.es, alba_cm5@hotmail.com, vomorales@uma.es, francisco.l.atienza@uw.es

Introducción. Los informes actuales revelan que durante la temporada 2023-2024 se federaron en España 867.438 niños, niñas y jóvenes (Real Federación Española de Fútbol, 2024). En todos los niveles deportivos, y muy especialmente en el deporte base, se destaca la importancia de que los deportistas estén bien, se desarrollen como personas y como deportistas y que jueguen al fútbol porque realmente disfrutan haciéndolo. Por este motivo, las diferentes personas que rodean a los y las jóvenes deportistas, tanto los entrenadores, como los directivos de los clubes y los familiares, buscan que los chicos y las chicas que juegan al fútbol tengan una motivación de calidad. De acuerdo con la teoría de la autodeterminación (SDT, *Self-Determination Theory*, por sus siglas en inglés; Deci y Ryan, 1985; Ryan y Deci, 2000, 2017), la palabra motivar significa etimológicamente «mover», es el porqué de nuestra conducta y refleja cómo se comportan las personas, qué piensan y cómo se sienten respecto a algún aspecto de su vida en concreto. Desde la SDT se defiende que las razones o los motivos por los cuales un deportista practica su deporte pueden ordenarse a lo largo de un continuo que va desde los motivos de menor calidad hasta los motivos de mayor calidad. En el extremo de menor calidad se encuentra la ausencia de motivación, después se sitúan los motivos asociados a la motivación controlada, también considerados de baja calidad, y en el extremo

de mayor calidad se encuentra la motivación autónoma. El estudio de los antecedentes de la motivación se ha centrado en la teoría de las metas de logro (AGT, *Achievement Goal Theory*, por sus siglas en inglés; Ames, 1992; Nicholls, 1989) que defiende que aquellos deportistas que juzgan su competencia en función de su esfuerzo, su mejora y la adquisición de maestría (denominado orientación disposicional a la tarea), desarrollan una motivación más autónoma y de mayor calidad, mientras que cuando tienden a equiparar su competencia a la muestra de superioridad (denominado orientación disposicional al ego), esto les lleva a desarrollar una motivación más controlada o a la ausencia de motivación. En este sentido, diversas investigaciones basadas en la AGT y en la SDT han confirmado que cuando los deportistas están altamente orientados a la tarea muestran una motivación de mayor calidad (más autodeterminada o autónoma), mientras que cuando los deportistas se orientan al ego muestran una motivación de menor calidad, como la motivación controlada o la no motivación (p. ej., Duda & Nicholls, 1992; Harwood et al., 2008). El objetivo del presente estudio consiste en analizar la interacción entre la orientación disposicional de meta a la tarea y la orientación disposicional de meta al ego en la predicción de la motivación de jóvenes jugadores y jugadoras de fútbol base utilizando un análisis longitudinal.

Método

Participantes. Los participantes del estudio fueron 569 jugadores y jugadoras de fútbol base con edades comprendidas entre los 12 y los 19 años (M = 14.32; DT = 1.21) que competían en las categorías infantil, cadete y juvenil de diferentes escuelas de fútbol de la provincia de València. Estos jugadores completaron los cuestionarios autoinformados en dos momentos diferentes de una temporada deportiva. Concretamente 876 deportistas contestaron el cuestionario al principio de la temporada y 569 lo hicieron también al final de la temporada.

Instrumentos

Orientaciones disposicionales de meta. Para evaluar las orientaciones disposicionales de meta se utilizó la versión española (Balaguer et al., 1996) del *Cuestionario de Orientaciones de Meta en el Deporte* (TEOSQ) (Duda, 1989; Duda y Nicholls, 1992). El cuestionario está compuesto por 13 ítems, siete ítems evalúan la orientación a la tarea de los jugadores (p. ej., «Me siento con más éxito en el fútbol cuando entreno realmente duro») y seis ítems evalúan la orientación al ego de los jugadores (p. ej., «Me siento con más éxito en el fútbol cuando yo puedo hacerlo mejor que mis ami-

gos»). La escala de respuesta es de tipo Likert de 5 puntos, donde 1 es *totalmente en desacuerdo* y 5 *totalmente de acuerdo*.

Motivación. Las regulaciones motivacionales de los deportistas se evaluaron mediante una versión abreviada en español (Viladrich et al., 2013) del *Cuestionario de Regulación Conductual en el Deporte* (BRSQ) (Lonsdale et al., 2008). El cuestionario está formado por 13 ítems que se agrupan en motivación autónoma (5 ítems, p. ej., «Juego al fútbol en este equipo porque me gusta»), motivación controlada (4 ítems, p. ej., «Juego al fútbol en este equipo porque me siento presionado por los demás para seguir haciéndolo») y no motivación (4 ítems, p. ej., «Juego al fútbol en este equipo, aunque me pregunto por qué continúo»). La escala de respuesta es de tipo Likert de 5 puntos, donde 1 es *totalmente en desacuerdo* y 5 es *totalmente de acuerdo*.

Procedimiento. La investigación fue aprobada por el Comité de Ética de Investigación en Seres Humanos de la Universitat de València (número de aprobación: 023-MAG-2683518). La selección de los participantes se realizó mediante un muestreo aleatorio entre los equipos de fútbol de la provincia de València. Una vez seleccionados los equipos, los investigadores contactaron con los directores deportivos de cada escuela para presentar la investigación y solicitar su colaboración. Tras obtener su consentimiento, los investigadores y las escuelas deportivas fijaron las fechas de administración de los cuestionarios. Previamente a la recogida de la información se solicitó la colaboración voluntaria de las familias o tutores legales a través de un consentimiento informado que debían completar antes de distribuir los cuestionarios a los jugadores. La recogida de información se realizó en las instalaciones deportivas de las diferentes escuelas de fútbol.

Resultados. Los resultados de los modelos analizados mostraron que la interacción entre las orientaciones disposicionales de meta fue significativa. Si nos centramos en la motivación autónoma, se observa que cuando la orientación a la tarea al principio de la temporada es baja, la motivación autónoma al final de la temporada se sitúa por debajo de la media (M=4.37) y disminuye aún más conforme aumenta la orientación al ego. Esto sugiere que, en ausencia de una alta orientación a la tarea, una mayor orientación al ego empeora la motivación autónoma (es decir, reduce la motivación basada en el interés y la satisfacción personal). Sin embargo, cuando la orientación a la tarea al principio de la temporada es alta, la motivación autónoma al final de la temporada se encuentra por encima de la media y aumenta independientemente de que incremente la orientación al ego. Este patrón indica que una alta orientación a la tarea no solo favorece una mayor motivación autón-

oma, sino que también amortigua el efecto negativo de la orientación al ego sobre la motivación. Atendiendo a la motivación controlada de los deportistas, los resultados indican que cuando la orientación a la tarea al principio de la temporada es baja, la motivación controlada al final de la temporada está por encima de la media (M=2.13), y además aumenta conforme la orientación al ego es mayor. Esto indica que cuando los jugadores tienen baja orientación a la tarea, una alta orientación al ego favorece la motivación controlada, es decir, juegan más por presiones externas u obligaciones. Cuando la orientación a la tarea al principio de la temporada es alta, la motivación controlada se mantiene por debajo de la media y tiende a disminuir levemente conforme crece la orientación al ego. Esto sugiere que una alta orientación a la tarea protege frente a los efectos de una alta orientación al ego, manteniendo bajos niveles de motivación controlada. En resumen, una alta orientación a la tarea se asocia con niveles más bajos de motivación controlada, incluso cuando la orientación al ego es elevada. Por último, si nos centramos en la no motivación, los resultados indican que cuando la orientación a la tarea al principio de la temporada es baja, la no motivación al final de la temporada se sitúa por encima de la media (M=2.01) y, además, aumenta aún más conforme aumenta la orientación al ego. Es decir, cuanto más se orientan los jugadores al ego y menor orientación a la tarea tienen, más elevada es su no motivación. Sin embargo, cuando la orientación a la tarea al principio de la temporada es alta, la no motivación al final de la temporada se sitúa por debajo de la media y tiende a disminuir ligeramente conforme aumenta la orientación al ego. Esto sugiere que un alto nivel de orientación a la tarea amortigua los efectos negativos de una orientación al ego elevada sobre la no motivación. En otras palabras, una alta orientación a la tarea actúa como factor protector: incluso si los jugadores tienen una fuerte orientación al ego. Mantener una alta orientación a la tarea se asocia con niveles más bajos de no motivación.

Conclusiones. Estos hallazgos sugieren que, en ausencia de una fuerte orientación a la tarea, una alta orientación al ego al inicio de temporada puede disminuir la calidad de la motivación al final de temporada. Sin embargo, cuando los deportistas tienen una alta orientación a la tarea (cuando se esfuerzan por mejorar, cuando se sienten competentes cuando muestran que adquieren maestría y se desarrollan deportivamente), esto los lleva a que independientemente de su nivel de orientación al ego, tengan mayor motivación autónoma, menor motivación controlada y menor no motivación. Estos resultados nos llevan a resaltar la importancia de fomentar la orientación a la tarea entre los deportistas, ayudándoles a que cuando practican fútbol se interesen por aprender y por desarrollar maestría en su deporte, animándolos a esforzarse continuamente y a dar lo mejor de sí mismos. Por otra

parte, también es importante evitar que los y las futbolistas desarrollen una alta orientación al ego. Para ello, es necesario que los entrenadores y otras personas implicadas en la práctica deportiva de los jóvenes eviten las comparaciones entre jugadores, el uso de elogios y recompensas cuando los deportistas lo hacen mejor que los demás o la valoración de la competencia de los deportistas únicamente en función de los resultados. También deben abstenerse de mostrar desagrado o castigar a los deportistas cuando cometen fallos, ya que los errores forman parte de su proceso de aprendizaje.

Proyecto subvencionado CIAICO/2021/248 titulado «Entorno social y funcionamiento óptimo: Un estudio longitudinal en fútbol base». Conselleria de Educación, Universidades y Empleo. Generalitat Valenciana.

Referencias

Ames, C. (1992). Achievement goals, motivational climate, and motivational processes. En G. C. Roberts (Ed.), *Motivation in Sport and Exercise* (pp. 161-176). Human Kinetics.

Balaguer, I., Castillo, I., & Tomás, I. (1996). Análisis de las propiedades psicométricas del Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ) en su traducción al castellano. *Psicológica*, *17*, 71–81.

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic Motivation and Self-Determination in Human Behavior*. Plenum Press. http://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7

Duda, J. L. (1989). The relationship between task and ego orientation and the perceived purpose of sport among male and female high school athletes. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *11*, 318–335.

Duda, J. L., & Nicholls, J. G. (1992). Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology*, *84*(3), 290–299. https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290

Harwood, C., Spray, C. M., & Keegan, R. (2008). Achievement goal theories in sport. En T. S. Horn (Ed.), *Advances in Sport Psychology* (3rd ed., pp. 157–185). Human Kinetics.

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The behavioral regulation in sport questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *30*, 323–355. https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.323

Nicholls, J. G. (1989*). The competitive ethos and democratic education*. Harvard University Press.

Real Federación Española de Fútbol. (2024). *Licencias: Fútbol, Fútbol sala, Fútbol playa*. Memoria de Actividades 2023-2024.

Ryan, R. M. & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68

Ryan, R. M., y Deci, E. L. (2017). *Self-determination theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Publications.

Viladrich, C., Appleton, P. R., Quested, E., Duda, J. L., Alcaraz, S., Heuzé, J. P., & Ntoumanis, N. (2013). Measurement invariance of the behavioural regulation in sport questionnaire when completed by young athletes across five European countries. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*, 384–394. https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.830434

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 314-318
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

TRANSFERENCIA DE ESTRATEGIAS PSICOLÓGICAS DE BALONCESTO AL FÚTBOL: OPTIMIZACIÓN DEL RENDIMIENTO A TRAVÉS DE LA OBSERVACIÓN DIRECTA, ANÁLISIS DE CUESTIONARIOS Y COMPORTAMIENTOS INFLUYENTES EN EL RENDIMIENTO DEPORTIVO

José Manuel Jiménez Moure

Universitat Carlemany (UCMA), Universidad Internacional de Valencia (VIU) y Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte

orbishealthspain@gmail.com

Introducción. El presente trabajo aborda las estrategias psicológicas desarrolladas en un equipo de baloncesto profesional que compite en la Liga Femenina de Baloncesto (máxima categoría del baloncesto femenino español) y la manera de como transferirlas al ámbito del fútbol profesional, con el objetivo de optimizar el rendimiento deportivo mediante herramientas de observación, análisis y planificación integral. El interés de la investigación reside en comprobar la aplicabilidad de recursos psicológicos —ya validados en contextos de alta competición en baloncesto— en la dinámica del fútbol, deporte que comparte con el baloncesto altos niveles de exigencia táctica, física, emocional y social.

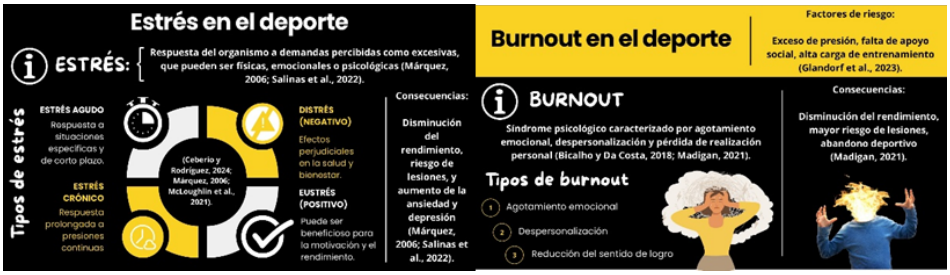
Objetivos. Optimizar el trabajo de observación directa desde una perspectiva integral (técnica, táctica, física y psicológica) y analizar la utilidad de la transferencia de estas estrategias al fútbol profesional.

Método. Durante mis prácticas de máster se emplearon tres estrategias principales de recogida de información y análisis:

1. Observación directa de entrenamientos y partidos, con un enfoque integral que incluía dimensiones técnicas, tácticas, físicas y psicológicas.

2. Cuestionarios estructurados, aplicados a jugadoras y evaluados conjuntamente con el cuerpo técnico, con el fin de explorar capacidades técnico-tácticas, físicas y psicológicas, así como indicadores de autoconfianza, liderazgo y toma de decisiones bajo presión.
3. Informes individuales y grupales, elaborados a partir de los datos obtenidos, donde se señalaron fortalezas, debilidades y propuestas de intervención específicas.

Además, se profundizó en variables psicológicas críticas como la gestión del estrés (eustrés y distrés), la prevención del *burnout* y la influencia del clima motivacional en el rendimiento colectivo.



En el trabajo con las jugadoras, se utilizaron diversas estrategias para fomentar la autoconfianza, la concentración y el control emocional en situaciones de alta presión. Por ejemplo, se les pidió que visualizaran jugadas defensivas exitosas del último partido y repitieran afirmaciones clave como «soy una defensa sólida» o «puedo anticipar el pase» antes de los partidos. Asimismo, se implementaron técnicas de respiración para reducir o aumentar la activación, como los ejercicios 6-4-8 y 8-1-2-1, con el fin de ajustar el ritmo cardíaco y mejorar la concentración en situaciones de juego.

Resultados. Los resultados pusieron de manifiesto que:

— La observación directa sistematizada permitió identificar con precisión comportamientos influyentes en la dinámica grupal, tales como la comunicación, la cohesión y el liderazgo.

— El análisis de cuestionarios facilitó un diagnóstico individual más ajustado, mejorando la retroalimentación hacia las jugadoras y el staff técnico.

— Los informes personalizados sirvieron como herramienta de planificación, integrando el componente psicológico en el diseño de entrenamientos técnicos, tácticos y físicos.



Asimismo, se evidenció que la transferencia de estas estrategias al fútbol permite ajustar la preparación deportiva de manera más objetiva y detallada, reforzando la autoconfianza y la toma de decisiones en situaciones de presión.

Discusión y líneas futuras. Los resultados obtenidos ponen de relieve la utilidad de trasladar metodologías psicológicas del baloncesto profesional al ámbito del fútbol. La observación directa y los cuestionarios permitieron recoger información valiosa sobre dinámicas grupales y rendimiento individual, lo que contribuyó a mejorar la comunicación entre jugadoras y cuerpo técnico. Sin embargo, es importante destacar que la evaluación de ciertas variables —como la atención, la concentración, la autoconfianza, la toma de decisiones o el nivel de profesionalismo, entre otras— resulta compleja y está sujeta a un alto grado de subjetividad. La falta de instrumentos completamente objetivos para medir estas variables constituye una limitación del presente trabajo. La inclusión de conceptos como el estrés y el *burnout*, aunque no estén expresamente recogidos en el título o en el objetivo inicial, se justifica porque surgieron de manera recurrente en la observación y en los informes del psicólogo del deporte. Estas variables representan factores de riesgo que impactan directamente en el rendimiento, la motivación y la salud psicológica de las jugadoras, y su consideración resulta fundamental para lograr una visión integral. De cara a futuras investigaciones, sería recomendable:

— Desarrollar instrumentos más precisos y objetivos para evaluar determinadas variables.

— Comparar la efectividad de estas estrategias en diferentes deportes colectivos (fútbol, balonmano, voleibol) para comprobar la validez de la transferencia interdisciplinar.

— Analizar longitudinalmente cómo la gestión del estrés y la prevención del *burnout* inciden en la evolución del rendimiento durante la temporada.

Las pautas proporcionadas a las jugadoras, aunque no se mencionaron específicamente en el título ni el objetivo inicial, fueron esenciales para integrar los recursos psicológicos en la dinámica de equipo, mejorando no solo el rendimiento individual, sino también la cohesión grupal. La repetición de palabras clave y la visualización de jugadas tuvieron un impacto positivo en la autoconfianza y en la toma de decisiones durante los momentos críticos del juego. Sin embargo, como se mencionó, medir de manera objetiva la efectividad de estas técnicas sigue siendo un desafío, especialmente en relación con la atención y la concentración.

Conclusiones. La experiencia muestra que la aplicación de estrategias psicológicas empleadas en el baloncesto profesional resulta viable y beneficiosa en el contexto del fútbol. En particular, la combinación de observación, cuestionarios y elaboración de informes constituye una metodología útil para:

— Optimizar la planificación de la temporada.

— Favorecer la comunicación entre deportistas y cuerpo técnico.

— Prevenir factores de riesgo como el *burnout* o la ansiedad competitiva.

Estos hallazgos abren la puerta a futuros estudios comparativos que profundicen en la transferencia interdisciplinar de recursos psicológicos entre deportes colectivos.

Referencias

Bertollo, M., Filho, E. & C. Terry., P. C. (Eds.) (2024). *Avances en el entrenamiento de habilidades mentales*. OrbisHealth.

Keegan, R. (2020). *Being a sport psychologist*. Bloomsbury Publishing.

Mellalieu, S., & Hanton, S. (Eds.) (2008). *Advances in applied sport psychology. A review*. Routledge.

Ponce Hernández, A. (2017). *Programa práctico para futbolistas. Habilidades psicológicas en el fútbol*. INAF.

Taberner, M., Allen, T., O'Keefe, J., Chaput, M., Grooms, D. R., & Cohen, D. D. (2025). Evolving the control-chaos continuum: Part 2—Shifting attention to progress on-pitch rehabilitation. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy*.

Taberner, M., Spencer, N., Murphy, B., Antflick, J., & Cohen, D. D. (2023). Progressing on-court rehabilitation after injury: the control-chaos continuum adapted to basketball. *Journal of Orthopaedic & Sports Physical Therapy,* 53(9), 498-509. https://www.jospt.org/doi/10.2519/jospt.2023.11981

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2024). *Foundations of sport and exercise psychology* (8ª ed). Human Kinetics.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 319-320
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CUERPOS Y MENTES AL LÍMITE: COMPRENDIENDO EL *BURNON* EN ENTRENADORES

Regina Brandão

Universidade São Judas, São Paulo, Brasil

mrfbrandao@gmail.com

Introducción. El *burnon*, ha emergido como un fenómeno actual y crítico en el ámbito corporativo pero que se aproxima del contexto deportivo, afectando no solo fundamentalmente a los entrenadores. Conocido como un síndrome de agotamiento y desgaste profesional, es una condición en la que las personas están constantemente al borde del agotamiento y del colapso, pero siguen trabajando y manteniendo la productividad y el éxito. A diferencia del burnout, aquellos con *burnon* no pueden separarse del trabajo. Los afectados por el *burnon* siguen corriendo cómo en una «ruedas de hámster», lo que puede provocar una depresión crónica o una enfermedad por agotamiento. Este estudio se centra en los factores que contribuyen al *burnon* en entrenadores, así como las manifestaciones de este síndrome en su bienestar físico y mental. A medida que la presión por obtener resultados aumenta, es fundamental comprender cómo manejar el estrés y prevenir el agotamiento en estos profesionales.

Método. Se llevó a cabo una investigación cualitativa mediante entrevistas semiestructuradas a 185 entrenadores de fútbol. Fueron hechas 4 preguntas: ¿qué sientes en los momentos previos a los juegos?; ¿qué sientes durante los juegos?; ¿Qué sientes después de los juegos?; ¿Sientes que estás constantemente tan involucrado(a) y comprometido(a) con tus actividades como entrenador(a) que, aun sintiéndote física o mentalmente exhausto(a), tienes dificultad para desacelerar o desconectar del trabajo? Los datos fueron analizados mediante un enfoque temático, permitiendo la identificación de patrones de respuestas.

Resultados. Los resultados revelaron cuatro patrones recurrentes de respuestas: perfeccionismo, sobre-exigencia, fenómenos psicosomáticos e impacto en el bienestar y que el 75% de los entrenadores entrevistados presentó síntomas significativos de *burnon*, especialmente en las dimensiones emocionales, físicas y relacionales con crisis de confianza, miedo al fracaso, nervios a flor de piel, ansiedad/depresión, bajo control emocional, frustración y presión sobre las expectativas

Conclusiones. Si concluye que el *burnon* es una condición seria que puede afectar significativamente la calidad de vida y el desempeño laboral del entrenador y que los entrenadores no tienen el monopolio de la salud mental y no son inmunes a las enfermedades emocionales.

Referencias

Brandão, R., Lopes Angelo, D., Mastrocola, A. P., Manzini, M., Hupfer, B., Villas Boas Junior, M., ... Tutte Vallarino, V. (2024). Bioecology and sport: Linking theory and practice. *Cogent Social Sciences, 10*(1), 2402831. https://doi.org/10.1080/23311886.2024.2402831

Brandão, R., Polito, L. F., Hernandes, V., Correa, M., Mastrocola, A. P., Oliveira, D., Oliveira, A., Moura, L., Villas Boas Junior, M., & Angelo, D. L. (2021). Stressors in indoor and field Brazilian soccer: Are they perceived as distress or eustress? *Frontiers in Psychology, 12,* 623719. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.623719

Gucciardi, D. F., Hanton, S., & Fleming, S. (2017). Are mental toughness and mental health contradictory concepts in elite sport? A narrative review of theory and evidence. *Journal of Science and Medicine in Sport*, *20*(3), 307–311. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.08.006

Wildt, B., & Schiele, T. (2021). *Burn on: Immer kurz vorm burn out* [Burn on: Always on the brink of a burnout]. Droemer Knaur.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 321-323
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRE LA DEDICACIÓN Y EL ESTRÉS: ANÁLISIS DEL COMPROMISO DEPORTIVO Y EL *BURNOUT* EN ENTRENADORES DE FÚTBOL DE SUDAMÉRICA

Mario Reyes–Bossio

Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas, Lima, Perú

mario.reyes@upc.pe

Introducción. En el contexto latinoamericano, los entrenadores enfrentan condiciones laborales caracterizadas por recursos limitados, salarios bajos, escaso reconocimiento institucional y poco apoyo organizacional (Cunha et al., 2014; Franciosi et al., 2022). Estas circunstancias los sitúan como un grupo particularmente vulnerable, cuya situación ha sido insuficientemente estudiada desde una perspectiva que considere conjuntamente el compromiso y el *burnout* profesional. El presente estudio analizó el compromiso deportivo y el *burnout* en entrenadores de fútbol de Sudamérica. El análisis se sustentó en el Modelo de Compromiso Deportivo (Scanlan et al., 1993) y el modelo de *burnout* propuesto por Raedeke (1997), ambos ampliamente utilizados en estudios recientes sobre salud mental en entrenadores (Dišlere et al., 2025; Frost et al., 2023).

Método. Participaron 87 entrenadores provenientes de Perú, Uruguay, Venezuela y otros países, con edades entre 19 y 68 años, en su mayoría hombres y vinculados tanto al deporte convencional como al paradeporte. Se utilizaron instrumentos validados: el *Sport Commitment Questionnaire-2* (SCQ-2, Sánchez-Miguel et al., 2019), el *Coach Burnout Questionnaire* (CBQ, Harris, 2005) y el *Maslach Burnout Inventory–General Survey* (MBI-GS, Salanova et al., 2000).

Resultados. Los resultados mostraron que el disfrute deportivo se asoció negativamente con el agotamiento emocional, la disminución del logro y la desvalorización

de la práctica. Este patrón coincide con investigaciones que destacan el poder del disfrute y la motivación intrínseca como factores protectores frente al *burnout* en profesionales del deporte (Gustafsson et al., 2017; Isoard-Gautheur et al., 2016). Asimismo, el apoyo social mostró relaciones negativas con los indicadores de agotamiento y positivas con la realización personal, coherente con hallazgos recientes que subrayan el valor del soporte interpersonal para mitigar estrés y fatiga emocional en entrenadores y docentes (Frost et al., 2023). En contraste, la percepción de otras oportunidades externas se relacionó de manera positiva con todas las dimensiones del *burnout*, reforzando la idea de que la evaluación de beneficios y costos influye en la permanencia y compromiso profesional (Lonsdale et al., 2009). Cuando los entrenadores perciben alternativas externas más atractivas, su motivación para continuar y su bienestar suelen verse afectados.

Conclusión. En conjunto, los hallazgos evidencian la necesidad de fortalecer factores motivacionales positivos, como el disfrute y el apoyo social, para promover el bienestar psicológico y reducir el *burnout* en entrenadores que operan en contextos altamente demandantes como el fútbol sudamericano.

Referencias

Cunha, E., da Rosa, M., Bicca, J., & Oliveira, G. (2014). Síndrome de *Burnout*: um estudo com professores de Educação Física. *Movimento, 20*(2), 519-539.

Dišlere, B. E., Mārtinsone, K. y Koļesņikova, J. (2025). A scoping review of longitudinal studies of athlete burnout. *Frontiers in Psychology, 16*, 1502174. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1502174

Franciosi, A. P., Testa, S., & Both, J. (2022). Evaluación del Síndrome de *Burnout* de profesores de Educación Física según variables sociodemográficas. *Lecturas: Educación Física y Deportes*, *27*(292), 19-35. https://doi.org/10.46642/efd.v27i292.3137

Frost, J., Walton, C. C., Purcell, R., Fisher, K., Gwyther, K., Kocherginsky, M., & Rice, S. M. (2024). The Mental Health of Elite-Level Coaches: A Systematic Scoping Review. *Sports Medicine - open, 10*(1), 16. https://doi.org/10.1186/s40798-023-00655-8

Frost, J., Walton, C. C., Purcell, R., & Rice, S. M. (2023). Supporting The Mental Health Of Elite-Level Coaches Through Early Intervention. *Arthroscopy, Sports Medicine, and Rehabilitation, 5*(4), 100734. https://doi.org/10.1016/j.asmr.2023.04.017

Gustafsson, H., DeFreese, J. D., & Madigan, D. J. (2017). Athlete burnout: Review and recommendations. *Current Opinion in Psychology, 16*, 109–113. https://doi.org/10.1016/j.copsyc.2017.05.002

Harris, B. S. (2005). *Coach and athlete burnout: The role of coaches' decision-making style* [Tesis doctoral, West Virginia University]. https://researchrepository.wvu.edu/etd/10887

Isoard-Gautheur, S., Trouilloud, D., Gustafsson, H., & Guillet-Descas, E. (2016). Associations between the perceived quality of the coach–athlete relationship and athlete burnout: An examination of the mediating role of motivation. *Psychology of Sport and Exercise, 22*, 210-217. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.08.003

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective. *Journal of Sports Sciences, 27*(8), 785–795. https://doi.org/10.1080/02640410902929366

Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 19*(4), 396-417. https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.396

Salanova, M., Schaufeli, W. B., Llorens Gumbau, S., Peiró Silla, J. M., & Grau Gumbau, R. M. (2000). Desde el burnout al engagement: ¿una nueva perspectiva? *Journal of Work and Organizational Psychology, 16*(2), 117-134.

Sánchez-Miguel, P. A., Chow, G. M., Sousa, C., Scanlan, T. K., Ponseti, F. J., Scanlan, L., & García-Mas, A. (2019). Adapting the Sport Commitment Questionnaire-2 for Spanish Usage. *Perceptual and Motor Skills, 126*(2), 267-285. https://doi.org/10.1177/0031512518821822

Scanlan, T. K., Carpenter, P., Simons, J., Schmidt, G., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 15*(1), 1-15. https://doi.org/10.1123/jsep.15.1.1

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 324-325
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRENADORES MAGNÉTICOS

Dra. Verónica Tutte

Universidad Católica del Uruguay

vtutte@ucu.edu.uy

Introducción. El concepto de *entrenador magnético* emerge como una propuesta teórico-aplicada para comprender nuevas formas de liderazgo deportivo que integran dimensiones emocionales, comunicacionales y humanas del proceso de entrenamiento. En el contexto del fútbol actual caracterizado por alta presión competitiva, exposición pública y demandas crecientes de gestión grupal, resulta fundamental analizar cómo ciertos entrenadores logran generar conexiones profundas con sus deportistas, promoviendo climas de confianza, cohesión y motivación (Borrueco et al., 2020). El entrenador magnético se distingue por liderar con propósito, mostrar coherencia entre su discurso y sus acciones, y desarrollar un estilo comunicacional claro, positivo y orientado tanto al rendimiento como al crecimiento humano. El modelo también reconoce que este magnetismo no es estático; se ve influido por factores personales, contextuales y emocionales, situándose en un continuo entre la inspiración y el desgaste. En este sentido, el *burnout*, entendido desde su definición clásica de agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal (Maslach & Jackson, 1986) constituye un riesgo significativo para la salud psicológica del entrenador y para la calidad de su liderazgo (Valadez Jiménez et al., 2019). Como contracara positiva, el engagement (Schaufeli et al., 2002) ofrece un marco para comprender la energía, dedicación y absorción que caracterizan a los entrenadores que logran sostener su propósito y bienestar.

Resultados. La presentación identifica cinco claves prácticas para promover un magnetismo saludable: (1) autoconocimiento emocional, (2) gestión consciente de

la carga mental, (3) conexión con el propósito personal a través de herramientas como el Ikigai, (4) prácticas regenerativas que incluyan descanso activo y límites saludables, y (5) mentoría entre entrenadores como red de apoyo profesional (Sartore et al., 2023). Asimismo, se propone que la formación de entrenadores magnéticos en contextos de alto rendimiento requiere integrar la dimensión humana y científica del liderazgo, evaluar periódicamente indicadores de desgaste y compromiso, y desarrollar comunidades de práctica que favorezcan el aprendizaje colaborativo. En conjunto, este enfoque invita a repensar el rol del entrenador como un agente de desarrollo integral que deja huellas saludables en sus deportistas.

Referencias

Borrueco, M., Ramis, Y., Pallarès, S. & Cruz, J. (2020). Aplicación del modelo de las 5Cs para la formación de entrenadores: Un ejemplo de práctica basada en la evidencia. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico, 5*(1), Artículo e8. https://doi.org/10.5093/rpadef2020a3

Maslach, C. & Jackson, S. E. (1986) MBI: *Maslach Burnout Inventory. Manual Research Edition*. Palo Alto: University of California, Consulting Psychologists Press.

Sartore, M., Buisine, S., Ocnarescu, I. y Joly, L.-R. (2023). An integrated cognitive-motivational model of ikigai (purpose in life) in the workplace. *Europe's Journal of Psychology, 19*(4), 387–400. https://doi.org/10.5964/ejop.9943

Schaufeli, W.B., Salanova, M., González-Romá, V. y Bakker, A. (2002). The measurement of burnout and engagement: A confirmatory factor analytic approach. *Journal of Happiness Studies, 3*, 71-92.

Valadez Jiménez, A., Uribe Alvarado, J., Vacio Muro, M. & Torres-López, T. (2019). Relación entre situaciones generadoras de estrés, burnout y afrontamiento en entrenadores deportivos. *Revista de Psicología del Deporte, 28*(2), 161–168.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 326-328
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA TRAS LCA CON UNA JUGADORA PROFESIONAL DE FÚTBOL SALA

Luis Miguel Ramos Pastrana[1], Rafael Sánchez Ruiz[2], Beatriz Moreno Fenoll[1]

[1]Real Murcia C.F., [2]Universidad de Murcia

luismiguel.ramos@um.es, rafael.sanchezr@um.es, beatriz.m.f@um.es

Introducción. La lesión del LCA es una de las más graves y frecuentes (Ruiz-Pérez et al., 2019) y con mayor riesgo en mujeres (Hong et al., 2023). La respuesta psicológica puede desenmascarar o desencadenar problemas de salud mental (Kiliç et al., 2018) y la recuperación física y mental no siempre coinciden (Xiao et al., 2023). El objetivo de este trabajo fue presentar una intervención psicológica durante la rehabilitación del LCA con una jugadora profesional de fútbol sala.

Método. Tanto la evaluación como el tratamiento se basó en el protocolo «*Psycholight*» de Olmedilla-Zafra & García-Mas (2023). Fue una intervención TCC de 15 sesiones con técnicas como la reestructuración cognitiva, la relajación, la visualización o el establecimiento de objetivos. Las variables evaluadas fueron el dolor, el perfeccionismo, la calidad del sueño, los estados de ánimo, variables de salud mental y la disposición psicológica al RTP. La participante fue una jugadora profesional de fútbol sala de 22 años con logros deportivos importantes y antecedentes de lesiones en tobillos y rodillas.

Resultados. A medida que las sesiones avanzaban se produjo un descenso de la percepción del dolor y el catastrofismo, así como una mejora en las variables de salud mental y calidad del sueño. Además, la jugadora logró el perfil de iceberg deseable (Morgan, 1980) en los estados de ánimo y una buena disposición psicológica al RTP en el momento del alta médica. Finalmente, los resultados se mantuvieron en los seguimientos de 3 y 6 meses después del alta médica.

Discusión. En general, los resultados van en la misma dirección que otras intervenciones (Brewer et al., 2022: Coronado et al., 2020). Es importante trabajar estas variables de salud mental, ya que afectan a la eficacia de la fisioterapia (Slepian et al., 2014), y lograr una adecuada disposición psicológica al RTP, la cual se relaciona con el riesgo a recidivas, el rendimiento posterior y es una de las razones para no volver al deporte (Correa et al., 2023; Longo et al., 2023).

Conclusiones. Los resultados obtenidos y la valoración positiva de la jugadora sobre la intervención realizada demuestran los beneficios experimentados durante el proceso de rehabilitación del LCA y la posterior vuelta deportiva. Del mismo modo, se hace necesario mejorar la eficiencia y aplicabilidad dentro de los protocolos convencionales junto al resto de profesionales de la salud.

Referencias

Brewer, B. W., Van Raalte, J. L., & Cornelius, A. E. (2022). An interactive cognitive-behavioural multimedia program favourably affects pain and kinesiophobia during rehabilitation after anterior cruciate ligament surgery: An effectiveness trial. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, *20*(4), 1133-1155. https://doi.org/10.1080/1612197X.2021.1934712

Coronado, R. A., Sterling, E. K., Fenster, D. E., Bird, M. L., Heritage, A. J., Woosley, V. L., Burston, A. M., Henry, A. L., Huston, L. J., Vanston, S. W., Cox, C. L., Sullivan, J. P., Wegener, S. T., Spindler, K. P., & Archer, K. R. (2020). Cognitive-behavioral-based physical therapy to enhance return to sport after anterior cruciate ligament reconstruction: An open pilot study. *Physical Therapy in Sport*, *42*, 82-90. https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2020.01.004

Correa, R. V., Verhagen, E., Resende, R. A., & Ocarino, J. M. (2023). Performance in field-tests and dynamic knee valgus in soccer players psychologically ready and not ready to return to sports after ACL reconstruction. *The Knee, 42,* 297-303. https://doi.org/10.1016/j.knee.2023.04.011

Hong, I. S., Pierpoint, L. A., Hellwinkel, J. E., Berk, A. N., Salandra, J. M., Meade, J. D., Piasecki, D. P., Fleischli, J. E., Ahmad, C. S., Trofa, D. P., & Saltzman, B. M. (2023). Clinical outcomes after ACL reconstruction in soccer (football, futbol) players: A systematic review and meta-analysis. *Sports Health: A Multidisciplinary Approach, 15*(6), 788-804. https://doi.org/10.1177/19417381231160167

Kiliç, Ö., Aoki, H., Goedhart, E., Hägglund, M., Kerkhoffs, G., Kuijer, P., Waldén, M., & Gouttebarge, V. (2018). Severe musculoskeletal time-loss injuries and symptoms of common mental disorders in professional soccer: a longitudinal analysis of 12-month follow-up data. *Knee Surg, Sports Traumatoly, Arthroscopy, 26,* 946–954. https://doi.org/10.1007/s00167-017-4644-1

Longo, U. G., De Salvatore, S., D'Orrico, F., Bella, M., Corradini, A., Rizzello, G., De Marinis, M. G., & Denaro, V. (2023). The impact of psychological factors on return

to sports after anterior cruciate ligament reconstruction: A systematic review. *Osteology, 3*(3), 78-93. https://doi.org/10.3390/osteology3030009

Morgan, W. P. (1980). Test of champions: The iceberg profile. Psychology Today, 14, 92-99.

Olmedilla-Zafra, A., & García-Mas, A. (2023). Psycholight: protocolo de evaluación e intervención psicológica para la prevención y la rehabilitación de lesiones deportivas. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico, 8*(1), 1-11. https://doi.org/10.5093/rpadef2023a4

Ruiz-Pérez, I., López-Valenciano, A., Jiménez-Loaisa, A., Elvira, J. L. L., De Ste Croix, M., & Ayala, F. (2019). Injury incidence, characteristics and burden among female sub-elite futsal players: A prospective study with three-year follow-up. *PeerJ, 7,* e7989. https://doi.org/10.7717/peerj.7989

Slepian, P., Bernier, E., Scott, W., Niederstrasser, N. G., Wideman, T., & Sullivan, M. (2014). Changes in pain catastrophizing following physical therapy for musculoskeletal injury: The influence of depressive and post-traumatic stress symptoms. *Journal of Occupational Rehabilitation, 24*(1), 22–31. https://doi.org/10.1007/s10926-013-9432-2

Xiao, M., van Niekerk, M., Trivedi, N. N., Hwang, C. E., Sherman, S. L., Safran, M. R., & Abrams, G. D. (2023). Patients who return to sport after primary anterior cruciate ligament reconstruction have significantly higher psychological readiness: A systematic review and meta-analysis of 3744 patients. *The American Journal of Sports Medicine, 51*(10), 2774–2783. https://doi.org/10.1177/03635465221102420

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 329-334
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL DESAFÍO DE LA CARRERA DUAL EN EL FÚTBOL FEMENINO EN UNA ACADEMIA PROFESIONAL: INFLUENCIAS, EVOLUCIÓN Y PERSPECTIVAS FUTURAS

Jahel Molina[1,4], M. Carmen Pastor[2], Joan Pons[3] y Miquel Torregrossa[1]

[1]GEPE - UAB, [2]MPAGER - UJI, [3]UIB, [4]Villarreal CF

jahelmolina@gmail.com

Introducción. El presente estudio analiza las trayectorias de jugadoras de fútbol en una academia de alto rendimiento a lo largo de tres temporadas consecutivas. La literatura especializada identifica cuatro tipos de trayectorias que pueden seguir las y los deportistas durante el desarrollo de sus carreras: la trayectoria lineal, en la que se prioriza de manera exclusiva el deporte; la trayectoria convergente, en la que el deporte se sitúa por encima de los estudios y/o el trabajo; la trayectoria paralela, caracterizada por un equilibrio entre la dedicación deportiva y las actividades académicas o laborales; y, finalmente, la trayectoria divergente, en la que las exigencias del deporte y de los estudios o el trabajo llegan a ser incompatibles, obligando al o la deportista a abandonar una de las dos actividades (Torregrossa et al., 2020). Bajo este marco, se entiende la carrera dual como la combinación de la carrera deportiva con el desarrollo académico y/o laboral (Stambulova y Wylleman, 2015). Diversas investigaciones han documentado los beneficios de la carrera dual para las y los deportistas. Entre ellos se encuentra la preparación para la vida después de la retirada, lo que facilita la planificación y la transición hacia una carrera profesional fuera del ámbito deportivo, reduce la incertidumbre y disminuye el riesgo de desempleo (Jordana et al., 2017). También destaca la mejora del bienestar psicológico, ya que contribuye a un mayor equilibrio emocional y evita que el deporte se convierta en la única fuente de identidad o éxito; de esta manera, disminuye el estrés y la ansiedad asociados a la presión competitiva (Tekavc et al.,

2015). Otro beneficio es la ampliación de las redes de apoyo social y profesional, dado que la participación en entornos educativos y laborales fomenta la creación de contactos que proveen soporte emocional, social y oportunidades de desarrollo profesional (López de Subijana et al., 2015). Asimismo, favorece el desarrollo integral y multidimensional de las y los deportistas, quienes adquieren competencias transversales como la gestión del tiempo, la responsabilidad, la autonomía y la resiliencia, útiles en múltiples contextos (De Brandt et al., 2018). También se observa un incremento del empoderamiento y la autonomía personal, la formación académica y laboral les otorga la capacidad de tomar decisiones informadas sobre su futuro y de ejercer un mayor control sobre su vida más allá del deporte (Stambulova y Wylleman, 2019). Finalmente, contribuye a reducir los riesgos asociados a la exclusión social y la precariedad económica, al dotarlos de herramientas que facilitan su inserción laboral y social (Torregrossa et al., 2015). La mayor parte de los estudios existentes se ha centrado en deportistas hombres, lo que hace urgente explorar la realidad de las mujeres deportistas, particularmente en el caso de las futbolistas (García-Solà et al., 2023). A pesar de los beneficios de la carrera dual, la evidencia indica que menos del 10 % de los jugadores de academias de alto rendimiento alcanza la profesionalización (Dugdale et al., 2021), aunque el 57 % de los mismos considera probable lograrlo (Jordana et al., 2023). En el caso del fútbol femenino, el proceso de profesionalización ha sido reciente: en 2016 se incorporó el primer patrocinador de la liga femenina; el 18 de febrero de 2020 se firmó el primer convenio colectivo de las futbolistas; y el 15 de junio de 2021, el Consejo Superior de Deportes declaró la Primera División femenina como competición profesional, estableciendo la actual «Liga F». En este contexto, resulta relevante destacar que el Villarreal CF Femenino logró el ascenso a la liga profesional en la temporada 2021/2022 y ha mantenido la categoría durante tres temporadas consecutivas (2021/2022, 2022/2023 y 2023/2024). Además, el 20 de agosto de 2023, la selección femenina española se proclamó campeona del mundo, lo que constituye un hito para la visibilidad y consolidación del fútbol femenino. Hasta 2020, la carrera dual no era una opción plenamente viable para las futbolistas. Según un reportaje de *El País* y datos sindicales, cerca del 80 % de las jugadoras de primera división compaginan su carrera deportiva con los estudios (Cadena SER, 2025), lo cual responde en gran medida a que los salarios percibidos no son suficientes para garantizar una estabilidad económica a lo largo de toda su trayectoria deportiva, convirtiendo así la formación académica en un recurso estratégico para su futuro profesional. Estos datos ponen de manifiesto que la carrera dual no solo es necesaria, sino que constituye una realidad para un gran número de futbolistas y debe contar con estructuras institucionales y educativas que respalden su desarrollo de forma adecuada. Por

tanto, el objetivo de la presente investigación es analizar las trayectorias específicas de las jugadoras de fútbol de una academia de alto rendimiento a lo largo de tres temporadas consecutivas, así como contribuir a la literatura existente mediante el abordaje del vacío teórico y práctico relacionado con el desarrollo de un modelo holístico de carrera dual adaptado a las particularidades de las futbolistas.

Método

Participantes. La muestra estuvo compuesta por jugadoras pertenecientes a los equipos infantil, cadete, juvenil, filial y primer equipo del Villarreal CF Femenino, evaluadas a lo largo de tres temporadas consecutivas. En la temporada 2020/2021 participaron 93 jugadoras, en la temporada 2021/2022 un total de 94 y en la temporada 2022/2023 se contó con 95 participantes. *Instrumentos:* Las jugadoras respondieron un conjunto de cuestionarios junto con un formulario de datos sociodemográficos que permitió contextualizar la muestra. Entre los ítems incluidos se encontraba una pregunta sobre el tipo de trayectoria que estaban desarrollando en el momento de la evaluación, es decir, si priorizaban los estudios, si mantenían un equilibrio entre su trayectoria deportiva y académica, o si priorizaban el deporte. Asimismo, se les solicitó que indicaran sus expectativas a cinco años vista, describiendo cómo imaginaban su carrera dual, concretamente si se veían dedicándose exclusivamente al deporte, priorizando el deporte por encima de los estudios o el trabajo, manteniendo un equilibrio entre ambos ámbitos, o dedicándose de forma exclusiva a los estudios o al trabajo. *Procedimiento:* Este estudio se enmarca dentro de un proyecto de investigación «Carreras Duales Saludables» (HeDuCa) con un seguimiento de las participantes durante tres temporadas, la primera recogida de datos fue la temporada 2020/2021, la segunda durante la temporada 2021/2022 y la tercera durante la temporada 2022/2023. En cada recogida, la aplicación de la batería de cuestionarios se realizó de manera presencial, antes del inicio de los entrenamientos, y se completó de forma individual a través del teléfono móvil de cada jugadora. Una psicóloga estuvo presente durante todo el proceso para facilitar el enlace de acceso, resolver dudas y garantizar la correcta cumplimentación de los instrumentos. La administración se llevó a cabo en una misma sala para cada equipo, y el tiempo estimado de respuesta fue de aproximadamente 20 minutos.

Resultados. Se compararon los cambios observados a lo largo de las tres temporadas en relación con la pregunta sobre la situación actual de la carrera dual de las jugadoras. Los análisis mostraron una disminución del 12,6 % en el número de participantes que indicaron dedicar un tiempo similar al deporte y a los estudios,

así como un incremento del 39,9 % en las que señalaron priorizar el deporte. Respecto a las expectativas de futuro, se registró una disminución del 7,9 % en el porcentaje de jugadoras que reportaron que dentro de cinco años se verían priorizando los estudios, así como una disminución del 8,2 % en aquellas que prevén mantener una dedicación equilibrada entre deporte y estudios/trabajo. De forma paralela, se observó un aumento del 22,8 % en el número de jugadoras que anticiparon priorizar el deporte en su proyección de futuro.

Conclusiones. Los resultados de este estudio permiten observar un cambio significativo en las trayectorias y expectativas de las jugadoras de fútbol evaluadas a lo largo de tres temporadas consecutivas. En particular, la proporción de futbolistas que creen que podrán profesionalizarse pasó del 22,6 % en la primera temporada al 47,4 % en la tercera, lo que evidencia un cambio de paradigma impulsado por la progresiva profesionalización del fútbol femenino en España y por el ascenso del Villarreal CF Femenino a la máxima categoría durante la temporada 2021/2022. Este hallazgo resulta coherente con los cambios estructurales acontecidos en los últimos años, tales como la firma del primer convenio colectivo de futbolistas en 2020 y la declaración de la Primera División femenina como liga profesional en 2021, que han generado un escenario más propicio para la consolidación de carreras deportivas estables. Los datos obtenidos muestran un incremento progresivo de las jugadoras que priorizan el deporte frente a los estudios, así como una disminución de aquellas que mantienen un equilibrio entre ambas trayectorias. Sin embargo, la literatura previa ha señalado que la carrera dual ofrece múltiples beneficios para las y los deportistas, entre ellos la preparación para la vida después del deporte de élite, la reducción de la incertidumbre y el riesgo de desempleo tras la retirada (Jordana et al., 2017), la mejora del bienestar psicológico (Tekavc et al., 2015), la ampliación de redes de apoyo social y profesional (López de Subijana et al., 2015), el desarrollo de competencias transversales como la autonomía, la resiliencia y la gestión del tiempo (De Brandt et al., 2018), así como el empoderamiento personal y la disminución del riesgo de exclusión social (Stambulova y Wylleman, 2019; Torregrossa et al., 2015). En este sentido, si bien el deporte adquiere cada vez mayor centralidad en las proyecciones de las jugadoras, la carrera dual continúa siendo un pilar fundamental para garantizar trayectorias sostenibles. Es necesario que clubes, federaciones y sistemas educativos desarrollen programas que integren de manera efectiva la formación académica con el desarrollo deportivo, de forma que se prevenga el abandono académico y se promueva la preparación para la transición a una vida profesional más allá del deporte. Por último, este estudio contribuye a reducir la brecha existente en la literatura, que hasta ahora se ha centrado mayoritaria-

mente en muestras masculinas (García-Solà et al., 2023), al ofrecer evidencia empírica sobre la evolución de las trayectorias de jugadoras de fútbol en un contexto de creciente profesionalización. Resulta fundamental profundizar en investigaciones futuras que exploren las necesidades específicas de las futbolistas en las diferentes etapas de su desarrollo deportivo, con el objetivo de diseñar intervenciones más ajustadas que faciliten tanto el éxito en el alto rendimiento como la formación académica y la inserción laboral posterior.

Referencias

Cadena SER. (2025, marzo 8). Dos trabajos para poder mantenerte: La brecha salarial en el fútbol sigue disparada hasta el 744 %. *Cadena SER*. https://cadenaser.com/nacional/2025/03/08/dos-trabajos-para-poder-mantenerte-la-brecha-salarial-en-el-futbol-sigue-disparada-hasta-el-744-cadena-ser/

De Brandt, K., Wylleman, P., Torregrossa, M., Schipper-van Veldhoven, N., Minelli, D., Defruyt, S., & De Knop, P. (2018). Exploring the factor structure of the dual career competency questionnaire for athletes in European pupil- and student-athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*. https://doi.org/10.1080/1612197X.2018.1511619

Dugdale, J. H., Sanders, D., Myers, T., Williams, A. M., & Hunter, A. M. (2021). Progression from youth to professional soccer: A longitudinal study of successful and unsuccessful academy graduates. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 31*, 73–84. https://doi.org/10.1111/sms.13701

García-Solà, M., Ramis, Y., Borrueco, M., & Torregrossa, M. (2023). Dual careers in women's sports: A scoping review. *Apunts Educación Física y Deportes, 154*, 16–33. https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/4).154.02

Jordana, A., Ramis, Y., Chamorro, J. L., Pons, J., Borrueco, M., De Brandt, K., & Torregrossa, M. (2023). Ready for failure? Irrational beliefs, perfectionism and mental health in male soccer academy players. *Journal of Rational-Emotive & Cognitive-Behavior Therapy, 41*(2), 454–477. https://doi.org/10.1007/s10942-022-00491-x

Jordana, A., Torregrossa, M., Ramis, Y., & Latinjak, A. T. (2017). Retirada del deporte de élite: Una revisión sistemática de estudios cualitativos. *Revista de Psicología del Deporte, 26*(4), 68–74.

López de Subijana, C., Barriopedro, M., & Conde, E. (2015). Supporting dual career in Spain: Elite athletes' barriers to study. *Psychology of Sport and Exercise, 21,* 57-64. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.04.012

Stambulova, N., & Wylleman, P. (2015). Dual career development and transitions. Psychology of Sport and Exercise, 21, 1-3. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.05.003

Stambulova, N. y Wylleman, P. (2019). Psychology of athletes' dual careers: A state-of-the-art critical review of the European discourse. *Psychology of Sport and Exercise, 42,* 74–88. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.013

Tekavc, J., Wylleman, P., & Cecić, S. (2015). Perceptions of dual career development among elite level swimmers and basketball players. *Psychology of Sport and Exercise, 21,* 27–41. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.03.002

Torregrossa, M., Ramis, Y., Pallarés, S., Azócar, F. y Selva, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise, 21,* 50-56. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.03.003

Torregrossa, M., Regüela, S., & Mateos, M. (2020). Career Assistance Programmes. En D. Hackfort & R. J. Schinke (Eds.), *The Routledge International Encyclopedia of Sport and Exercise Psychology* (pp. 73-88). Routledge.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 335-337
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CRECIMIENTO PERSONAL DURANTE EL PROCESO DE REHABILITACIÓN DE LESIONES GRAVES EN MUJERES DEPORTISTAS

Mireya Núñez Egea[1], Luis Miguel Ramos Pastrana[2], Verónica Gómez Espejo[3]

[1]Universidad Autónoma de Madrid, Colegio Oficial de Psicología de la Región de Murcia, División de Deportes; [2]Real Murcia CF, Colegio Oficial de Psicología de la Región de Murcia, División de Deportes; [3]Universidad de Murcia, Colegio Oficial de Psicología de la Región de Murcia, División de Deportes

Mnunez.csa@gmail.com, verónica.gomez2@um.es, luismiguel.ramos@um.es

Introducción. El presente trabajo aborda la posibilidad de experimentar *crecimiento personal durante el periodo de rehabilitación de lesiones deportivas graves en mujeres deportistas*, conocido como crecimiento personal tras la adversidad. Este concepto se entiende como la capacidad de percibir la lesión como una oportunidad de desarrollo deportivo, replanteando cognitivamente el pensamiento, aumentando los componentes positivos y reduciendo los negativos, con una actuación centrada en el cambio y la persistencia, y una gestión emocional adaptativa. Para ello se toma como referencia dos modelos teóricos, El Modelo de Respuesta a la Lesión Deportiva y el Proceso de Rehabilitación (Wiese Bjornstal et al., 1998), que permite comprender los factores implicados en la vivencia de la lesión; y Modelo Global de Lesiones Deportivas (Olmedilla y García Mas, 2009), centrándonos en el eje enmarcado en la parte de después de la curación médica del eje temporal y en el eje conceptual. El propósito final es el estudio es examinar de manera integral el constructo crecimiento personal, ya que en la literatura existente sobre lesiones deportivas predomina el estudio de variables psicológicas como la ansiedad competitiva, el estrés psicosocial, la motivación y la autoconfianza, quedando el crecimiento personal en segundo plano. Asimismo, destaca la poca investigación

centrada en mujeres deportistas en relación con las lesiones deportivas que sufren y la relevancia que tienen en el ámbito deportivo actual.

Desarrollo. Se presentaron una serie de investigaciones donde las participantes experimentan crecimiento personal tras la lesión deportiva, así como los aspectos facilitadores para ello y los instrumentos utilizados para medirlo. Los resultados muestran que la mayoría de los participantes experimentan crecimiento personal en este periodo de rehabilitación, excepto en dos estudios, donde el crecimiento personal se experimenta en fases más avanzadas de la rehabilitación. Entre los factores facilitadores se observa el apoyo social, la resiliencia, comunicación constructiva con iguales, habilidades de afrontamiento, la dureza mental, tolerancia y actitud persistente, establecimiento de metas razonables y otras como la autonomía, aceptación, sensación de dominio, propósito en el deporte y en la vida, responsabilidad por la salud. En cuanto a los instrumentos de evaluación utilizados para la evaluación del crecimiento personal se encuentran *Stress Related Growth Scale* (SRGS), *Mental Toughness Scale* (MTS), *Short Dark Trias* (SD3), la *Entrevista y el autoinforme*, *Basic Psychological Need Satisfaction and Frustration Scale* (BPNSE), *Athlete Psychological Well-Being Inventory* (APWBI), el *Inventario de Crecimiento Post-traumático* (PTG), el *Cuestionario de Gratitud- Formato 6 ítmes* (GQ-6), *la Escala de Satisfacción de necesidades* (NSS) y la *Escala de Afecto Positivo* (PANAS).

Conclusiones. El estudio del crecimiento personal en el periodo de rehabilitación de lesiones deportivas graves en mujeres constituye un aporte relevante para el diseño de intervenciones psicológicas adaptadas al género, para prevenir y acompañar en momentos críticos, como es una lesión. Además, resulta útil para la formación de fisios, entrenadores y cuerpos técnicos, en la evaluación y diseño de cuestionarios específicos para evaluar indicadores de crecimiento personal y en la promoción de bienestar a largo plazo.

Referencias

Olmedilla, A., & García-Mas, A. (2009). El modelo global psicológico de las lesiones deportivas. *Acción Psicológica, 6*(2), 77-91.

Parent, M. (2021). *Associations between athletes' perceptions of sports injury-related growth, mental toughness, and the dark triad: An exploratory study* [Tesis doctoral]. William James College.

Pelster, M., Hofmann, A., Klocke, N., & Warkulat, S. (2021). Dark Triad Personality Traits and Selective Hedging. *Journal of Business Ethics, 182*. https://doi.org/10.1007/s10551-021-04985-z.

Santi, G., Carraro, A., Mellalieu, S. D., & Wadey, R. (2023). Development and preliminary validation of the sport injury-related growth inventory. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-26.

Wiese-Bjornstal, D. M., Smith, A. M., Shaffer, S. M., & Morrey, M. A. (1998). An integrated model of response to sport injury: Psychological and sociological dynamics. *Journal of Applied Sport Psychology, 10*(1), 46–69. https://doi.org/10.1080/10413209808406377

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 338-339
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EFICACIA DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA PARA LA MEJORA DEL ESTADO DE ÁNIMO EN JUGADORAS DE FÚTBOL

Beatriz Moreno-Fenoll, Rafael Sánchez, Mireya Núñez,

Verónica Gómez-Espejo

Universidad de Murcia

beatriz.m.f@um.es, rafael.sanchezr@um.es, mnunez.csa@gmail.com, veronica.gomez2@um.es

Introducción. El programa presentado tiene como finalidad mejorar, a través de un trabajo de intervención psicológica, el bienestar y la regulación emocional de futbolistas, favoreciendo así su salud mental y su rendimiento deportivo. Asimismo, se plantea un enfoque educativo-preventivo, orientado a dotar a las jugadoras de recursos para afrontar las demandas emocionales, físicas y sociales propias de la competición. El objetivo es que las futbolistas desarrollen mayor autorregulación y afrontamiento resiliente, mejorando la gestión de su estado de ánimo y favoreciendo tanto el rendimiento como el bienestar psicológico. En este marco, el estudio busca evaluar la eficacia de un programa de intervención psicológica, comprobando los cambios entre el inicio y el final de la temporada en el grupo experimental y comparando sus resultados con los del grupo control.

Método. Como variable independiente, se aplicó un programa de intervención psicológica estructurado a lo largo de toda la temporada, compuesto por sesiones semanales centradas en la regulación emocional, estrategias de afrontamiento, relajación, visualización, establecimiento de objetivos, motivación, confianza, atención y nivel de activación. Las variables dependientes fueron las dimensiones del estado de ánimo evaluadas mediante el cuestionario POMS (Fuentes, García-Merita, Meliá, & Balaguer, 1995): tensión, depresión, cólera, vigor y fatiga. El diseño fue cuasi-experimental con grupo control y medidas repetidas (pretest–postest). Los partici-

pantes fueron 26 jugadoras de fútbol femenino de categoría 3ª RFEF, con edades comprendidas entre los 15 y 30 años (M = 21.50; DT = 3.13). El grupo experimental estuvo constituido por 14 jugadoras que recibieron la intervención, mientras que el grupo control, formado por 12 jugadoras, continuó con su actividad habitual sin recibir entrenamiento psicológico. Se incluyeron en el estudio únicamente aquellas futbolistas que completaron las evaluaciones pretest y postest del cuestionario POMS, excluyéndose las que no realizaron alguna de las dos mediciones o no participaron de manera efectiva en el programa.

Resultados. Las dimensiones de cólera y depresión disminuyeron tras la intervención en el grupo experimental, sin embargo, aumentaron en el grupo control. A pesar de que no se observan mejoras drásticas en todas las dimensiones, se evidencian leves mejoras o estabilidad emocional en el grupo experimental tras la intervención, mientras que en el grupo control se aprecian aumentos notables en las dimensiones negativas (como tensión, cólera o fatiga) en el postest. Además, las gráficas agrupadas por años de experiencia sugieren que las deportistas con mayor recorrido tienden a responder de forma más estable al entrenamiento psicológico, lo que refuerza la importancia de iniciar estos programas desde etapas tempranas para consolidar recursos emocionales sólidos.

Conclusiones. La intervención psicológica aplicada a futbolistas jóvenes contribuyó a estabilizar su estado de ánimo, manteniendo el vigor y reduciendo emociones negativas frente al grupo control. Aunque los cambios fueron moderados, actuó como un factor protector y preventivo frente al desgaste emocional, con efectos más estables en jugadoras con mayor experiencia, lo que refuerza la importancia de iniciar estos programas en etapas tempranas como parte del entrenamiento integral.

Referencias

Fuentes, I., Balaguer, I., Meliá, J. L. y García-Merita, M. (1995). Forma abreviada del perfil de estado de ánimo (POMS). En E. Cantón (Ed.), *V Congreso Nacional de Psicología de la Actividad Física y el Deporte* (pp. 19–26). Universitat de València.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 340-342
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA DIRECCIÓN DEL ENTRENAMIENTO Y LA COMPETICIÓN EN EL FÚTBOL DE FORMACIÓN Y ALTO NIVEL: CLAVES EPISTEMOLÓGICAS Y METODOLÓGICAS PARA LA OPTIMIZACIÓN DEL RENDIMIENTO

Rafael Martín Acero

Universidad da Coruña (UDC)

rafael.martin@udc.gal

Reflexionar y estudiar sobre la dirección del entrenamiento y la competición en el fútbol de formación y alto nivel requiere un posicionamiento epistemológico. La evolución desde un proceso de entrenamiento hacia una *Metodología del Rendimiento Deportivo (MRD)* exige, al menos, que se cumplan las características básicas: tener el foco en las conductas motrices sustanciales; la intencionalidad de aumentar la autonomía del deportista en la acción deportiva; atender la variabilidad individual con ajustes ideográficos; abordar las soluciones de mayor eficacia de forma heurística; y generar conocimiento nomotético mediante auto-instrucciones. La MRD se ubica en una epistemología contextual no binaria, que reconoce la complejidad, el dinamismo y la singularidad del rendimiento deportivo. Atendiendo a la individualidad del deportista y al contexto espacio-temporal específico, la MRD guarda paralelismo con el método científico, que exige descomponer los fenómenos deportivos para su análisis (García Bacca, 1983). Diversos estudios empíricos evidencian diferencias significativas entre las respuestas físicas y fisiológicas en partidos de entrenamiento y competición (Castillo-Rodríguez et al., 2020), así como entre comportamientos defensivos (Freitas et al., 2023) y decisiones de pase (Goes et al., 2022). Estos hallazgos sugieren la necesidad de diseñar entrenamientos que simulen la presión, las restricciones y el contexto decisional de los partidos reales. Asimismo, es conocido que la carga de trabajo semanal influye en el rendimiento físico en competición (Guerrero-Calderón et al., 2021), y que factores contex-

tuales como la posición de juego y la calidad del rival afectan significativamente. En el fútbol de élite, el rendimiento físico en posesión del balón se asocia con una mayor ejecución de acciones técnico-tácticas decisivas (Modric et al., 2022). Una de las dificultades radica en devolver de forma holística o integral el nuevo conocimiento teórico a la aplicación práctica. Desde una perspectiva epistemológica, se abordan las dificultades en la transferencia del conocimiento científico a la práctica deportiva, señalando la fragmentación disciplinar y la necesidad de avanzar hacia la transdisciplina (Balagué et al., 2016). Es importante establecer marcos de referencia y modelos de rendimiento específicos para cada especialidad deportiva, que permitan generar hipótesis útiles para la observación sistemática y la mejora del rendimiento, también a través de la dirección del entrenamiento y la competición en el fútbol de formación y alto nivel. Finalmente, se propone la Investigación-Acción como vía para integrar conocimiento científico y experiencia práctica, especialmente en el análisis de acciones de alta velocidad y corta duración. La MRD se presenta como una herramienta clave para optimizar la eficacia del entrenamiento y la probabilidad de éxito competitivo, mediante un enfoque riguroso, contextualizado y colaborativo.

Referencias

Balagué, N., Torrents, C., Hristovski, R., & Kelso, J. A. S. (2016). Sport science integration: An evolutionary synthesis. *European Journal of Sport Science, 17*(1), 51–62. https://doi.org/10.1080/17461391.2016.1198422

Castillo-Rodríguez, A., Cano-Cáceres, F. J., Figueiredo, A., & Fernández-García, J. C. (2020). Train like you compete? Physical and physiological responses in semi-professional soccer players. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(3), 756. https://doi.org/10.3390/ijerph17030756

Freitas, R., Volossovitch, A., Almeida, C. H., & Vleck, V. (2023). Elite-level defensive performance in football: A systematic review. *German Journal of Exercise and Sport Research, 53,* 458–470. https://doi.org/10.1007/s12662-023-00900-y

García Bacca, J. D. (1983). *Antropología y Ciencia Contemporánea.* Anthropos.

Goes, F., Schwarz, E., Elferink-Gemser, M., Lemmink, K., & Brink, M. (2022). A risk-reward assessment of passing decisions: comparison between positional roles using tracking data from professional men's soccer. *Science and Medicine in Football, 6*(3), 372-380. https://doi.org/10.1080/24733938.2021.1944660

Guerrero-Calderón, B., Klemp, M., Morcillo, J. A., & Memmert, D. (2021). How does the workload applied during the training week and the contextual factors affect the physical responses of professional soccer players in the match? *International Journal of Sports Science and Coaching, 16*(4), 994–1003. https://doi.org/10.1177/1747954121995610

Modric, T., Malone, J. J., Versic, S., et al. (2022). The influence of physical performance on technical and tactical outcomes in the UEFA Champions League. *BMC Sports Science, Medicine and Rehabilitation, 14,* 179. https://doi.org/10.1186/s13102-022-00573-4

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 343-344
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA DIRECCIÓN DEL ENTRENAMIENTO Y LA COMPETICIÓN EN EL FÚTBOL DE FORMACIÓN Y ALTO NIVEL

Carlos Lago Peñas

Universidade de Vigo (UVIGO)

clagop@uvigo.gal

Para intercambiar información/corregir con éxito a los jugadores en el partido debemos tener en cuenta los siguientes puntos:

— ¿Qué corregir? Aquello que se ha entrenado previamente. El plan de partido que se ha preparado durante la semana debe orientar las instrucciones del entrenador. • ¿Cuánto corregir? Poco. Cuantas menos cosas, mejor. Un mensaje en cada intervención sería lo más recomendable.

— ¿Cuándo corregir? Durante los descansos o en las pausas de los partidos para no desviar la atención del jugador del partido.

— ¿Cómo corregir? Las correcciones en forma de bronca deben hacerse en privado y en los entrenamientos. Nunca en público y en la competición.

— ¿A quién corregir? A los jugadores tomando como referencia el plan de partido individual. Al equipo o a una línea de juego recordando el plan de partido.

Para intercambiar información/corregir adecuadamente a los jugadores en el entrenamiento hay que atender a lo siguiente:

— ¿Qué corregir? Fundamentalmente los comportamientos que se relacionan con el objetivo de la sesión y que se han explicado previamente a los jugadores.

— ¿Cuánto corregir? Poco. La atención es limitada.

— ¿Cuándo corregir? Hay que evitar las correcciones mientras el deportista está jugando. Es mejor parar el ejercicio y dirigirse al jugador sin más focos de atención.

— ¿Cómo corregir? No hay que machacar al equipo o un jugador con el error. Son inteligentes, están motivados y les interesa crecer como futbolistas. Hay que evitar los gritos. Es mucho mejor emplear un tono cordial y usar un lenguaje corporal que genere confianza en quien escucha.

— ¿A quién corregir? Si hay un error que cometen muchos jugadores, se manifiesta de forma demasiado frecuente y tiene que ver con el objetivo de la sesión, es recomendable seguir las siguientes pautas de actuación:

1. Hay que parar la tarea.
2. Atraer la atención de los deportistas. No hablar hasta que estén pendientes de lo que se va a decir. 3. Decir las cosas con un buen tono. No hay que ser demasiado agresivo. 4. Recordar qué hay que hacer para tener éxito. Se trata de insistir en las claves atencionales para lograr el objetivo en el ejercicio. 5. Finalizar con unos ánimos al grupo.

Si se trata de un error de un jugador concreto, las recomendaciones son las siguientes:

1. Hacer las correcciones en privado. Hay que llamar al jugador y alejarse lo justo del resto del grupo. A nadie le gusta que lo expongan delante del grupo para decirle algo negativo. A ti también te gustaría que tuviesen ese detalle contigo.
2. Explicar el error que está cometiendo y preguntarle los motivos.
3. Hay que decirle qué debe hacer para tener éxito. Es muy buena idea poner un ejemplo.

Referencias

Bilbao, A. (2015). *El cerebro del niño explicado a los padres*. Plataforma Actual.
Bueno i Torrens, D. (2017). *Neurociencia para educadores*. Octaedro Editorial.
Clear, J. (2020). *Hábitos atómicos*. Diana.
Durand, M. (1988). *El niño y el deporte*. Paidós.
García Herrero, A. (2018). *Manual del entrenador*. Ediciones MCG.
Lago Peñas, C. (2018). *Cortita y al pie*. Edición del autor.
Lago Peñas, C. y Seirul-lo, F. (2023). *La dirección del entrenamiento y el partido en el fútbol y los deportes de equipo*. Edición de los autores.
Marí, P (2011). *Aprender de los campeones*. Plataforma Editorial.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 345-347
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CO-DISEÑO DEL PROCESO ENTRE JUGADOR Y ENTRENADOR: NUEVAS POSIBILIDADES DE MONITORIZACIÓN EN EL ENTRENAMIENTO Y COMPETICIÓN EN FÚTBOL

Sanfiz-Arias, H.

Universidade da Coruña

henrique.sanfiz@udc.gal

Introducción. Al centrarse en la recopilación y el procesamiento de grandes cantidades de datos, los analistas, científicos y entrenadores pueden olvidar el extraordinario potencial del sistema neurobiológico humano para integrar de forma dinámica información personal y ambiental de alto valor (Montull et al., 2022). Comprender y valorar la monitorización subjetiva es crucial para mejorar la conciencia de los deportistas, promover su autoconciencia, autonomía y autorregulación de su intervención en relación al rendimiento. La valoración de las interpretaciones y necesidades de cada jugador respecto al juego, no solo complementa posibles observaciones o análisis externos de carácter objetivo, sino que permite crear un ambiente de aprendizaje que involucra al propio jugador en la creación de una identidad de juego colectivo (Harvey y Light, 2015; Seirul-lo, 2024). El presente estudio tiene por objetivo comprobar el efecto del entrenamiento basado en la auto-evaluación y co-establecimiento de objetivos del microciclo en el rendimiento de un equipo juvenil de fútbol.

Método. Dieciséis (n=16) jugadores de un equipo de fútbol U19 han participado en el estudio durante un microciclo de entrenamiento (3 sesiones) y dos partidos de competición (n=2). Ha sido empleado un instrumento ad hoc de observación externa del juego y un cuestionario a responder por cada jugador 48h después de cada uno de los dos partidos del equipo observado. El rendimiento del equipo ha sido analizado mediante la prueba chi cuadrado.

Resultados. Se comprobó como el equipo observado optimizó su rendimiento en competición en las situaciones del juego propuestas por los jugadores como contenidos del microciclo de entrenamiento *($\chi^2 2$* = 17.176; *p*< .001; *V de Cramer*= .701; *ES*= *.226, mediano)*. La comparación entre la observación de los dos partidos muestra diferencias significativas en el criterio *(i)* ubicación en profundidad y finalización de las situaciones tras reinicios en mediocampo propio ($\chi^2 2$= 6.547; *p*= .038; V de Cramer= .445; *ES*= .139, *mediano*) y *(iii)* comportamientos tras recuperación ($\chi^2 2$= 17.176; *p*<.001*;* V de Cramer= .701; *ES*= .226, *mediano*). Han incrementado las situaciones donde se ha registrado la ubicación de jugadores en profundidad en reinicios en mediocampo propio y el equipo ha conseguido finalizar más situaciones, de un 15.15 a un 37.25%, en la 25ª y 26ª jornadas respectivamente. Se han comprobado también como no existe asociación entre los comportamientos tras recuperación en las jornadas 25 y 26 ($\chi^2 2$ = 17.176; *p*< .001; V de Cramer= .701; *ES*= .226, *mediano*). Se han visto incrementadas de forma estadísticamente significativa las situaciones en las que el equipo es capaz de circular fuera de la zona de recuperación en 5 segundos y finalizar en portería adversaria, pasando de 8.57 a 29.16% en los dos partidos observados. De esta forma, el equipo ha optimizado el rendimiento en las situaciones propuestas por los jugadores como contenidos del microciclo de entrenamiento previo al segundo de los partidos. No se han obtenido diferencias estadísticamente significativas respecto a las vigilancias ofensivas, siendo esta una constante entre los dos encuentros.

La autoevaluación de la eficacia por parte de los jugadores cambia de la jornada 25 a la 26, respecto a la relación numérica en vigilancias ofensivas ($\chi^2 6$= 20.312; *p*= .002; V de Cramer= .797; *ES*= .459, *grande*) y comportamientos tras recuperación ($\chi^2 1$=9.143; *p*= .002; phi= .882; *ES*= .755, *grande*) de forma significativa. Un 62.5 y 25% de los jugadores entienden que las situaciones de vigilancias ofensivas han sido entrenadas lo suficiente y el equipo ha sido eficaz en las jornadas 25 y 26ª, respectivamente. En relación a los comportamientos tras recuperación, un 50 y 56.25% de los jugadores han interpretado que el equipo si ha entrenado lo suficiente dichas situaciones y ha resuelto las mismas de forma eficaz en competición. No existen diferencias estadísticamente significativas en la variable ubicación en profundidad y finalización tras reinicios en mediocampo propio.

Conclusiones. Valorar las interpretaciones y necesidades propuestas por los jugadores puede mejorar las adaptaciones inducidas por el entrenamiento en fútbol. En línea con lo reportado por Seirul-lo (1987) y Martín-Acero *et al*., (2013) deben de continuar siendo realizadas este tipo de propuestas de investigación, empleando muestras que engloben un mayor volumen de microciclos y partidos de competición en clubes de fútbol de diferentes niveles de rendimiento. Esta información

contribuye al aumento de conocimiento de los futbolistas y entrenadores en relación al proceso en el cual se han visto inmersos.

Referencias

Harvey, S., & Light, R. L. (2015). Questioning for learning in game-based approaches to teaching and coaching. *Asia-Pacific Journal of Health, Sport and Physical Education*, *6*(2), 175-190. https://doi.org/10.1080/18377122.2015.1051268

Martín-Acero, R., Lago-Peñas, C., Lalín, C., & Seirul.lo, F. (2013). Causas objetivas de planificación en deportes de equipo (I): Estado de forma y calendarios. *Revista de Entrenamiento Deportivo, 27*(1), 14-28.

Montull, L., Slapšinskaitė-Dackevičienė, A., Kiely, J., Hristovski, R., & Balagué, N. (2022). Propuestas integradoras de monitorización deportiva: la monitorización subjetiva supera a la objetiva. *Sports medicine-open*, *8*(1), 41. https://doi.org/10.1186/s40798-022-00432-z

Seirul-lo, F. (1987). Opción de planificación en los deportes de largo periodo de competiciones. El problema *Revista de Entrenamiento Deportivo, 1*(3), 53-62.

Seirul-lo, F. (2024). *ADN Barcą.* Roca Editorial.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 347-351
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

COMPROMISO DEPORTIVO Y *BURNOUT* EN FUTBOLISTAS: ¿DISFRUTE O ATRAPAMIENTO?

[1]Cristina De Francisco, [1]M. Rocío Bohórquez, [2]Jesús Portillo, [1]Rosa Tinoco

[1]Universidad de Sevilla, [2]Universidad Loyola

cdefrancisco@us.es, rociobohorquez@us.es, jportillo@uloyola.es, rosbartin@alum.us.es

Introducción. El estudio del *burnou*t en el deporte es un tema de relevancia dado su impacto tanto en la salud como en el rendimiento deportivo (Glandorf et al., 2023). En este marco, el modelo de compromiso deportivo de Schmidt y Stein (1991) es un referente para comprender la etiología del *burnout*. Este modelo diferencia tres perfiles de deportistas según el compromiso adquirido: 1) compromiso por disfrute con la actividad deportiva y lo que supone; 2) compromiso por atrapamiento, donde el deportista se mantiene en la práctica deportiva debido a que se siente «apresado»; 3) sin compromiso: deportistas con baja vinculación. A su vez, estos tres perfiles de compromiso deportivo se configuran en función de la interacción entre cinco indicadores: los Beneficios y Costes percibidos, el nivel de Satisfacción con la práctica, la valoración de las Alternativas disponibles y las Inversiones realizadas. Así los deportistas comprometidos por disfrute presentan una combinación de altos Beneficios, baja percepción de Costes, elevada Satisfacción, pocas Alternativas y fuertes Inversiones en la actividad. Por el contrario, quienes se sienten comprometidos por estar atrapados muestran un patrón caracterizado por bajos Beneficios, altos Costes, escasa Satisfacción, reducidas Alternativas y elevadas Inversiones, siendo este el perfil el que Schmidt y Stein (1991) vincularon con un mayor riesgo de *burnout*. Finalmente, los no comprometidos se distinguen por la percepción de bajos Beneficios, altos Costes, baja Satisfacción, abundantes Alternativas y escasas Inversiones.

La evidencia empírica derivada de este modelo es todavía reducida. Raedeke (1997) identificó cuatro perfiles en nadadores, en lugar de los tres previstos.

Sin embargo, estudios posteriores con entrenadores (Raedeke et al., 2000, 2004) sí replicaron la configuración original de tres perfiles, aunque los resultados se interpretaron con cautela, ya que los entrenadores reportaron niveles bajos de *burnout*. Otros trabajos han encontrado que variables como el juicio de control (Tutte y Suero, 2009) o el miedo al fracaso (González-Hernández et al., 2021) median la relación entre compromiso y *burnout*. Finalmente, De Francisco et al. (2022) confirmaron las tres categorías del modelo en deportistas de varias modalidades, aunque con ligeras diferencias en el perfil de compromiso por atrapamiento.

En síntesis, aunque el modelo de Schmidt y Stein ha recibido cierto respaldo empírico, los resultados son escasos y muestran discrepancias entre contextos. Por ello, el presente estudio tuvo como propósito examinar su aplicabilidad en el ámbito del fútbol, analizando en qué medida los perfiles de compromiso se expresan en futbolistas.

Método. La muestra estuvo compuesta por 125 futbolistas (66 hombres y 59 mujeres), con edades entre 16 y 40 años (M = 22,35; DE = 4,74). La media de entrenamientos semanales fue de 3,89 (DE = 1,28), con una duración media de 98,68 minutos por sesión (DE = 21,48). Se emplearon versiones adaptadas al español de los siguientes cuestionarios: Costes-Beneficios (De Francisco et al., 2022), *Investment Model Scale* (De Francisco et al., 2022), y *Athlete Burnout Questionnaire* (De Francisco, 2015). Para someter a prueba la teoría sobre la tipología de deportistas de Schmidt y Stein (1991) se realizó un análisis de conglomerados de k-medias poniendo como requisito que la agrupación de deportistas se realizase en 3 conglomerados donde las variables utilizadas para la clasificación fueron los Costes, los Beneficios, la Satisfacción, las Alternativas, y las Inversiones.

Resultados. En la Tabla 1 se ofrecen los estadísticos descriptivos (media, desviación típica) para Costes, Beneficios, Satisfacción, Alternativas e Inversiones, así como los centros de los conglomerados para cada tipo de perfil expresados en puntuaciones Z.

Tabla 1. *Estadísticos descriptivos y centros de los conglomerados*

Indicadores	Media (DE)	Conglomerado 1 Atrapado	Conglomerado 2 No comprometido	Conglomerado 3 Disfrute
Costes	4,027 (0,873)	0,55666	-0,20320	-1,53603
Beneficios	2,645 (0,886)	-0,35226	-0,10136	1,50856
Satisfacción	4,088 (0,834)	0,71842	-0,65743	-1,06027
Alternativas	2,616 (0,922)	-0,51810	0,38217	0,97917
Inversiones	3,464 (0,995)	0,52864	-0,87355	0,12930
n		42	65	18

El análisis de casos atípicos evidenció una adecuada homogeneidad intraconglomerado, ya que únicamente un deportista del conglomerado 2 presentó una distancia elevada respecto al centroide, lo que supone un porcentaje marginal (1,5%) y confirma la robustez de la clasificación. No obstante, los resultados muestran que los perfiles encontrados no se ajustaron plenamente al modelo teórico de Schmidt y Stein (Tabla 2).

Tabla 2. *Comparación valores de los indicadores según modelos teórico y empírico*

	Atrapado		No comprometido		Disfrute	
Perfil	Modelo teórico	Modelo empírico	Modelo teórico	Modelo empírico	Modelo teórico	Modelo empírico
Costes	Altos	Altos	Altos	Bajos *	Bajos	Muy bajos
Beneficios	Bajos	Bajos	Bajos	Bajos	Altos	Muy altos
Satisfacción	Baja	Alta*	Baja	Baja	Alta	Baja*
Alternativas	Bajas	Bajas	Altas	Altas	Bajas	Altas*
Inversiones	Altas	Altas	Bajas	Bajas	Altas	Moderadas **

** No coincidentes; ** parcialmente coincidentes*

Ante estos datos se realizó un análisis de casos atípicos mediante gráficos de caja por si estos estuvieran afectando a los valores de las variables. Su examen confirmó que las particularidades observadas en Satisfacción, Alternativas, Inversiones y Costes responden a propiedades estructurales de los conglomerados —y no a la influencia de casos extremos—, lo que refleja matices diferenciales en los perfiles de compromiso de los futbolistas.

Conclusiones. Los hallazgos indican que, si bien el modelo teórico proporciona una estructura valiosa, su aplicación al ámbito futbolístico exige considerar otras particularidades que afectan la vivencia del compromiso deportivo, ya que sólo hay una replicación parcial del modelo. Mientras que los perfiles «Atrapado» y «No comprometido» se alinean en gran medida con lo esperado, el perfil «Disfrute» presenta un patrón más complejo.

La Satisfacción elevada en el perfil «Atrapado» quizá podría explicarse porque estos futbolistas pueden sentirse útiles o valorados dentro del equipo (por ejemplo, titulares o líderes), lo que aumenta su satisfacción momentánea, aunque no haya incentivo intrínseco a pesar del atrapamiento.

Los Costes bajos en el perfil «No comprometido» podrían deberse a que una desvinculación emocional reduciría la percepción del esfuerzo. Al haber bajado su implicación, el futbolista ya no interpreta el entrenamiento como una carga, sino como rutina sin impacto emocional.

Por último, el perfil «Disfrute» coincide con el modelo en cuanto a Costes bajos y Beneficios altos, pero se diferencia por mostrar baja Satisfacción, Alterna-

tivas elevadas e Inversiones solo moderadas, lo que sugiere un compromiso sostenido quizá más por beneficios objetivos que por un disfrute emocional genuino.

Referencias

De Francisco, C. (2015). Versión reducida del Athlete Burnout Questionnaire (ABQ): Propiedades psicométricas preliminares. *Revista de Psicología del Deporte, 24*(1), 177–183. https://archives.rpd-online.com/article/view/1607.html

De Francisco, C., Gómez-Guerra, C., Vales-Vázquez, Á., & Arce, C. (2022). An analysis of Schmidt and Stein's sport commitment model and athlete profiles. *Sustainability, 14*(3), 1740. https://doi.org/10.3390/su14031740

Glandorf, H. L., Madigan, D. J., Kavanagh, O., & Mallinson-Howard, S. H. (2023). Mental and physical health outcomes of burnout in athletes: A systematic review and meta-analysis. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 18*(1), 372–416. https://doi.org/10.1080/1750984X.2023.2225187

González-Hernández, J., da Silva, C. M., Monteiro, D., Alesi, M., & Gómez-López, M. (2021). Effects of commitment on fear of failure and burnout in teen Spanish handball players. *Frontiers in Psychology, 12*, 640044. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.640044

Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 19*(4), 396–417. https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.396

Raedeke, T. D. (2004). Coach commitment and burnout: A one-year follow-up. *Journal of Applied Sport Psychology, 16*(4), 333–349. https://doi.org/10.1080/10413200490517995

Raedeke, T. D., Granzyk, T. L., & Warren, A. (2000). Why coaches experience burnout: A commitment perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 22*(1), 85–105. https://doi.org/10.1123/jsep.22.1.85

Schmidt, G. W., & Stein, G. L. (1991). Sport commitment: A model integrating enjoyment, dropout, and burnout. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 13*(3), 254-265. https://doi.org/10.1123/jsep.13.3.254

Tutte, V., & Suero, M. (2009). Compromiso deportivo, juicio de control y burnout en dos equipos deportivos femeninos. *Ciencias Psicológicas, 3*(1), 17–28. https://doi.org/10.22235/cp.v3i1.134

Woods, S., Dunne, S., McArdle, S., & Gallagher, P. (2020). Committed to burnout: An investigation into the relationship between sport commitment and athlete burnout in Gaelic games players. *International Journal of Sport Psychology, 51*(3), 247–270. https://doi.org/10.7352/IJSP.2020.51.247

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 352-357
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

BURNOUT EN DEPORTISTAS: UNA REVISIÓN DESDE LA TEORÍA DE LA AUTODETERMINACIÓN

Rosana Llames, M. Claudia Scurtu, Cristina De Francisco, Rosa Tinoco

Universidad de Sevilla

rllames1@us.es, mscurtu@us.es, cdefrancisco@us.es, rosbartin@alum.us.es

Introducción. El *burnout*, o estar quemado en deportistas, representa un importante desafío en el ámbito deportivo, siendo un objeto de estudio relevante por los impactos negativos que genera tanto en la esfera personal como en la profesional de los deportistas (Dišlere et al., 2025). Según Raedeke (1997), el *burnout* se compone de tres dimensiones: (a) agotamiento físico y emocional, consecuencia de las altas exigencias deportivas; (b) disminución del sentido de logro, cuando el esfuerzo no se traduce en éxito ni progreso; y (c) devaluación del deporte, caracterizada por la pérdida de interés, disfrute y actitudes negativas hacia la práctica deportiva.

Una de las teorías que han intentado analizar las causas del *burnout* en deportistas es la Teoría de la Autodeterminación (TAD), desarrollada por Deci y Ryan (1985). Esta es un marco de referencia comprehensivo en el estudio de la motivación humana, que se articula a través de varias miniteorías interrelacionadas: Teoría de la Integración Organísmica (TIO), Teoría de las Necesidades Psicológicas Básicas (TNPB), Teoría de la Evaluación Cognitiva (TEC), Teoría de las Orientaciones Causales (TOC), Teoría del Contenido de las Metas (TCM) y Teoría de la Motivación Relacional (TMR). La TIO explica la motivación en un continuo que va desde la amotivación (falta de regulación) hasta la motivación intrínseca, incluyendo en el proceso distintos tipos de motivación extrínseca (externa, introyectada, identificada, integrada). El grado de autodeterminación, regulación de la propia conducta, determinará el tipo de motivación. Así, cuanto mayor es la autodeterminación, menor es el riesgo de *burnout* (De Francisco et al., 2020) existiendo una correlación

negativa entre motivación intrínseca y *burnout*, mientras que la amotivación y la motivación extrínseca controlada (externa e introyectada) aumentarían el riesgo de *burnout* (Graña et al., 2021). La TNPB establece la existencia de tres necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) cuya satisfacción está vinculada al bienestar y a la reducción del *burnout* en los deportistas. Cuando estas necesidades no se satisfacen, el riesgo de quemarse se incrementa. La autonomía, en particular, se relaciona estrechamente con la motivación intrínseca, y la frustración de esta necesidad está asociada a la presencia de *burnout* (De Francisco et al., 2020; Lonsdale et al., 2009). La TEC estudia la relación entre las recompensas externas y la retroalimentación con la motivación intrínseca (Ryan & Deci, 2000). Así, el feedback informativo refuerza la NPB de competencia y por ello promueve la motivación intrínseca y previene el *burnout*, mientras que un clima de control y retroalimentación autoritarios disminuye la NPB de autonomía, y por tanto lo favorece. Por su parte, la TOC estudia la relación entre tres orientaciones causales: autónoma (autorregulación interna), controlada (presiones externas) e impersonal (sensación de falta de control) y la capacidad de elección de las personas. La orientación autónoma protege contra el *burnout*, mientras que las orientaciones controlada e impersonal lo incrementan (Neufeld et al., 2025). La TCM diferencia entre metas intrínsecas (crecimiento personal, disfrute, contribución social) y metas extrínsecas (dinero, fama, apariencia) (Ryan y Deci, 2000). Las primeras se asocian con la satisfacción de necesidades y menor *burnout*, mientras que las segundas generan mayor estrés y síntomas de desgaste (Hodge et al., 2008). Según la TMR, que enfatiza el papel de las relaciones interpersonales (Deci y Ryan, 2000), los vínculos de calidad que fomenten el apoyo y la autonomía promueven, a su vez, la motivación intrínseca y reducen el *burnout*. En cambio, un entorno controlador está vinculado con la motivación extrínseca controlada y la posibilidad de padecer el síndrome (Ryan et al., 2006).

En conjunto, la aplicación de la TAD permite comprender cómo distintos factores motivacionales inciden en la aparición del *burnout*. No obstante, dada la diversidad de enfoques y hallazgos, la presente revisión sistemática busca integrar la información disponible al respecto, y puesto que la última revisión importante en este campo fue realizada por Li et al., (2013) y abarcó estudios hasta 2012, se impone actualizar el estado del tema incorporando investigaciones recientes. El objetivo es evaluar la evidencia empírica actualizada en torno a la TAD aplicada al deporte y su relación con el *burnout*, analizando los aportes de cada miniteoría, los resultados obtenidos y su impacto en la prevención y manejo de este fenómeno.

Método. El estudio se desarrolló siguiendo las directrices de la declaración PRISMA (Page et al., 2021) y la lista de verificación del *Joanna Briggs Institute* (JBI, 2017) con el fin de garantizar el rigor metodológico. La pregunta de investigación planteada desde el marco PECOS fue: «En deportistas (P), ¿cómo se relaciona la aplicación de la TAD (E) en el contexto deportivo (C) con el *burnout* (O) según la evidencia empírica (S)?» En septiembre del 2024, dos revisoras independientes llevaron a cabo la identificación de estudios relevantes utilizando una estrategia avanzada de búsqueda en títulos y resúmenes con la fórmula: «*athlet* burnout*» OR «*sport* burnout*» AND «*self determination theory*» OR «SDT» OR «*motivat**», aplicada a títulos y resúmenes. La consulta incluyó términos relacionados con *athlete burnout* (burnout en deportistas) y *self-determination theory* (teoría de la autodeterminación). Se utilizaron cinco bases de datos: *Web of Science, Scopus, APA PsycInfo, SPORTDiscus* y *ScienceDirect*, de las que se obtuvieron 654 artículos. Se incluyeron artículos posteriores a 2012 (dado que la última revisión sobre el tema data del 2013) y se excluyeron revisiones, metaanálisis, artículos teóricos, editoriales, disertaciones, literatura gris, preprints y estudios sin datos empíricos, así como investigaciones en poblaciones de no deportistas. A través del software Parsifal, los datos de estos 654 en formatos RIS o BIB fueron cribados y extraídos de forma colaborativa. Tras eliminar los duplicados (502), 152 artículos fueron revisados a texto completo de los que 56 cumplían con los criterios de inclusión. Se evaluó la calidad metodológica de estos artículos con la lista JBI (2017), fijando un punto de corte de 6/8, equivalente al 75%, en línea con escalas como PEDro. Finalmente, únicamente ocho artículos fueron incluidos en la revisión.

Resultados. Los ocho estudios, publicados entre 2015 y 2024, procedían de distintos contextos internacionales (China, Francia, Irlanda, Malasia, Singapur, España y Reino Unido). La mayoría de los estudios adoptaron un diseño metodológico transversal y cuantitativo (con el 62,5% y el 75% de las investigaciones, respectivamente), aunque incluían también un estudio cualitativo y otro con un enfoque mixto. El instrumento más empleado para medir el *burnout* fue el *Athlete Burnout Questionnaire* (ABQ) y sus adaptaciones culturales. En relación con la TAD, los cuestionarios más utilizados fueron el *Behavioural Regulation in Sport Questionnaire* (BRSQ), la *Basic Needs Satisfaction in Sport Scale* (BNSSS) y la *Sport Motivation Scale* (SMS). Por su parte, los estudios cualitativos aplicaron entrevistas semiestructuradas basadas en el ABQ y los principios de la TAD. El tamaño de las muestras varió notablemente, con un promedio de 400 deportistas, con un rango entre 10 (estudio cualitativo) y 1011 participantes. La media de edad fue 17,3 años, compuesta predominantemente por jóvenes deportistas que practicaban

modalidades individuales como colectivas. El 75% de los artículos incluyó a deportistas de ambos sexos; sin embargo, en la totalidad de la muestra predominó el sexo masculino frente al femenino. En cuanto a la aplicación de la TAD, los estudios se centraron únicamente en dos subteorías. Tres de ellos se enfocaron en la TIO, y otros tres, en la TNPB (tres estudios). Además, un estudio utilizó ambas subteorías de manera complementaria y otro se enmarcó de forma más general en la TAD. Los estudios basados en TIO (Graña et al., 2021; Langan et al., 2015; Madigan et al., 2016) mostraron que la motivación autónoma actúa como factor protector frente al *burnout*, mientras que la motivación controlada incrementa el riesgo. Además, se observó que la motivación media la relación entre el perfeccionismo y *burnout*, y que el *engagement* puede moderar esta relación en función del tipo de deporte. En los trabajos desde la TNPB (Li et al., 2017; Martinent et al., 2021; Yang et al., 2024) destacó la relevancia de la satisfacción de las necesidades de autonomía, competencia y relación para reducir el *burnout*. Al analizar la interacción de los resultados de estas dos teorías (OIT y TNPB) se obtiene que el *burnout* se asocia, desde el tipo de motivación, con regulaciones controladas e incluso con la conducta no regulada (amotivación), y con la insatisfacción de las NPB (De Francisco et al., 2020; Martin y Hong, 2022).

Conclusiones. Los hallazgos de esta revisión sistemática sobre la relación entre la TAD y el *burnout*, orientados mayoritariamente a dos de sus subteorías (TIO y TNPB), han demostrado la relevancia crucial de la satisfacción de las necesidades psicológicas y de los distintos tipos de regulación motivacional como antecedentes del *burnout*. Para una comprensión más profunda y completa del síndrome, se requieren futuros estudios longitudinales y de intervención que permitan evaluar estrategias de prevención a largo plazo. Además, esta revisión ha puesto de manifiesto la amplitud de la perspectiva geográfica del fenómeno al mostrar investigaciones en países asiáticos y europeos.

Referencias

De Francisco, C., Sánchez-Romero, E. I., Vílchez, M. P., & Arce, C. (2020). Basic psychological needs, burnout and engagement in sport: The mediating role of motivation regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(14), 4941. https://doi.org/10.3390/ijerph17144941

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, *19*(2), 109–134. https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6

Dišlere, B. E., Mārtinsone, K., & Koļesņikova, J. (2025). A scoping review of longitudinal studies of athlete burnout. *Frontiers in Psychology, 16*, 1502174. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1502174

Graña, M., De Francisco, C., & Arce, C. (2021). The relationship between motivation and burnout in athletes and the mediating role of engagement. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 18*, 4884. https://doi.org/10.3390/ijerph18094884

Hodge, K., Lonsdale, C., & Ng, J. Y. Y. (2008). Burnout in elite rugby players: The mediating role of basic psychological needs satisfaction. *Journal of Sports Sciences*, *26*(8), 835–844. https://doi.org/10.1080/02640410701784525

Joanna Briggs Institute (2017). *Checklist for systematic reviews and research syntheses*. https://jbi.global/critical-appraisal-tools

Langan, E., Toner, J., Blake, C., & Lonsdale, C. (2015). Testing the effects of a self-determination theory-based intervention with youth Gaelic football coaches on athlete motivation and burnout. *The Sport Psychologist, 29*(*4*), 293-301. https://doi.org/10.1123/tsp.2013-0107

Li, C., Wang, C. K. J., & Pyun, D. Y. (2017). Impacts of talent development environments on athlete burnout: a self-determination perspective. *Journal of Sports Sciences, 35*(18), 1–8. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1240370

Li, C., Wang, C. J., Pyun, D. Y, & Kee, Y. H. (2013). Burnout and its relations with basic psychological needs and motivation among athletes: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, *14*(5), 692-700. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2013.04.009

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective. *Journal of Sports Sciences*, *27*(8), 785-795. https://doi.org/10.1080/02640410902929366

Madigan, D. J., Stoeber, J., & Passfield, L. (2016). Motivation mediates the perfectionism-burnout relationship: A three-wave longitudinal study with junior athletes. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 38*(4), 341–354. https://doi.org/10.1123/jsep.2015-0238

Martin, K., & Hong, H. J. (2022). Features and effects of athlete burnout among top amateur female rugby union players. *The Sport Psychologist, 36*(3), 195-205. https://doi.org/10.1123/tsp.2022-0034

Martinent, G., Gareau, A., Guillet-Descas, E., Lienhart, N., & Nicaise, V. (2021). Basic psychological need profiles among adolescent athletes in intensive training settings: Relationships with sport burnout and engagement. *International Journal of Stress Management, 28*(3), 197–206. https://doi.org/10.1037/str0000226

Neufeld, A., Malin, G., Babenko, O., & Orsini, C. (2025). Examining resident burnout through the lens of self-determination theory: The role of general causality orientations. *Journal of Graduate Medical Education, 17*(2), 224-228. https://doi.org/10.4300/JGME-D-24-00481.1

Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw,

J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., … Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: An updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ, 372*, n71. http://doi.org/10.1136/bmj.n71

Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *19*(4), 396-417. https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.396

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist*, *55*(1), 68–78. https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68

Ryan, R. M., Deci, E. L., & Grolnick, W. S. (2006). Autonomy, relatedness, and the self: Their relation to development and psychopathology. En D. Cicchetti, & D. J. Cohen (Eds.), *Developmental* Psychopathology (Vol. 1: Theory and methods, pp. 618–659). John Wiley & Sons.

Yang, L., Zhang, Z., Zhang, J. et al. (2024). The relationship between competitive anxiety and athlete burnout in college athlete: the mediating roles of competence and autonomy. *BMC Psychology, 12*, 396. https://doi.org/10.1186/s40359-024-01888-2

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 358-363
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

MÁS ALLÁ DEL *BURNOUT*: FACTORES QUE PROMUEVEN EL ENGAGEMENT EN DEPORTISTAS

M. Claudia Scurtu[1], M. Pilar Vílchez[2], Rosa Tinoco[1], Cristina De Francisco[1]

[1]Universidad de Sevilla, [2]Universidad Católica de Murcia

mscurtu@us.es, mdpvilchez@ucam.edu, rosbartin@alum.us.es, cdefrancisco@us.es

Introducción. El *engagement* deportivo se ha consolidado como un concepto central para entender el funcionamiento óptimo de los deportistas desde la perspectiva de la psicología positiva. A diferencia del *burnout*, que representa una respuesta desadaptativa frente a las exigencias del deporte, el *engagement* refleja una adaptación saludable y el desarrollo pleno del deportista en dicho contexto (DeFreese y Smith, 2013). El *engagement* se define como un estado cognitivo-afectivo compuesto por cuatro dimensiones clave: vigor (altos niveles de energía física, mental y emocional), confianza (creencia en la propia capacidad de rendimiento), dedicación (compromiso para alcanzar metas) y entusiasmo (disfrute en la práctica deportiva) Esta conceptualización, junto con el desarrollo del primer instrumento para medir el constructo, el *Athlete Engagement Questionnaire* (AEQ), fue propuesta por Lonsdale et al. (2007a, 2007b).

Hasta el momento, no se han propuesto modelos integrales de *engagement* deportivo que contemplen de manera conjunta sus antecedentes, mediadores, moderadores y consecuencias. Los trabajos se han centrado en analizar relaciones entre variables concretas. Por ejemplo, Gu et al. (2023) construyeron un modelo de mediación para examinar la influencia de la relación entrenador-deportista sobre el *engagement* y el efecto mediador del florecimiento (*thriving*) entre ellas. Otros trabajos han explorado las fortalezas individuales y grupales (Stander et al., 2017) y la identidad del deportista (Babić et al., 2015). Igualmente, el *engagement* se ha visto estrechamente vinculado con la satisfacción de las necesidades psicoló-

gicas básicas (De Francisco et al., 2020; Hodge et al., 2009; Jowett et al., 2016) y el perfeccionismo (Jowett et al., 2016; Waleriańczyk et al., 2022). Pese a ello, el campo de estudio continúa conceptualmente fragmentado y carece de un marco teórico unificado. Esta dispersión limita la comprensión de las interacciones entre los diferentes factores implicados y dificulta el diseño de intervenciones basadas en evidencia que promuevan el *engagement* y, al mismo tiempo, reduzcan el riesgo de *burnout* en los deportistas.

Hasta la fecha, únicamente se ha publicado una revisión sobre el *engagement* en deportistas de élite (Wang, 2023) con búsqueda en cuatro bases de datos (*Web of Science, Scopus*, CNKI y *Wanfang Data*), considerando estudios en inglés y chino publicados entre 2001 y 2022. El presente trabajo amplía ese enfoque al realizar una *scoping review*, que permite abarcar un espectro más amplio de literatura, identificar vacíos de conocimiento, clarificar conceptos y establecer bases sólidas para el desarrollo de futuras investigaciones (Peters et al., 2020). Para estructurar la búsqueda, se empleó el marco PECOS, derivado de PICOS, sustituyendo «Intervención» por «Exposición», con el fin de identificar asociaciones entre variables en lugar de medir eficacia de intervenciones (Sánchez-Meca, 2022; Sánchez-Martín et al., 2023). La pregunta de investigación planteada fue: «En deportistas (P), ¿qué factores (E) en el contexto deportivo del rendimiento (C) se relacionan con el *engagement* (O), según la evidencia empírica (S)?».

Método. La revisión se desarrolló conforme a la guía PRISMA-ScR (Tricco et al., 2018) y al modelo de cinco etapas de Arksey y O'Malley (2005): definición de la pregunta de investigación, búsqueda de estudios relevantes, selección de estudios, mapeo de datos y síntesis de resultados. Hasta mayo de 2024, dos revisoras independientes realizaron la búsqueda de estudios relacionados con el *engagement* deportivo y se recuperaron 1.428 artículos: EBSCO (456), *Web of Science* (344), *Scopus* (337), *PsycInfo* (125), *SPORTDiscus* (86), *ScienceDirect* (40) y ERIC (40). Tras eliminar los duplicados (827), se obtuvieron 603 artículos para el cribado con el software Rayyan por dos investigadores de manera independiente. Posteriormente se prescindió de los artículos que hacían referencia a otras clases de *engagement* (laboral, vocacional, comunitario, etc.). Una vez aplicados los criterios de inclusión (Tabla 1), se seleccionaron 70 artículos potencialmente elegibles (63 procedentes de bases de datos y 7 de fuentes externas). Su calidad metodológica fue evaluada mediante la escala PEDro en su versión española elaborada por Gómez-Conesa et al. (2015) y los estudios con una puntuación mínima de 8 sobre 11 fueron considerados para la revisión.

Tabla 1. *Criterios de inclusión*

Descripción	Términos de búsqueda
Engagement	"*engagement* AND *athlet**" [*title/abstract*] OR "*engagement* AND *sport**" [*title/abstract*]
Población	Atletas
Tipos de deportistas	Deportistas federados que compiten
Edad	Mayores de 12 años
Fecha de publicación	Sin límite de fecha
Tipo de publicación	Estudios empíricos o estudios de casos (se excluyeron las revisiones sistemáticas, los metaanálisis, los artículos teóricos, las tesis doctorales y los resúmenes de conferencias, así como los estudios intervencionistas)
Idioma	Todos los idiomas

Resultados. Finalmente se seleccionaron 48 estudios publicados entre 2007-2024 (47 cuantitativos y solo uno cualitativo). De ellos, seis emplearon un diseño longitudinal y 42 fueron transversales, con muestras entre 15 y 1.188 deportistas, y una media de 340 participantes. Las investigaciones abarcaron tanto deportes individuales como colectivos, predominando el fútbol. La mayoría de las muestras estuvieron compuestas por varones, aunque algunos estudios incluyeron mujeres o no especificaron el sexo. La edad media de los participantes fue de 19,27 años, con un rango de 10 a 67, concentrándose la mayoría de los trabajos en adolescentes y adultos jóvenes (12–30 años). La información relativa al nivel competitivo y a la carga de entrenamiento no siempre estuvo disponible, lo que limitó el análisis comparativo. En los estudios que sí reportaron estos datos (50%), los deportistas procedían de diferentes niveles, con una carga semanal promedio de 8,75 horas de entrenamiento, dentro de un rango de 4,28 a 17,76 horas.

El *Athlete Engagement Questionnaire* (AEQ) fue el instrumento más empleado, lo que confirma su validez y utilidad en la evaluación del *engagement* deportivo (37 estudios; 79,16%). La única investigación cualitativa confirmó las cuatro dimensiones del *engagement* (vigor, confianza, dedicación y entusiasmo), base del AEQ.

En total, se identificaron 41 variables relacionadas con el *engagement*, que incluyeron variables demográficas, deportivas y, sobre todo, psicológicas, siendo estas últimas las más exploradas (33 variables). La teoría de la autodeterminación proporcionó un marco sólido para explicar cómo las necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia y relación) se relacionan con el *engagement*. La satisfacción de estas necesidades incrementa el *engagement* deportivo, mientras que su insatisfacción lo reduce. Entre los antecedentes del *engagement* destacaron

las necesidades psicológicas básicas y el perfeccionismo, seguidos del clima motivacional y la relación entrenador-deportista. Como consecuencias, sobresalieron el rendimiento y el *burnout*. La motivación apareció como mediador central, junto con la fortaleza mental y otras variables psicosociales.

Ocho estudios han examinado el *engagement* del deportista como precursor o mediador de otras variables clave, evidenciando una asociación positiva con el rendimiento deportivo y el número de horas de entrenamiento. A nivel psicológico, se encontró una relación consistente entre el *engagement* y rasgos de personalidad como la estabilidad emocional y la responsabilidad, así como con la fortaleza mental y la autoeficacia. Se destacó la función mediadora del *engagement* en la relación entre estos factores psicológicos y el éxito deportivo. De manera inversa, el *engagement* se asoció negativamente con el consumo de alcohol, y positivamente con la resiliencia psicológica, lo que sugiere que contribuye al desarrollo de una mayor capacidad de adaptación. Adicionalmente, se observó que la autoestima física es comparable tanto en deportistas activos como en exdeportistas, y que la confianza, la dedicación y la orientación a las metas la predicen. Estos hallazgos demuestran que el *engagement* está intrínsecamente ligado a la salud mental y al éxito en la práctica deportiva.

El *burnout* fue la variable más investigada, apareciendo como antecedente, consecuencia, mediador o correlato del *engagement* (nueve estudios). Los hallazgos evidenciaron una relación bidireccional: niveles elevados de *engagement* predicen disminuciones posteriores en el *burnout*, y viceversa.

Conclusiones. La presente *scoping review* confirma que el *engagement* deportivo es un constructo central en psicología del deporte, relevante para comprender cómo los deportistas mantienen y optimizan su rendimiento a lo largo del tiempo. Se identificó una amplia variedad de factores asociados al *engagement* —psicológicos, contextuales y relacionales— que proporcionan una base sólida para futuras investigaciones y aplicaciones prácticas. No obstante, aún se desconoce cómo interactúan estos factores entre sí y cuáles son sus consecuencias a largo plazo, lo que limita la posibilidad de diseñar intervenciones completamente fundamentadas y efectivas.

Referencias

Arksey, H., & O'Malley, L. (2005). Scoping studies: Towards a methodological framework. *International Journal of Social Research Methodology, 8*(1), 19–32. https://doi.org/10.1080/1364557032000119616

Babić, V., Sarac, J., Missoni, S., & Sindik, J. (2015). Athletic engagement and athletic identity in top Croatian sprint runners. *Collegium Antropologicum, 39*(3), 521–528.

De Francisco, C., Sánchez-Romero, E. I., Vilchez Conesa, M. P., & Arce, C. (2020). Basic psychological needs, burnout and engagement in sport: The mediating role of motivation regulation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *17*(14), 4941. https://doi.org/10.3390/ijerph17144941

DeFreese, J. D. & Smith, A. L. (2013). Areas of worklife and the athlete burnout-engagement relationship. *Journal of Applied Sport Psychology, 25*(2), 180-196. http://doi.org/10.1080/10413200.2012.705414

Gómez-Conesa, A., Serrano, C. S., Matamoros, D. C., López-López, J. A. (2015). The Spanish translation and adaptation of the PEDro scale. *Physiotherapy, 101*(1), 463-464. https://doi.org/10.1016/J.PHYSIO.2015.03.3250

Gu, S., Peng, W., Du, F., et al. (2023). Association between coach-athlete relationship and athlete engagement in Chinese team sports: The mediating effect of thriving. *PLOS ONE, 18*(8). https://doi.org/10.1371/journal.pone.0289979

Hodge, K., Lonsdale, C., & Jackson, S. A. (2009). Athlete engagement in elite sport: An exploratory investigation of antecedents and consequences. *The Sport Psychologist*, *23*(2), 186-202. http://doi.org/10.1123/tsp.23.2.186

Jowett, G. E., Hill, A. P., Hall, H. K., & Curran, T. (2016). Perfectionism, burnout and engagement in youth sport: The mediating role of basic psychological needs. *Psychology of Sport and Exercise, 24,* 18–26. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2016.01.001

Lonsdale, C., Hodge, K., & Raedeke, T. D. (2007a). Athlete engagement: I. A qualitative investigation of relevance and dimensions. *International Journal of Sport Psychology, 38*(4), 451–470.

Lonsdale, C., Hodge, K., & Jackson, S. A. (2007b). Athlete engagement: II. Developmental and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology, 38*(4), 471–492.

Peters, M. D. J., Godfrey, C., McInerney, P., Munn, Z., Tricco, A. C., & Khalil, H. (2020). Scoping reviews. En E. Aromataris & Z. Munn (Eds.), *JBI manual for evidence synthesis*. http://doi.org/10.46658/JBIMES-20-12

Sánchez-Meca, J. (2022). Revisiones sistemáticas y meta-análisis en Educación: un tutorial. *RiiTE Revista Interuniversitaria de Investigación en Tecnología Educativa, 12*, 5–40. https://doi.org/10.6018/riite.545451

Sánchez-Martín, M., Pedreño-Plana, M., Ponce-Gea, A. I., Navarro-Mateu, F. (2023). And, at first, it was the research question… The PICO, PECO, SPIDER and FINER formats. *Espiral. Cuadernos del Profesorado 16*(32). 126-136. https://doi.org/10.25115/ecp.v16i32.9102

Stander, F. W., De Beer, L. T., & Stander, M. W. (2017). A strength-based approach to athlete engagement: An exploratory study. *South African Journal for Research in Sport, Physical Education and Recreation, 39*(1), 165-175.

Tricco, A. C., Lillie, E., Zarin, W., O'Brien, K. K., Colquhoun, H., Levac, D., Moher, D., Peters, M. D. J., Horsley, T., Weeks, L., Hempel, S., Akl, E. A., Chang, C., McGowan, J., Stewart, L., Hartling, L., Aldcroft, A., Wilson, M. G., Garritty, C., Lewin, S., … Straus, S. E. (2018). PRISMA extension for scoping reviews (PRISMA-ScR): Checklist and Explanation. *Annals of Internal Medicine*, *169*(7), 467–473. https://doi.org/10.7326/M18-0850

Waleriańczyk, W., & Stolarski, M. (2022). Perfectionism, athlete burnout, and engagement: A five-month longitudinal test of the 2 × 2 model of perfectionism. *Personality and Individual Differences, 195*, 111698. https://doi.org/10.1016/j.paid.2022.111698

Wang, L. (2023). Factors influencing athlete engagement in high-level athletes: A systematic review. *International Journal of Scientific and Management Research, 6*(12), 32–44. http://doi.org/10.37502/IJSMR.2023.61203

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 364-368
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CUANDO ARBITRAR TAMBIÉN DESGASTA: EXPERIENCIAS SUBJETIVAS DE *BURNOUT* EN JUECES DE TIRO OLÍMPICO

M Rocío Bohórquez, Zahra Essamadi, Cristina De Francisco

Universidad de Sevilla

rociobohorquez@us.es, zahessbel@alum.us.es, cdefrancisco@us.es

Introducción. El *burnout*, definido inicialmente en el ámbito laboral, fue conceptualizado por Maslach y Jackson (1981) a través de tres dimensiones evaluadas con el *Maslach Burnout Inventory* (MBI): agotamiento emocional, despersonalización y reducida realización personal. Este modelo describe un proceso progresivo en el que el trabajador, tras un estado inicial de cansancio emocional, desarrolla actitudes negativas y cínicas hacia las personas destinatarias de su labor, junto con sentimientos de ineficacia respecto a su propio desempeño. En el ámbito deportivo, Raedeke (1997) adaptó esta conceptualización incorporando la fatiga física al agotamiento, redefiniendo la despersonalización como devaluación del deporte practicado —una forma de cinismo hacia la práctica deportiva— y reformulando la reducida realización personal como sentimientos de ineficacia vinculados al rendimiento y a los logros deportivos.

A pesar de la creciente literatura sobre el *burnout* en deportistas y entrenadores, la figura del árbitro o juez deportivo ha permanecido en un segundo plano, siendo un colectivo escasamente estudiado. Esta omisión es llamativa, dado que los jueces desempeñan un rol de alta complejidad y responsabilidad, tomando decisiones cruciales bajo una intensa presión temporal y social (Raab et al., 2020).

Los primeros estudios del *burnout* en árbitros deportivos se centraron en su posible influencia en el abandono de la actividad (Rainey y Hardy, 1999; Taylor et al., 1990). Los árbitros deben velar por el adecuado funcionamiento de las competiciones, lo que, unido a una baja tolerancia social a sus errores, a los pocos reconocimientos y a las muchas críticas que reciben (Oliveira et al., 2018) -entre otros

factores-, puede generarles ansiedad y estrés de manera continuada, favoreciendo en muchos casos el abandono del arbitraje (Dell et al., 2016; Webb et al., 2020).

En el contexto específico del Tiro Olímpico, un deporte donde el factor psicológico es absolutamente decisivo, no existen estudios previos que exploren los procesos de *burnout* en sus jueces. Esta investigación emerge para llenar ese vacío de conocimiento, buscando comprender en profundidad las vivencias y significados que los jueces de esta disciplina construyen en torno a su labor y al desgaste profesional. El objetivo principal es, por tanto, analizar las variables relacionadas con la aparición y el mantenimiento del *burnout* en jueces de Tiro Olímpico, explorando los discursos y las experiencias subjetivas que configuran este fenómeno.

Método. Este estudio se fundamenta en los principios del constructivismo epistemológico y el relativismo ontológico. Para abordar el objetivo desde este posicionamiento, se adoptó una metodología cualitativa descriptiva, utilizando el enfoque de la Teoría Fundamentada desarrollada por Glaser y Strauss (1967). Los participantes fueron seleccionados de manera intencionada, buscando participantes que pudieran ofrecer una rica y profunda perspectiva sobre el fenómeno. Estuvo compuesta por dos jueces de Tiro Olímpico (un hombre y una mujer, árbitros nacional e internacional respectivamente) con una alta tasa de arbitraje en las Federaciones Andaluza y Española de Tiro Olímpico. El juez-árbitro masculino tenía 46 años, y arbitra tanto modalidades de Precisión como Recorridos de Tiro. Se inició en el deporte hacía 6 años y en el arbitraje hacía 5. Su máxima competición arbitrada ha sido un campeonato de España. La jueza femenina tenía 41 años, árbitra a nivel internacional de sobre todo Precisión, pero también Recorridos de Tiro. Proviene de una familia de tiradores y jueces, iniciándose en la práctica a los 15 años y en el arbitraje a los 16. Su máxima competición ha sido un Campeonato del Mundo. La técnica de recolección de datos fue la entrevista semiestructurada en profundidad. Se elaboró un guion con preguntas abiertas que cubrían las dimensiones del *burnout*, las motivaciones de inicio y mantenimiento, y las posibles causas de abandono. Las entrevistas se realizaron de forma presencial, en un entorno tranquilo y libre de interrupciones, con una duración aproximada de 30 minutos cada una. Las entrevistas grabadas fueron transcritas literalmente para su análisis de manera colaborativa siguiendo un enfoque de «amigo crítico» para enriquecer la interpretación y asegurar la rigurosidad. Cada investigadora analizó una entrevista de forma independiente, identificando unidades de significado y asignando códigos. Posteriormente, intercambiaron las entrevistas para realizar un segundo análisis y llevaron a cabo una revisión conjunta, discutiendo y consensuando las interpretaciones y recodificando los datos cuando fue necesario.

Resultados. A partir del análisis de los relatos, emergen como elementos significativos la experiencia previa y la presencia de un entorno relacional respetuoso, los cuales son percibidos por los jueces como factores que contribuyen a mitigar el desgaste emocional y físico asociado a su labor, funcionando como elementos protectores. Por otro lado, también se identifican tensiones vinculadas a la aparición de dificultades técnicas y a la percepción de escaso reconocimiento institucional hacia el rol arbitral, aspectos que los participantes asocian con un incremento en la vivencia del *burnout*.

En lo relativo a los elementos protectores, la experiencia se percibe como un factor clave que permite «minimizar y relativizar los problemas», dotando a los jueces de mayores recursos de afrontamiento. Además, el entorno del Tiro Olímpico es descrito como respetuoso, con buenas relaciones entre compañeros y deportistas, lo que genera un clima laboral positivo.

Para los factores de riesgo, los fallos tecnológicos que escapan al control del juez o comportamientos disruptivos por parte de algunos deportistas y que pueden hacer que una competición «se te vaya de las manos», generan una intensa sensación de frustración en los jueces. La complejidad reglamentaria, por su densidad y extensión, suponen para estos jueces una alta carga cognitiva y una necesidad de consulta constante, lo que provoca un notable agotamiento psicológico. Por otro lado, aunque las agresiones físicas son inexistentes, las verbales sí ocurren. Además, la gestión de la seguridad al trabajar con armas de fuego añade percepción de estrés y responsabilidad constante. Finalmente, la percepción de que su esfuerzo no es agradecido y tener que lidiar con estereotipos negativos (como ser visto como un «niñato» por ser joven) afecta al bienestar de los jueces.

Por otro lado, como tema emergente, en el caso particular del Tiro Olímpico, se visibiliza una vivencia compleja relacionada con la necesidad de conciliar el doble rol de deportista y juez, donde la ambigüedad de rol se percibe como una carga adicional que, desde la perspectiva de los jueces, intensifica el riesgo de *burnout*.

Conclusiones. Los hallazgos de este estudio cualitativo ofrecen una visión del *burnout* en un colectivo hasta ahora inexplorado. Los resultados dialogan con la literatura existente, pero también aportan especificidades propias del Tiro Olímpico. Las conclusiones principales que se desprenden del análisis son:

— El *burnout* en este colectivo es un fenómeno multifactorial, donde interactúan estresores situacionales, demandas del rol y recursos personales. La estructura tridimensional del *burnout* propuesta por Raedeke (1997) se ve reflejada en los discursos de los participantes: el agotamiento se manifiesta en el cansancio físico y mental tras largas jornadas y la gestión

de reglamentos complejos; la devaluación se percibe en la frustración generada por la falta de reconocimiento y los conflictos; y la reducida eficacia se conecta con la sensación de no poder controlar situaciones disruptivas.

— Factores como la experiencia acumulada, un entorno respetuoso y una fuerte motivación intrínseca por el deporte actúan como importantes factores de protección frente al desgaste profesional.

— Por el contrario, estresores específicos como la complejidad reglamentaria, los problemas técnicos incontrolables, la falta de reconocimiento y la gestión de comportamientos disruptivos son potentes desencadenantes del *burnout*.

— La conciliación de múltiples roles (juez, deportista, entrenador) constituye un desafío significativo que puede incrementar la vulnerabilidad al síndrome.

— A pesar de los desafíos, la pasión por el deporte y la posibilidad de desarrollo y progreso en la carrera arbitral son los principales motores que sostienen el compromiso y previenen el abandono.

Este trabajo, pionero en su campo, aunque basado en un enfoque exploratorio con una muestra limitada, abre la puerta a futuras líneas de investigación que podrían explorar estas dinámicas con muestras más amplias y desarrollar programas de intervención y prevención adaptados a las necesidades específicas de este colectivo fundamental para el deporte.

Referencias

Dell, C., Gervis, M., & Rhind, D. J. A. (2014). Factors influencing soccer referee's intentions to quit the game. *Soccer & Society, 17*(1), 109–119. https://doi.org/10.1080/14660970.2014.919275

Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Aldine.

Maslach, C., & Jackson, S. E. (1981). The measurement of experienced burnout. *Journal of Organizational Behavior, 2*(2), 99–113. https://doi.org/10.1002/job.4030020205

Oliveira, B. D., Penna, E. M., & Pires, D. A. (2018). Síndrome de burnout em árbitros de futebol. *Revista de Psicología del Deporte, 27*(4), 31-36

Raab, M., Avugos, S., Bar-Eli, M., & MacMahon, C. (2020). The referee's challenge: A threshold process model for decision making in sport games. *International Re-*

view of Sport and Exercise Psychology, 14(1), 208–228. https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1783696

Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 19*(4), 396–417. https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.396

Rainey, D. W., & Hardy, L. (1999). Sources of stress, burnout and intention to terminate among rugby union referees. *Journal of Sports Sciences, 17*(10), 797–806. https://doi.org/10.1080/026404199365515

Taylor, A. H., Daniel, J. V., Leith, L., & Burke, R. J. (1990). Perceived stress, psychological burnout and paths to turnover intentions among sport officials. *Journal of Applied Sport Psychology, 2*(1), 84–97. https://doi.org/10.1080/10413209008406422

Webb, T., Dicks, M., Thelwell, R., Van der Kamp, J., & Rix-Lievre, G. (2020). An analysis of soccer referee experiences in France and the Netherlands: Abuse, conflict, and level of support. *Sport Management Review, 23*(1), 52-65. https://doi.org/10.1016/j.smr.2019.03.003

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 369-373
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

BURNOUT Y ENGAGEMENT: TESTIMONIO DE UNA ÁRBITRO

Rosa Tinoco[1], Jesús Portillo[2], Rosa Ana Llames[1], Cristina De Francisco[1]

[1]Universidad de Sevilla, [2]Universidad Loyola

rosbartin@alum.us.es, jportillo@uloyola.es, rllames1@us.es, cdefrancisco@us.es

Introducción. El arbitraje deportivo constituye un espacio de alta exigencia psicológica y emocional. En este contexto, el estudio del *burnout* y el *engagement* resulta esencial para comprender las dinámicas de malestar y bienestar por las que pasan quienes ejercen esta función. A pesar de que la literatura ha abordado ampliamente ambos constructos en el deporte, la evidencia específica sobre árbitros es aún incipiente, por lo que se suelen emplear las definiciones y teorías planteadas en otras poblaciones para intentar explicarlos (De Francisco et al., 2022).

Respecto al *burnout*, los principales modelos psicológicos se han formulado principalmente en torno a la figura del deportista. El primer marco teórico es el modelo cognitivo-afectivo de Smith (1986), decisivo al situar el *burnout* en un desequilibrio entre demandas y recursos. Desde una perspectiva distinta, Schmidt y Stein (1991) desarrollan la teoría del compromiso deportivo, donde la interacción entre beneficios, costes, satisfacción, alternativas e inversiones podía dar lugar a diferentes formas de compromiso, siendo el atrapamiento la que incrementaba el riesgo de *burnout*. El modelo social de Coakley (1992), en cambio, plantea que es la estructura deportiva de carácter controlador quien genera el síndrome al restringir la autonomía y el desarrollo identitario de los jóvenes deportistas. Finalmente, la teoría de la autodeterminación ha subrayado que la frustración de necesidades psicológicas básicas —autonomía, relación y competencia— constituye un antecedente central en la aparición del *burnout*, al que se suma el papel de las regulaciones motivacionales: cuando la conducta está guiada por formas de regulación

controlada (ej. presión externa), se incrementa el riesgo, mientras que una regulación más autónoma y autodeterminada protege frente al síndrome (Lonsdale et al., 2009). Por último, el modelo integrador de Gustafsson et al. (2011) constituye un intento de unificar aportaciones de las distintas perspectivas, incorporando además nuevas dimensiones (por ejemplo, el papel del estado de ánimo negativo, los problemas físicos e inmunológicos, entre otros).

En relación con el *engagement*, este constructo se ha definido en contraposición al *burnout* como una condición positiva persistente de implicación en el trabajo, en el que la actividad se experimenta no como una fuente de estrés, sino como un reto estimulante (Bakker et al., 2012; Maricuțoiu et al., 2017). Se describe como un estado afectivo-cognitivo caracterizado por absorción, dedicación y vigor (Salanova et al., 2011; Schaufeli, 2013). En el ámbito deportivo, Lonsdale et al. (2007a, 2007b) adaptaron esta definición del contexto laboral identificando cuatro dimensiones interrelacionadas: vigor, dedicación, entusiasmo y confianza. En el colectivo arbitral, los estudios son escasos, y principalmente se han centrado en señalar la pasión como eje central de la permanencia, ya sea vinculada a la motivación intrínseca (Bernal et al., 2012; Philippe et al., 2009) o reforzada por redes de apoyo social (Johansen, 2015; Slack et al., 2013; Warner et al., 2013).

Ante esta escasez de investigaciones, se pone de relieve la necesidad de profundizar en el análisis del *burnout* y del *engagement* en árbitros, con el fin de prevenir el abandono prematuro de la práctica arbitral y mejorar el bienestar de este colectivo. Por ello, el objetivo de este trabajo fue explorar los elementos que inciden en la experiencia de *burnout* y *engagement* en árbitros, poniendo especial atención a: (a) los antecedentes, entendidos como condiciones estructurales y psicológicas que favorecen la aparición de *burnout* o *engagement*; (b) las manifestaciones, es decir, las expresiones concretas; y (c) las consecuencias, que abarcan efectos emocionales, cognitivos y relacionales.

Método. Se adoptó una metodología cualitativa, basada en un enfoque experiencial y sustentada en el relato obtenido mediante una entrevista en profundidad. La participante fue una árbitro de hockey sobre hierba y sala, de 27 años, con más de una década de trayectoria y participación en competiciones internacionales. La entrevista permitió recoger un testimonio narrativo detallado acerca de sus vivencias en torno al *burnout* y al *engagement*. El análisis se desarrolló en dos fases complementarias: una codificación deductiva, utilizando categorías previamente establecidas (antecedentes, manifestaciones, consecuencias) con sus subcategorías correspondientes, y una codificación inductiva, orientada a identificar nuevas subcategorías emergentes a partir del relato.

Resultados

Burnout. Los antecedentes más relevantes identificados en la árbitro pueden reinterpretarse a la luz de algunos de los modelos de *burnout* en deportistas comentados anteriormente adaptados a las particularidades del rol arbitral. Así, la *ausencia de control sobre la trayectoria* se vincula con lo planteado por Coakley (1992) respecto a la coacción social y a la falta de autonomía de Lonsdale et al. (2009), al igual que las *altas expectativas externas* y la *presión institucional*; la *frustración de necesidades psicológicas* coincide con lo señalado por Lonsdale et al. (2009); mientras que las *elevadas inversiones personales* se relacionan con lo descrito por Schmidt y Stein (1991). A estos elementos se suman factores emergentes propios del arbitraje, como *la repetición de contextos negativos, evaluaciones percibidas como injustas*, así como la *soledad* asociada a viajes y torneos. El *burnout* se manifestó en forma de *fatiga crónica, desconexión emocional* y *reducida sensación de logro*, en consonancia con la definición de *burnout* en deportistas planteada por Raedeke (1997). Como consecuencia, la árbitro refirió un *estado de ánimo negativo* persistente acorde a Gustafsson et al. (2011).

Engagement. En el relato de la árbitro emergieron como antecedentes el *apoyo social* y una combinación de *motivación* intrínseca y extrínseca. El *engagement* se manifestó en las cuatro dimensiones descritas en la literatura (Lonsdale et al., 2007a, 2007b): la *confianza*, expresada en la sensación de encontrarse en el «*peak*» de su carrera; la *dedicación*, manifestada en la priorización de los partidos por encima de la vida personal; el *vigor,* evidenciado en una energía sostenida*;* y el *entusiasmo*, vinculado con la ilusión de metas futuras. Como consecuencias, la árbitro consideró que el *engagement* favorece un *estilo relacional positivo en el campo*, basado en el disfrute de la función arbitral y en la percepción de estar aportando a los jugadores, así como *beneficios personales* más allá del arbitraje, tales como la adquisición de idiomas y el enriquecimiento cultural derivado de los viajes.

Conclusiones. Los hallazgos muestran que el *burnout* y *engagement* comparten ciertos antecedentes estructurales como factores vinculados a la inversión personal, la presión institucional y la necesidad de reconocimiento. Sin embargo, su vivencia conduce a trayectorias opuestas: el riesgo de desgaste cuando predominan la presión, el aislamiento y las restricciones sociales, frente a la experiencia de compromiso positivo cuando se activan recursos de apoyo, reconocimiento y motivación autónoma.

No todas las teorías encontraron correspondencia plena en el relato. Modelos como los de Smith (1986) o Silva (1990) apenas se reflejaron en la narrativa

de *burnout*; y en el caso del *engagement*, la pasión, destacada en estudios previos, no emergió como factor central. Estos matices refuerzan la necesidad de seguir contrastando empíricamente los modelos en el colectivo arbitral considerando las particularidades propias de su rol.

Referencias

Bakker, A. B., Rodríguez-Muñoz, A., & Derks, D. (2012). La emergencia de la psicología de la salud ocupacional positiva. *Psicothema, 24*(1), 66-72. https://reunido.uniovi.es/index.php/PST/article/view/9105

Bernal, J. C., Nix, C., & Boatwright, D. (2012). Sport officials' longevity: Motivation and passion for the sport. *International Journal of Sport Management Recreation & Tourism, 10*, 28-39.

Coakley, J. (1992). Burnout among adolescent athletes: A personal failure or social problem? *Sociology of Sport Journal, 9*(3), 271-285. https://doi.org/10.1123/ssj.9.3.271

De Francisco, C., Sánchez-Romero, E. I., y Tomé, D. (2022). Burnout y engagement en el arbitraje: estado de la cuestión. En A. S. Almeida, F. Arbinaga & M. Á. Betancor (Coords.), *Arbitraje y juicio deportivo: un análisis desde la pedagogía y la psicología* (pp. 353-371). Octaedro.

Gustafsson, H., Kenttä, G., y Hassmén, P. (2011). Athlete burnout: An integrated model and future research directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 4*(1), 3-24. https://doi.org/10.1080/1750984X.2010.541927

Johansen, B. T. (2015). Reasons for officiating soccer: The role of passion-based motivations among Norwegian elite and non-elite referees. *Movement & Sport Sciences – Science & Motricité, 87, 23–30*. https://doi.org/10.1051/sm/2014012

Lonsdale, C., Hodge, K., & Raedeke, T. D. (2007a). Athlete engagement: I. A qualitative investigation of relevance and dimensions. *International Journal of Sport Psychology, 38*(4), 451–470.

Lonsdale, C., Hodge, K., & Jackson, S. A. (2007b). Athlete engagement: II. Development and initial validation of the Athlete Engagement Questionnaire. *International Journal of Sport Psychology, 38*(4), 471-492.

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. (2009). Athlete burnout in elite sport: A self-determination perspective. *Journal of Sports Sciences, 27*(8), 785-795. https://doi.org/10.1080/02640410902929366

Maricuțoiu, L. P., Sulea, C., & Iancu, A. (2017). Work engagement or burnout: Which comes first? A meta-analysis of longitudinal evidence. *Burnout Research, 5*, 35-43. https://doi.org/10.1016/j.burn.2017.05.001

Philippe, F. L., Vallerand, R. J., Andrianarisoa, J., & Brunel, P. (2009). Passion in referees: Examining their effective and cognitive experiences in sport situations. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *31*(1), 77-96. https://doi.org/10.1123/jsep.31.1.77

Raedeke, T. D. (1997). Is athlete burnout more than just stress? A sport commitment perspective. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 19*(4), 396–417. https://doi.org/10.1123/jsep.19.4.396

Salanova, M., Llorens, S., & Schaufeli, W. B. (2011). «Yes, I can, I feel good, and I just do it!» On gain cycles and spirals of efficacy beliefs, affect, and engagement. *Applied Psychology, 60*(2), 255-285. https://doi.org/10.1111/j.1464-0597.2010.00435.x

Schaufeli, W.B. (2013). What is engagement? En C. Truss, K. Alfes, R. Delbridge, A. Shantz y E. Soane (Eds.), *Employee engagement in theory and practice* (pp. 1-37). Routledge.

Schmidt, G. W., & Stein, G. L. (1991). Sport commitment: A model integrating enjoyment, dropout, and burnout. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 13*(3), 254-265. https://doi.org/10.1123/jsep.13.3.254

Slack, L. A., Maynard, I. W., Butt, J., & Olusoga, P. (2013). Factors underpinning football officiating excellence: Perceptions of English Premier League referees. *Journal of Applied Sport Psychology, 25*(3), 298-315. https://doi.org/10.1080/10413200.2012.726935

Smith, R. E. (1986). Toward a cognitive-affective model of athletic burnout. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 8*(1), 36-50. https://doi.org/10.1123/jsp.8.1.36

Warner, S., Tingle, J. K., & Kellett, P. (2013). Officiating attrition: The experiences of former referees via a sport development lens. *Journal of Sport Management*, *27*(4), 316-328. https://doi.org/10.1123/jsm.27.4.316

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 374-379
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRENANDO EL CEREBRO DEL FUTBOLISTA: *BIOFEEDBACK* Y NEUROENTRENAMIENTO

Francisco Caamaño Pulleiro

Universidade de Santiago de Compostela

francisco.caamano@rai.usc.gal

Introducción. El rendimiento futbolístico actual está cada vez más gobernado por datos objetivos (físicos, tácticos y nutricionales), pero la dimensión psicológica y psicofisiológica sigue siendo la última frontera, donde todavía existe un gran margen de mejora mediante intervención dirigida. El *biofeedback* y el neuroentrenamiento ofrecen herramientas para visualizar y entrenar respuestas fisiológicas y cerebrales en tiempo real, con aplicaciones directas sobre atención, toma de decisiones, control emocional y gestión de la fatiga mental. La integración entre la psicofisiología y la analítica avanzada representa una oportunidad clave en el fútbol contemporáneo. Por un lado, las mediciones psicofisiológicas, como la variabilidad de la frecuencia cardiaca, la actividad cerebral en tiempo real o los patrones de respuesta autonómica, aportan información directa sobre el estado mental, emocional y atencional del deportista. Por otro, el análisis avanzado de datos permite procesar estos indicadores junto con métricas de carga externa, rendimiento táctico y variables contextuales para construir perfiles individualizados de funcionamiento. Esta sinergia no solo mejora la precisión en la toma de decisiones del cuerpo técnico, sino que abre la puerta a intervenciones más ajustadas, personalizadas y eficaces en el entrenamiento cognitivo, la gestión de la fatiga mental y la optimización del rendimiento global.

Biofeedback y Neurofeedback. El *biofeedback* es una técnica que permite a los individuos aprender a modificar su actividad fisiológica con el objetivo de mejorar su salud y funcionamiento general (Schwartz & Andrasik, 2017; Shaffer & Moss,

2019). A través de dispositivos especializados, se proporciona retroalimentación en tiempo real sobre procesos fisiológicos como la actividad muscular, la temperatura periférica, la conductancia eléctrica de la piel, la respiración, la tensión muscular, la variabilidad de la frecuencia cardíaca, la actividad eléctrica cerebral y el flujo sanguíneo (Thibault et al., 2018). Esta información facilita la toma de conciencia y permite al individuo aprender a modificar su actividad fisiológica, facilitando el control voluntario sobre funciones corporales que normalmente son automáticas. Diversos estudios han demostrado que el *biofeedback*, tanto de manera independiente como combinado con técnicas de entrenamiento mental, resulta eficaz para mejorar el rendimiento deportivo en múltiples disciplinas, incluyendo fútbol, baloncesto, tenis y hockey sobre hielo (Paul et al., 2012; van Boxtel et al., 2024; Rijken et al., 2016). El *neurofeedback* específicamente ha demostrado efectos positivos en jugadores de fútbol profesional y de élite, mejorando aspectos como la concentración, el tiempo de reacción, la toma de decisiones y el control psicofisiológico (Pagaduan et al., 2020). Su aplicación se ha extendido entre profesionales del deporte y entrenadores de rendimiento, quienes emplean estas técnicas basadas en la retroalimentación en tiempo real para fomentar la autorregulación del atleta en el manejo de su estado mental y físico óptimo durante el entrenamiento y la competición (Cheng et al., 2015; Nagy, Pucsok & Balogh, 2024). Dentro del campo del *biofeedback*, el *neurofeedback* se especializa en el entrenamiento de la autorregulación de la actividad eléctrica cerebral, utilizando el EEG como herramienta de evaluación y retroalimentación (Thibault & Raz, 2017; Demos, 2019). A través del *neurofeedback*, los deportistas pueden entrenar la capacidad de modular la actividad de sus ondas cerebrales con el objetivo de alcanzar el estado óptimo para cada situación o necesidad específica. Esto les permite potenciar la atención sostenida cuando el entorno exige máxima concentración, optimizar la regulación emocional en contextos de alta presión o favorecer un estado de activación adecuado para el rendimiento. En consecuencia, esta técnica se convierte en una herramienta práctica para mantener un rendimiento más estable, facilitar una toma de decisiones más eficiente y afrontar con mayor solidez las demandas propias de la competición.

Potenciación de técnicas clásicas. El *biofeedback* no debe considerarse un sustituto de los métodos tradicionales de entrenamiento, terapia o mejora del rendimiento, sino una herramienta complementaria que potencia su efectividad. Su principal valor radica en ofrecer información objetiva, en tiempo real, sobre procesos fisiológicos que normalmente no son conscientes, como la variabilidad cardíaca, la tensión muscular, la respuesta galvánica de la piel o la propia actividad cerebral (Yucha & Montgomery, 2008). Al integrarse con técnicas clásicas propias de la psicología del

deporte, el *biofeedback* permite ajustar y optimizar su ejecución (Strack, Linden & Wilson, 2011). Por ejemplo, un deportista que trabaja la respiración diafragmática puede usar *biofeedback* para visualizar cómo sus ajustes afectan la variabilidad de la frecuencia cardíaca, acelerando el aprendizaje y la internalización de la técnica (Schwartz & Andrasik, 2017). De la misma manera, el *neurofeedback* puede utilizarse para enseñar al deportista a llegar a un estado óptimo para la visualización, lo que permite que las intervenciones que involucran la imaginación sean más vívidas y tengan un mayor impacto (Andersson, Ragni & Lingnau, 2019). Además, el *biofeedback* potencia la autoeficacia; al ofrecer datos concretos sobre progresos y ajustes, aumenta la motivación y la adherencia al entrenamiento o intervención, generando un sistema de refuerzo donde el aprendizaje es más rápido y permite una mayor consolidación. Las investigaciones y revisiones teóricas han mostrado que las intervenciones de *biofeedback* pueden aumentar la autoeficacia y facilitar el reconocimiento de los patrones fisiológicos, lo que favorece la implementación de estrategias de autorregulación aprendidas (Limmer, Laser & Schütz, 2022; Weerdmeester et al., 2020). El *biofeedback* funciona como un amplificador de técnicas clásicas: no reemplaza la práctica ni la intervención tradicional, pero optimiza el proceso de aprendizaje y mejora del rendimiento al proporcionar información objetiva, inmediata y accionable sobre el propio estado fisiológico y cognitivo. Su integración estratégica puede marcar la diferencia entre un entrenamiento o intervención efectivo y otro que simplemente se sigue de manera mecánica (Schoenberg & David, 2014).

Líneas de actuación. El *biofeedback* en el fútbol puede entenderse a partir del marco conceptual de Godoy (1994), que organiza sus aplicaciones en tres líneas de actuación complementarias. La primera, ejecución motora fina, vinculada al entrenamiento físico, permite optimizar gestos técnicos precisos mediante la regulación de la activación muscular y la coordinación entre grupos musculares, mejorando la eficacia de acciones complejas como el golpeo de balón, los regates o los movimientos del portero. La segunda línea, control cognitivo-emocional, asociada al rendimiento deportivo, potencia la autorregulación psicológica del futbolista, favoreciendo la concentración, la toma de decisiones bajo presión y la gestión del estrés en situaciones críticas, lo que contribuye directamente a un rendimiento más consistente y eficiente. Por último, la actuación deportiva, relacionada con el riesgo de lesiones, ayuda a prevenir y recuperarse de lesiones al detectar movimientos o patrones que podrían causar daño y a reeducar la coordinación del cuerpo, lo que permite seguir entrenando y compitiendo con mayor seguridad. De este modo, siguiendo la clasificación de Godoy, el *biofeedback* se convierte en una herramienta integral que potencia la ejecución técnica, la preparación física y la regulación

emocional, ofreciendo un enfoque completo para maximizar el rendimiento y la seguridad en el fútbol moderno.

Aplicación práctica. Las principales fortalezas de incorporar herramientas psicofisiológicas y programas de *neuroentrenamiento* en el fútbol profesional pueden resumirse en cinco ejes fundamentales: eficiencia, tiempo, objetividad, control y satisfacción. La eficiencia se observa en mejoras rápidas en funciones cognitivas clave (atención sostenida, autorregulación emocional y velocidad de decisión) obtenidas mediante protocolos breves y precisos que impactan directamente el rendimiento. En un contexto de alto rendimiento, el tiempo se convierte en un recurso crítico del que no se dispone en exceso; por ello, el hecho de poder integrar estas intervenciones dentro de la planificación habitual sin alterar la carga de entrenamiento físico o táctico constituye una ventaja competitiva evidente. La objetividad viene dada por el uso de métricas fisiológicas cuantificables, lo que permite evaluar el progreso con precisión y diseñar estrategias basadas en datos reales. En cuanto al control, este se entiende en un doble sentido: por un lado, como el desarrollo del autocontrol del propio deportista sobre sus estados mentales y emocionales; y por otro, como el control técnico y metodológico del proceso de entrenamiento, al disponer de información continua que guía y ajusta cada intervención. Finalmente, todo ello se traduce en una mayor satisfacción del jugador, que percibe resultados tangibles, un mayor conocimiento de sí mismo y un impacto directo en su confianza y rendimiento competitivo. En el mundo del deporte de alto rendimiento, integrar herramientas psicofisiológicas y programas de *neuroentrenamiento* supone una oportunidad estratégica que amplía notablemente el alcance y el impacto del trabajo profesional. En primer lugar, refuerza la objetividad de las intervenciones al basarlas en indicadores medibles y verificables, lo que permite demostrar resultados de forma tangible y fundamentada. Esto contribuye directamente a elevar la profesionalidad, al incorporar un respaldo científico y tecnológico que refuerza la credibilidad de las decisiones y optimiza los procesos de entrenamiento y rendimiento. Además, facilita un auténtico trabajo multidisciplinar, al permitir hablar el mismo lenguaje que preparadores físicos, analistas, médicos o nutricionistas, ofreciendo datos relevantes que complementan sus áreas y fortalecen la toma de decisiones conjuntas. La posibilidad de individualizar cada intervención en función de las características psicofisiológicas y cognitivas de cada deportista optimizan notablemente las estrategias de entrenamiento. Además, este enfoque no solo aumenta la visibilidad del trabajo dentro del equipo, sino que también resulta especialmente atractivo para los atletas, que experimentan de primera mano la capacidad de influir activamente en sus estados mentales, regular su atención o modular

sus emociones, reforzando su sentido de control, autoconfianza y compromiso con el proceso de mejora.

Conclusiones. El *biofeedback* y el *neuroentrenamiento* constituyen herramientas valiosas y complementarias para optimizar la preparación mental del futbolista moderno. Bien implementados, con protocolos validados, evaluación objetiva y trabajo multidisciplinar, pueden contribuir a mejorar la toma de decisiones, el control emocional y la recuperación. Sin embargo, su despliegue en clubes exige protocolos individualizados, rigor metodológico y un marco de evaluación que garantice evidencia reproducible (Mirifar, Beckmann & Ehrlenspiel, 2017). El *biofeedback* representa así una herramienta tecnológica que permite objetivar y optimizar aspectos tradicionalmente abordados de manera subjetiva en el entrenamiento futbolístico. Su implementación sistemática puede contribuir significativamente a la evolución del fútbol hacia un deporte cada vez más científico y tecnológicamente avanzado, donde la precisión en el entrenamiento y la optimización integral del rendimiento constituyen ventajas competitivas determinantes.

Referencias

Andersson, P., Ragni, F., & Lingnau, A. (2019). Visual imagery during real-time fMRI neurofeedback from occipital and superior parietal cortex. *NeuroImage*, *200*, 332–343. https://doi.org/10.1016/j.neuroimage.2019.06.057

Cheng, M. Y., Huang, C. J., Chang, Y. K., Koester, D., Schack, T., & Hung, T. M. (2015). Sensorimotor rhythm neurofeedback enhances golf putting performance. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 37*(6), 626–636. https://doi.org/10.1123/jsep.2015-0166

Demos, J. N. (2019). *Getting Started with Neurofeedback* (2nd ed.). W. W. Norton & Company.

Godoy, J. F. (1994). Biofeedback y deportes: Potenciales líneas de actuación. *Revista de Psicología del Deporte, 3*(1), 117–128.

Limmer, A., Laser, M., & Schütz, A. (2022). Mobile heart rate variability biofeedback as a complementary intervention after myocardial infarction: A randomized controlled study. *International Journal of Behavioral Medicine, 29*(2), 230–239. https://doi.org/10.1007/s12529-021-10000-6

Mirifar, A., Beckmann, J., & Ehrlenspiel, F. (2017). Neurofeedback as supplementary training for optimizing athletes' performance: A systematic review with implications for future research. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews, 75,* 419–432. https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2017.02.005

Nagy, B. F., Márton Pucsok, J., & Balogh, L. (2024). The investigation of biofeedback and neurofeedback training on athletic performance-systematic review. *Revista de Psicología del Deporte, 33*(1), 212–217.

Pagaduan, J. C., Chen, Y. S., Fell, J. W., & Wu, S. S. X. (2020). Can heart rate variability biofeedback improve athletic performance? A systematic review. *Journal of Human Kinetics, 73,* 103-114. https://doi.org/10.2478/hukin-2020-0004

Paul, M., Garg, K., & Singh Sandhu, J. (2012). Role of biofeedback in optimizing psychomotor performance in sports. Asia*n Journal of Sports Medicine, 3*(1), 29–40. https://doi.org/10.5812/asjsm.34722

Rijken, N. H., Soer, R., de Maar, E., Prins, H., Teeuw, W. B., Peuscher, J., & Oosterveld, F. G. (2016). Increasing performance of professional soccer players and elite track and field athletes with peak performance training and biofeedback: A pilot study. *Applied Psychophysiology and Biofeedback, 41*(4), 421–430. https://doi.org/10.1007/s10484-016-9344-y

Rydzik, Ł., Wąsacz, W., Ambroży, T., Javdaneh, N., Brydak, K., & Kopańska, M. (2023). The use of neurofeedback in sports training: A systematic review. *Brain Sciences, 13*(4), 660. https://doi.org/10.3390/brainsci13040660

Schoenberg, P. L., & David, A. S. (2014). Biofeedback for psychiatric disorders: A systematic review. *Applied Psychophysiology and Biofeedback, 39(*2), 109–135. https://doi.org/10.1007/s10484-014-9246-9

Schwartz, M. S., & Andrasik, F. (2017). *Biofeedback: A practitioner's guide (*4th ed.). Guilford Press.

Shaffer, F., & Moss, D. (2019). Biofeedback and neurofeedback applications in clinical practice. *Biofeedback, 47*(1), 7–17.

Strack, B. W., Linden, M. K., & Wilson, V. E. (Eds.). (2011). *Biofeedback & Neurofeedback: Applications in sport psychology*. Association for Applied Psychophysiology and Biofeedback.

Thibault, R. T., Lifshitz, M., Birbaumer, N., & Raz, A. (2018). Neurofeedback, self-regulation, and brain imaging: Clinical science and fad in the service of mental disorders. *Psychotherapy and Psychosomatics, 87*(4), 193–207. https://doi.org/10.1159/000371714

Thibault, R. T., & Raz, A. (2017). The psychology of neurofeedback: Clinical intervention even if applied placebo. *American Psychologist, 72*(7), 679–688. https://doi.org/10.1037/amp0000118

van Boxtel, G. J. M., Denissen, A. J. J. M., de Groot, J. A., Neleman, M. S., Vellema, J., & Hart de Ruijter, E. M. (2024). Alpha neurofeedback training in elite soccer players trained in groups. *Applied Psychophysiology and Biofeedback, 49,* 589-602. https://doi.org/10.1007/s10484-024-09654-1

Weerdmeester, J., van Rooij, M. M., Engels, R. C., & Granic, I. (2020). An integrative model for the effectiveness of biofeedback interventions for anxiety regulation: Viewpoint. *Journal of Medical Internet Research, 22*(7), e14958. https://doi.org/10.2196/14958

Yucha, C., Montgomery, D., & Association for Applied Psychophysiology and Biofeedback. (2008). *Evidence-based practice in biofeedback and neurofeedback*. Association for Applied Psychophysiology and Biofeedback.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 380-381
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INFLUENCIA DE TAREAS FÍSICAS, COGNITIVAS Y MIXTAS SOBRE LA FATIGA MENTAL Y LOS PROCESOS NEURALES EN FUTBOLISTAS AMATEURS

Ana Rubio Morales[1], Jesús Díaz García[2,3], Rosa Ayuso Moreno[1], Inmaculada González Ponce[1]

[1]Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura, [2]Behavioral Imaging and Neural Dynamics Center, University 'G. d'Annunzio'. Chieti-Pescara, Italia, [3]Departament of Psychology, University 'G. d' Annunzio', Chieti, Italia

rubiomorales@unex.es, jdiaz@unex.es, rmayusom@unex.es, ingopo@unex.es

Introducción. La fatiga mental (FM) se define como un estado psicobiológico asociado a demandas cognitivas, disminuyendo el rendimiento futbolístico (Smith et al., 2018; Van Cutsem et al., 2017). Conocemos signos subjetivos y comportamentales de la FM, pero permanecen sin elucidar sus mecanismos neurales subyacentes. Este estudio analiza los efectos de distintas tareas en la actividad de ondas cerebrales y el efecto moderador de éstas en la FM percibida y toma de decisiones en fútbol.

Método. 13 futbolistas amateurs (M_{edad} = 20,07±3,34) realizaron tres protocolos contrabalanceados de 30 minutos: físico (cicloergómetro), cognitivo (Stroop incongruente) y mixto (combinando los anteriores). Se midieron la FM (VAS-100mm) (Smith et al., 2017) y pico de frecuencia de la banda alfa (IPAF) (Christie et al., 2017), pre y post protocolos. Se evaluó la toma de decisiones en fútbol (*TactipUp*) en línea basal y post protocolos. Se emplearon Modelos Lineales Mixtos para los análisis.

Resultados. La FM aumentó significativamente tras los tres protocolos, siendo mayor en aquellos con componentes cognitivos. El IPAF mostró efecto moderador significativo sobre la FM y sobre el rendimiento en toma de decisiones, con independencia del protocolo.

Conclusiones. La predisposición cognitiva (IPAF) está relacionada con la FM percibida y el rendimiento táctico en fútbol. Es recomendable entrenar la predisposición cognitiva como método para disminuir la FM percibida y mejorar la toma de decisiones.

Referencias

Christie, S., Di Fronso, S., Bertollo, M., & Werthner, P. (2017). Individual alpha peak frequency in ice hockey shooting performance. *Frontiers in Psychology*, *8*, 762. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2017.00762

Smith, M. R., Fransen, J., Deprez, D., Lenoir, M., & Coutts, A. J. (2017). Impact of mental fatigue on speed and accuracy components of soccer-specific skills. *Science and Medicine in Football, 1*(1), 48–52. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1252850

Smith, M. R., Thompson, C., Marcora, S. M., Skorski, S., Meyer, T., & Coutts, A. J. (2018). Mental Fatigue and Soccer: Current Knowledge and Future Directions. *Sports Medicine, 48*(7), 1525–1532. https://doi.org/10.1007/s40279-018-0908-2

Van Cutsem, J., Marcora, S., De Pauw, K., Bailey, S., Meeusen, R., & Roelands, B. (2017). The Effects of Mental Fatigue on Physical Performance: A Systematic Review. *Sports Medicine, 47*(8), 1569–1588. https://doi.org/10.1007/s40279-016-0672-0

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 382-383
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DE LA FATIGA FÍSICA Y MENTAL DE FUTBOLISTAS ESPAÑOLES DURANTE LA SEMANA DE ENTRENAMIENTO

José Carlos Ponce-Bordón, David Lobo-Triviño, Iván Ramírez, Rubén Llanos

Universidad de Extremadura

joponceb@unex.es, davidlt@unex.es, ivannramirezb@gmail.com, rubenlm@unex.es

Introducción. El control de la fatiga de los futbolistas es fundamental para gestionar la carga de entrenamiento y comprender los diferentes procesos derivados del entrenamiento (Fitzpatrick et al., 2021). Por tanto, el objetivo del presente estudio fue analizar la influencia del esfuerzo realizado durante la sesión de entrenamiento del día anterior sobre la recuperación física y mental posterior.

Método. Para ello, se analizaron 22 jugadores de fútbol profesionales pertenecientes a la cuarta división española (Segunda RFEF, Grupo V) durante la temporada 2024/25. Para la monitorización de la carga de entrenamiento se incluyó la evaluación de la carga interna mediante el esfuerzo percibido, la carga y fatiga mental a través de cuestionarios autoadministrados (Díaz-García et al., 2021) y la carga externa mediante dispositivos GPS (Polar Team Pro). La carga externa incluyó variables como la distancia total, la distancia recorrida >24 $km \times h^{-1}$, el número de esprines y el número de aceleraciones (> $3m \times s^{-2}$) y desaceleraciones (> $3m \times s^{-2}$). Para valorar la recuperación de los jugadores se utilizó la escala de bienestar Wellness con un ítem añadido de fatiga mental (McLean et al., 2010).

Resultados. Los modelos lineales mixtos mostraron que todas las variables de carga de entrenamiento influyeron negativa y significativamente sobre la recuperación de los deportistas. Concretamente, los esprines realizados influyeron especialmente sobre el daño muscular ($p < .001$), y el RPE, carga mental, emocional y fatiga mental influyeron sobre el estrés, ánimo y fatiga mental de los jugadores ($p < .001$).

Conclusiones. Los resultados indicaron que no sólo la carga física influye en la fatiga de los jugadores, sino también la carga mental influye de manera significativa sobre dicha fatiga. Por tanto, conocer la recuperación de nuestros deportistas nos permitirá proporcionar mejorar estrategias de recuperación física y mental durante la semana de entrenamiento.

Referencias

Diaz-García, J., González-Ponce, I., Ponce-Bordón, J. C., López-Gajardo, M. Á., & García-Calvo, T. (2021). Diseño y validación del cuestionario para valorar la carga mental en los deportes de equipo (CCMDE). *Cuadernos de Psicología del Deporte, 21*(2), 138–145.

Fitzpatrick, J. F., Hicks, K. M., Russell, M., & Hayes, P. R. (2021). The reliability of potential fatigue-monitoring measures in elite youth soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research, 35*(12), 3448–3452. https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000003317

McLean, B. D., Coutts, A. J., Kelly, V., McGuigan, M. R., & Cormack, S. J. (2010). Neuromuscular, endocrine, and perceptual fatigue responses during different length between-match microcycles in professional rugby league players. *International Journal of Sports Physiology and Performance, 5*(3), 367–383. https://doi.org/10.1123/ijspp.5.3.367

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 384-385
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INFLUENCIA DE LA PERCEPCIÓN SEMANAL DE RENDIMIENTO SOBRE LA CARGA INTERNA Y EXTERNA EN FUTBOLISTAS PROFESIONALES

Borja Sanabria Pino, Jorge Polo Tejada, Ana Rubio Morales,
Rodrigo Dos Santos Guimarães

Universidad de Extremadura

bsanabriapino@gmail.com, jpolotel99@gmail.com, anarubmor94@gmail.com,
rodrigo.sportcoach@gmail.com

Introducción. El propósito de este estudio fue examinar cómo la percepción de los futbolistas sobre la carga de trabajo afecta al rendimiento de los jugadores en las variables de carga interna y externa a lo largo de la temporada, analizando la relación entre la percepción subjetiva semanal y el rendimiento físico y mental.

Método. Se utilizó un diseño retrospectivo, descriptivo y longitudinal para analizar 36 futbolistas profesionales (edad = 27.7 ± 5.6 años) de un equipo de la Primera División del Campeonato Brasileño durante la temporada 2022 (n = 904 observaciones). Los datos de rendimiento físico en partido se recolectaron mediante dispositivos GPS (Vector S7, Catapult Sports), incluyendo distancia total, carrera de alta velocidad (>19 km/h), sprint (>25 km/h), carga del jugador, aceleraciones y desaceleraciones de alta intensidad. Las variables de carga mental se evaluaron mediante cuestionarios validados que incluían RPE (Impellizzeri et al., 2004), carga cognitiva, carga emocional, carga afectiva, motivación (Badin et al., 2016) y fatiga mental (García-Calvo et al., 2021). Se emplearon Modelos Lineales Mixtos (LMM) para analizar la influencia de la percepción subjetiva semanal del entrenamiento («como entrena») sobre las variables físicas y mentales.

Resultados. La percepción subjetiva del entrenamiento semanal predijo significativamente todas las variables de carga mental analizadas ($p < .001$). Los coeficientes

más altos se observaron en RPE (0.54) y fatiga mental (3.42), indicando que una mayor percepción de intensidad del entrenamiento se asocia con mayores valores de carga mental y fatiga. La percepción del entrenamiento predijo significativamente la distancia total (1.83 $m \cdot min^{-1}$, $p < .001$), carrera de alta velocidad (0.21 $m \cdot min^{-1}$, $p < .001$), distancia de sprint (0.08 $m \cdot min^{-1}$, $p < .001$), aceleraciones de alta intensidad (1.35, $p < .001$) y desaceleraciones de alta intensidad (2.40, $p < .001$). Una mayor percepción de intensidad del entrenamiento se asocia con incrementos en la carga mental y la fatiga, así como con mejoras en las variables de rendimiento físico de alta intensidad.

Conclusiones. La percepción subjetiva del entrenamiento puede ser un indicador valido para la periodización de carga para la optimización del rendimiento de los equipos y gestionar la fatiga.

Referencias

Badin, O. O., Smith, M. R., Conte, D., & Coutts, A. J. (2016). Mental fatigue: Impairment of technical performance in small-sided soccer games. *International Journal of Sports Physiology and Performance, 11*(8), 1100–1105. https://doi.org/10.1123/ijspp.2015-0710

Díaz-García, J., González-Ponce, I., Ponce-Bordón, J. C., López-Gajardo, M. Á., Ramírez-Bravo, I., Rubio-Morales, A., & García-Calvo, T. (2021). Mental load and fatigue assessment instruments: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(1), 419. https://doi.org/10.3390/ijerph19010419

Impellizzeri, F. M., Rampinini, E., Coutts, A. J., Sassi, A. L. D. O., & Marcora, S. M. (2004). Use of RPE-based training load in soccer. *Medicine and Science in Sports and Exercise*, *36*(6), 1042-1047.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 386-387
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ASPECTOS CONCEPTUALES DE LA FATIGA MENTAL Y LA CARGA MENTAL: ANTECEDENTES Y CONSECUENTES EN EL FÚTBOL

Rosa Ayuso Moreno e Inmaculada González Ponce

Universidad de Extremadura

rmayusom@unex.es, ingopo@unex.es

La carga mental y la fatiga mental (FM) han cobrado un creciente interés en el contexto del fútbol por su influencia en el rendimiento. La carga mental hace referencia al nivel de exigencia cognitiva y emocional de una tarea, mientras que la FM es un estado psicobiológico que aparece tras una exposición prolongada a estas demandas (Marcora et al., 2009; Van Cutsem et al., 2017). Este estado puede manifestarse de forma subjetiva (mayor percepción de esfuerzo), conductual (disminución del tiempo de reacción o precisión), y fisiológica (alteraciones en EEG o HRV) (Smith et al., 2018; Habay et al., 2021).

Aunque estos fenómenos han sido ampliamente estudiados en contextos como la conducción, el entorno laboral o académico, el fútbol reúne condiciones especialmente propicias para su aparición: decisiones en tiempo real, presión emocional y exigencias de atención constantes (Russell et al., 2022; Díaz-García et al., 2023). Las consecuencias de la FM en el rendimiento futbolístico incluyen alteraciones en la ejecución técnica, disminución de la precisión, o mayor esfuerzo percibido ante tareas físicas similares (Fortes et al., 2020). Comprender los antecedentes y consecuencias de estos estados permite ajustar tareas y optimizar la carga cognitiva a lo largo de la temporada.

Referencias

Díaz-García, J., Filipas, L., La Torre, A., Gómez-Rivera, J., Rubio-Morales, A., & García-Calvo, T. (2023). Mental fatigue changes from regular season to play-offs in

semiprofessional soccer: A comparison by training days. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 33*(4), 712–724. https://doi.org/10.1111/sms.14301

Habay, J., Van Cutsem, J., Verschueren, J., De Bock, S., Roelands, B., & Meeusen, R. (2021). Mental fatigue and sport-specific psychomotor performance: A systematic review. *Sports Medicine, 51,* 1527–1548. https://doi.org/10.1007/s40279-021-01429-6

Marcora, S. M., Staiano, W., & Manning, V. (2009). Mental fatigue impairs physical performance in humans. *Journal of Applied Physiology, 106*(3), 857–864. https://doi.org/10.1152/japplphysiol.91324.2008

Smith, M. R., Coutts, A. J., Merlini, M., Deprez, D., Lenoir, M., & Marcora, S. M. (2016). Mental fatigue impairs soccer-specific physical and technical performance. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 48*(2), 267–276. https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000762

Van Cutsem, J., Marcora, S., De Pauw, K., Bailey, S., Meeusen, R., & Roelands, B. (2017). The effects of mental fatigue on physical performance: A systematic review. *Sports Medicine, 47,* 1569–1588. https://doi.org/10.1007/s40279-016-0672-0

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 388-389
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EVALUACIÓN Y MONITORIZACIÓN DE LA CARGA MENTAL EN FÚTBOL: HERRAMIENTAS, RETOS Y OPORTUNIDADES

Ana Rubio Morales y Jesús Díaz García

[1]Universidad de Extremadura, [2]University «G. d'Annunzio» Chieti-Pescara, Italy

rubiomorales@unex.es, jdiaz@unex.es

El análisis de la carga y de la fatiga en el fútbol, desde la perspectiva condicional, ha sido y es un tema de gran interés para investigadores y *staffs* técnicos. Esto ha permitido definir un cuerpo teórico acompañado de avances tecnológicos (ej., *Mediacoach*®) que facilitan el análisis de la carga/fatiga física, optimizando la prevención de lesiones y el rendimiento de los futbolistas. Gradualmente, se está logrado concienciar de la importancia de la carga y de la fatiga mental (Russell et al., 2019). El fútbol conlleva actividad mental inherente (ej., toma de decisiones, gestión emocional) que puede provocar fatiga mental, perjudicando el rendimiento y salud de los futbolistas (Thompson et al., 2020). Tanto la carga como la fatiga mental presentan derivaciones subjetivas (ej. aumento del RPE), comportamentales (ej., aumento del tiempo de reacción) y fisiológicas, que deberían y pueden ser cuantificadas y analizadas de manera holística. Diversas escalas (ej., *Visual Analogue Scale* para fatiga mental, Cuestionario para valorar la Carga Mental en los Deportes de Equipo, …), test de rendimiento general (ej., *PVT-B* test) y test de funciones ejecutivas (ej., *test de Stroop, TLDB task*…) así como variables neurofisiológicas (Variabilidad de la Frecuencia Cardiaca, actividad eléctrica del córtex cerebral, diámetro de la pupila, fijación y velocidad de movimientos oculares, ….) han sido utilizados para evaluar la carga/fatiga mental en el fútbol hasta el momento. Sin embargo, la cuantificación de la carga/fatiga mental sigue sin ser habitual entre los futbolistas y, los mecanismos neurofisiológicos subyacentes siguen sin estar definidos.

Por ende, los principales retos de este tópico de investigación en los próximos años son:

i) Realizar programas de formación con los *staffs* técnicos, para asegurar su conocimiento y comprensión de la carga/fatiga mental en el fútbol;

ii) Continuar profundizando en los mecanismos neurofisiológicos subyacentes a la carga y fatiga mental en el fútbol, potenciando el empleo de herramientas objetivas;

iii) Desarrollar un protocolo normativo y holístico para evaluar la carga/fatiga mental en el fútbol, incluyendo derivaciones neurofisiológicas, y garantizando su usabilidad en el contexto del entrenamiento.

Entre las principales oportunidades destacan: El *Brain Endurance Training (BET)*, un entrenamiento combinado de carga física y mental que está enfocado en aumentar la resistencia a la fatiga mental; el neurofeedback, un protocolo de entrenamiento destinado a modificar la actividad eléctrica cerebral para alcanzar un estado adecuado de concentración previo que optimice el rendimiento; Apps (ej., Mindara, SOMA NPT) prácticas que facilitan la evaluación del rendimiento cognitivo y la elaboración de protocolos de entrenamientos cognitivos que pueden ser integrados en las habituales de entrenamiento.

Referencias

Russell, S., Jenkins, D., Rynne, S., Halson, S. L., & Kelly, V. (2019). What is mental fatigue in elite sport? Perceptions from athletes and staff. *European Journal of Sport Science, 19*(10), 1367–1376. https://doi.org/10.1080/17461391.2019.1618397

Thompson, C. J., Noon, M., Towlson, C., Perry, J., Coutts, A. J., Harper, L. D., … Meyer, T. (2020). Understanding the presence of mental fatigue in English academy soccer players. *Journal of Sports Sciences, 38*(13), 1524–1530. https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1746597

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 390-391
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PLANIFICACIÓN DEL ENTRENAMIENTO DESDE LA PERSPECTIVA DE LA CARGA Y LA FATIGA MENTAL: ORGANIZACIÓN DE CONTENIDOS Y CONTROL DEL PROCESO

Tomás García Calvo

Universidad de Extremadura

tgarciac@unex.es

La planificación del entrenamiento en fútbol exige integrar, junto a la dimensión condicional, la carga y la fatiga mental como determinantes del rendimiento cognitivo-táctico y de la estabilidad emocional del jugador.

Desde esta perspectiva, la organización de contenidos sigue una lógica mental paralela a la física, pero con objetivos propios. En pretemporada, el propósito es construir bases mentales que eleven la tolerancia a la carga cognitiva (concentración sostenida, velocidad de procesamiento, memoria táctica y recuperación psicológica) mediante progresión de la complejidad informacional y de la presión decisional. Esta fase busca prevenir acumulaciones tempranas de fatiga cognitiva y preparar al jugador para la densidad emocional de estímulos competitivos.

En temporada competitiva, puede ser útil la aplicación de la metáfora del «vaso de agua»: cada jugador inicia la semana con un nivel de fatiga mental acumulada; entrenamientos, complejidad táctica, presión del contexto y densidad de partidos «llenan» el vaso. El objetivo práctico es evitar el desbordamiento antes del partido, asegurando alta activación con baja fatiga. Así, pueden configurarse: (a) microciclos de baja carga mental (tapering) ante rivales muy exigentes/partidos decisivos; (b) microciclos de carga intermedia para estabilizar rendimiento frente a rivales de nivel similar; y (c) microciclos de carga alta en bloques de menor riesgo competitivo, destinados a optimizar procesos cognitivos/emocionales. Hay evidencias que la carga mental y su percepción varían con la fase competitiva y con las exigencias del siguiente partido.

En síntesis, planificar desde la carga y la fatiga mental implica: (1) pretemporada orientada a elevar la tolerancia emocional/cognitiva y la recuperación psicológica; (2) temporada competitiva estructurada por microciclos cuya carga mental se ajusta al calendario y a la relación rival-objetivo; y (3) monitorización sistemática con instrumentos validados y sensibles al contexto.

Referencias

Díaz-García, J., Filipas, L., La Torre, A., Gómez-Rivera, J., Rubio-Morales, A., & García-Calvo, T. (2023). Mental fatigue changes from regular season to play-offs in semiprofessional soccer: A comparison by training days. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *33*(5), 712-724. https://doi.org/10.1111/sms.14301

Ponce-Bordón, J. C., García-Calvo, T., López-Gajardo, M. A., Díaz-García, J., & González-Ponce, I. (2022). How does the manipulation of time pressure during soccer tasks influence physical load and mental fatigue? *Psychology of Sport and Exercise*, *63*, 102253. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102253

Rubio-Morales, A., Díaz-García, J., Harper, L. D., & García-Calvo, T. (2024). The influence of the perceived requirements of the next match and motivation on the mental fatigue of soccer players. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, *34*(2), e14580. https://doi.org/10.1111/sms.14580

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 392-293
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

APLICACIONES PRÁCTICAS: MODIFICACIÓN DE TAREAS Y SESIONES DE ENTRENAMIENTO PARA AJUSTAR LA CARGA MENTAL

José Carlos Ponce Bordón y David Lobo Triviño

Universidad de Extremadura

joponceb@unex.es, davidlt@unex.es

Atendiendo a la complejidad del fútbol como deporte colectivo, es necesario comprender la carga de entrenamiento desde una perspectiva holística. La carga de entrenamiento es una variable que se manipula para obtener una respuesta deseada en las diferentes estructuras del jugador, siendo una posible respuesta la fatiga generada en el propio deportista (Impellizzeri et al., 2019). Para conocer la carga física y mental impuesta a los jugadores durante las tareas de entrenamiento, es necesario saber qué modificaciones pueden realizarse en las tareas y cómo afectarán a los jugadores para gestionar dicha carga de forma adecuada durante el microciclo de entrenamiento (García-Calvo et al., 2017).

Concretamente, estudios previos ya han analizado la influencia de la carga mental sobre el rendimiento de los jugadores en fútbol y su consecuente fatiga mental, informando de una disminución del rendimiento físico y técnico durante las tareas de entrenamiento (Smith et al., 2016). En este sentido, se considera fundamental la gestión de la carga mental durante el microciclo de entrenamiento (Kunrath et al., 2020). Por tanto, el objetivo del presente trabajo será mostrar mediante aplicaciones prácticas ejemplos para modular la carga mental durante tareas de entrenamiento y gestionar la consecuente fatiga mental. Para ello, se han analizado diferentes tareas, sesiones y semanas de entrenamiento en equipos de fútbol semiprofesional y profesional.

Referencias

García-Calvo, T. (2017). La carga psicológica del entrenamiento en el fútbol: aspectos conceptuales para su valoración y entrenamiento. *Revista de Preparación Física, 24*, 23–33.

Impellizzeri, F. M., Marcora, S. M., & Coutts, A. J. (2019). Internal and external training load: 15 years on. *International Journal of Sports Physiology and Performance, 14*(2), 270-273. https://doi.org/10.1123/ijspp.2018-0935

Kunrath, C. A., Cardoso, F. D. S. L., Calvo, T. G., & Costa, I. T. D. (2020). Mental fatigue in soccer: A systematic review. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte, 26*(2), 172-178. https://doi.org/10.1590/1517-869220202602208206

Smith, M. R., Coutts, A. J., Merlini, M., Deprez, D., Lenoir, M., & Marcora, S. M. (2016). Mental fatigue impairs soccer-specific physical and technical performance. *Medicine & Science in Sports & Exercise, 48*(2), 267–276. https://doi.org/10.1249/MSS.0000000000000762

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 394-396
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRENAMIENTO DE HABILIDADES PSICOLÓGICAS APLICADAS AL ARBITRAJE

Pedro Teques

CIDESD, Universidade de Tras-os-Montes e Alto Douro y Federação Portuguesa de Futebol

pteques@utad.pt

Introducción. El arbitraje en el fútbol moderno exige una preparación integral que combine conocimientos técnicos, condición física y competencias psicológicas. La creciente presión mediática y la incorporación de nuevas tecnologías, como el VAR, han incrementado las demandas cognitivas y emocionales sobre los árbitros, situándolos en entornos de elevada complejidad y exposición pública (Samuel et al., 2024; Truschzinski et al., 2018). De forma similar a los controladores aéreos, los árbitros deben mantener un enfoque atencional constante, tomar decisiones en tiempo limitado y gestionar las consecuencias emocionales de dichas decisiones (Rutledge et al., 2024). En este contexto, el entrenamiento de habilidades psicológicas se convierte en un pilar fundamental para optimizar el rendimiento y el bienestar de los árbitros. El presente trabajo tiene como objetivo describir un programa de entrenamiento psicológico específicamente diseñado para el arbitraje de alto nivel, estructurado en torno a competencias clave: la regulación emocional, el foco atencional y el comportamiento interpersonal.

Método. El diseño del programa integró tres fases complementarias: evaluación, preparación en entrenamiento y preparación en competición. La evaluación se realizó antes, durante y después de la intervención, combinando la observación sistemática del comportamiento arbitral con entrevistas individuales. En la fase de preparación en entrenamiento, se llevaron a cabo sesiones colectivas de carácter psicoeducativo y sesiones individuales de orientación subclínica basadas en la Terapia Cognitivo-Conductual y en estrategias de mejora del rendimiento. La preparación en competición incluyó rutinas de pre-juego y post-juego, con foco en la

gestión de activación, concentración y recuperación psicológica. El programa se apoyó en la práctica basada en la evidencia (Codd, 2018) y en la transferencia de la investigación a la práctica aplicada. Se entrenaron competencias psicológicas a través de técnicas activas: simulaciones, role-playing, visualización, rutinas de atención y autorregulación, y análisis de incidentes críticos.

Resultados. Los resultados preliminares señalan mejoras significativas en tres ámbitos. Primero, en la regulación emocional, los árbitros aprendieron a modular sus niveles de activación a través de técnicas de relajación (respiración, relajación muscular progresiva, meditación) y de energización (autoverbalización, música, movimientos corporales intensos), lo que permitió optimizar su estado en fases críticas del juego (Weinberg & Richardson, 1990). Segundo, en el foco atencional, se constató una mayor capacidad para ajustar el estilo de atención - amplio, estrecho, interno o externo - en función de cada lance capital del juego, lo que se tradujo en decisiones más rápidas y precisas (Nideffer, 1976; Helsen et al., 2023). Finalmente, en el comportamiento y relacionamiento interpersonal, se observó un uso más estratégico de la comunicación verbal y no verbal (tono, contacto ocular, gestos, proximidad a la jugada), reforzando la percepción de autoridad, justicia y control del partido (Tyler & Lind, 1992).

Conclusiones. El entrenamiento de habilidades psicológicas aplicadas al arbitraje representa una herramienta eficaz para fortalecer la preparación integral de los árbitros profesionales. La evidencia obtenida sugiere que el desarrollo estructurado de competencias de regulación emocional, atención y comunicación interpersonal contribuye tanto al rendimiento en el campo como al bienestar personal de los árbitros. Además, este tipo de programas favorece la construcción de un modelo de intervención replicable en diferentes contextos competitivos y culturales, articulando teoría, investigación y práctica aplicada. Futuras investigaciones deberían ampliar la base empírica sobre el impacto psicológico del VAR, explorar diferencias en estilos de gestión del juego y examinar la eficacia de programas de entrenamiento a largo plazo en el arbitraje profesional.

Referencias

Codd, T. (2018). *Practice-based Research: A guide for clinicians*. Routledge.

González-Oya, J., & Dosil, J. (2007). Intervención psicológica con árbitros: Estrategias y programas. *Revista de Psicología del Deporte, 16*(1), 115–132.

Guillén, F. (2005). *Psicología del Arbitraje en el Deporte*. Dykinson.

Nideffer, R. (1976). Test of Attentional and Interpersonal Style. *Journal of Personality and Social Psychology, 34*(3), 394–404. https://doi.org/10.1037/0022-3514.34.3.394

Tyler, T. R., & Lind, E. A. (1992). A relational model of authority in groups. En M. P. Zanna (Ed.), *Advances in experimental social psychology* (Vol. 25, pp. 115–191). Academic Press.

Weinberg, R., & Richardson, P. (1990). *Psychology of Officiating*. Human Kinetics

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 397-399
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

COMPORTAMIENTO DEL ÁRBITRO DE FÚTBOL: SISTEMATIZACIÓN E INTERVENCIÓN CON ÁRBITROS PROFESIONALES

Pedro Teques[1,2], Joel Teixeira[2]

CIDESD, [1]Universidade de Tras-os-Montes e Alto Douro, [2]Federação Portuguesa de Futebol

pteques@utad.pt

Introducción. El arbitraje en el fútbol profesional se caracteriza por un elevado nivel de exigencia cognitiva, emocional y social (Guillén & Feltz, 2011). Los árbitros deben tomar decisiones rápidas en contextos de gran presión, gestionar interacciones con jugadores y entrenadores, y mantener la coherencia en la aplicación del reglamento. La literatura señala que, además de la condición física y el conocimiento técnico, el comportamiento observable del árbitro en el terreno de juego desempeña un papel decisivo en la percepción de justicia y en el control del partido (Mascarenhas et al., 2009). Sin embargo, los sistemas de evaluación suelen centrarse casi exclusivamente en la corrección de las decisiones, dejando en un segundo plano aspectos comunicativos, posturales y emocionales que influyen de manera significativa en la dinámica del encuentro.

El presente trabajo tiene como propósito presentar un proceso de sistematización del comportamiento arbitral, desarrollado a través de un sistema de observación estructurado, junto con los primeros resultados de una intervención psicológica aplicada con árbitros profesionales. El objetivo central fue aportar evidencia sobre cómo la identificación y el entrenamiento de patrones conductuales específicos pueden mejorar la gestión de los partidos, la credibilidad del árbitro y su bienestar psicológico.

Método. Se diseñó y validó un sistema observacional (Teques, 2025) que permite registrar de manera secuencial las conductas del árbitro – tono de voz, contacto

ocular, gestualidad, proximidad a la jugada – y las respuestas inmediatas de los jugadores. La categorización se elaboró a partir de un proceso iterativo con árbitros internacionales, técnicos de arbitraje y exárbitros profesionales. El análisis de fiabilidad alcanzó valores satisfactorios (ICC > 0.80), lo que garantiza la consistencia de las codificaciones en diferentes observadores.

En la segunda fase, se llevó a cabo una intervención de índole comportamental con un grupo de árbitros profesionales de primera y segunda división nacional (n = 24). El programa constó de seis sesiones estructuradas, desarrolladas en un período de dos meses, en las que se trabajaron competencias específicas relacionadas con el comportamiento observable en el terreno de juego. Los contenidos abordaron el uso estratégico de la comunicación verbal y no verbal. La metodología se apoyó en dinámicas prácticas como *role-playing*, visionado de partidos, análisis de incidentes críticos y autorregistros de comportamiento.

Resultados. Los resultados preliminares muestran que, tras la intervención, los árbitros alcanzaron una mayor coherencia conductual, reduciendo la variabilidad en la forma de dirigirse a los jugadores y manteniendo un estilo de comunicación más estable a lo largo del partido. Los autorregistros reflejan un incremento en la percepción de control y confianza en la toma de decisiones, acompañado de una disminución de la ansiedad precompetitiva. En los partidos analizados se observó también una respuesta más positiva por parte de los jugadores, reflejada en una menor frecuencia de protestas prolongadas y en una aceptación más inmediata de las decisiones arbitrales.

Conclusiones. El estudio pone de manifiesto la necesidad de integrar la dimensión conductual y psicológica en la preparación del árbitro de fútbol profesional. La corrección técnica de las decisiones no garantiza por sí sola el control del partido; es imprescindible entrenar las competencias psicológicas y comportamentales que sostienen la credibilidad y la autoridad arbitral. La sistematización del comportamiento mediante herramientas de observación rigurosas constituye una vía sólida para identificar patrones efectivos y diseñar intervenciones específicas.

La experiencia confirma el valor del trabajo interdisciplinar entre psicólogos del deporte, técnicos de arbitraje y responsables arbitrales, generando sinergias que refuerzan tanto la calidad del rendimiento de los árbitros. En un contexto competitivo cada vez más mediático y exigente, se hace necesario implementar programas de apoyo continuado que fortalezcan su desempeño. Futuras investigaciones deberían ampliar la muestra, explorar variaciones culturales en el estilo de arbitraje y analizar los efectos a largo plazo de este tipo de intervenciones.

Referencias

Guillén, F., & Feltz, D. L. (2011). A conceptual model of referee efficacy. *Frontiers in Psychology, 2,* 25. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2011.00025

Mascarenhas, D. R. D., Button, C., O'Hare, D., & Dicks, M. (2009). Physical performance and decision making in association football referees: A naturalistic study. *The Open Sports Sciences Journal, 2*(1), 1–9. https://doi.org/10.2174/1875399X00902010001

Teques, P. (2025). Development and validation of the referee behaviour observation system (RBOS). *International Journal of Performance Analysis in Sport, 25*(2), 1–15. https://doi.org:10.1080/24748668.2025.2592497

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 400-402
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EXIGENCIAS PSICOLÓGICAS Y DESAFÍOS DEL VAR EN EL ARBITRAJE DE FÚTBOL

Rui Martins[1], Pedro Teques[2,3]

[1]Universidade da Maia, CIDESD, [2]Universidade de Tras-os-Montes e Alto Douro, [3]Federação Portuguesa de Futebol

pteques@utad.pt

Introducción. La introducción del sistema de vídeo-árbitro (VAR) en las competiciones de fútbol profesional ha representado una de las transformaciones más significativas en la práctica arbitral, modificando sustancialmente el papel y las responsabilidades de los árbitros. Esta nueva función exige altos niveles de atención, toma de decisiones bajo presión y gestión de factores psicológicos y contextuales, en un entorno tecnológico de gran complejidad. Aunque el VAR ha sido objeto de investigación en cuanto a su impacto en el juego y en las percepciones de jugadores, entrenadores y aficionados, todavía existe una clara falta de estudios centrados en las experiencias y perspectivas de los propios árbitros que desempeñan esta función. El presente trabajo buscó llenar esa laguna, explorando de manera cualitativa los factores, constricciones y estrategias asociadas al desempeño de la función de VAR.

Método. Se utilizó una metodología cualitativa basada en el análisis temático inductivo (Braun & Clarke, 2006, 2019). La muestra estuvo compuesta por la totalidad de los árbitros portugueses que ejercen exclusivamente la función de VAR (n = 6), con experiencia consolidada en competiciones profesionales. Los participantes fueron entrevistados individualmente mediante entrevistas semiestructuradas, realizadas en línea, que fueron grabadas, transcritas y posteriormente analizadas con el software NVivo. El análisis se desarrolló en seis fases: familiarización con los datos, codificación inicial, generación de temas, revisión, definición y denominación

de los temas y redacción del informe final. El rigor metodológico se garantizó mediante triangulación de fuentes, discusión de los códigos entre investigadores y reflexividad crítica a lo largo de todo el proceso.

Resultados. Del análisis emergieron cuatro grandes ejes temáticos. En primer lugar, la percepción sobre la introducción del VAR, caracterizada por una visión globalmente positiva de los árbitros, quienes reconocieron el valor añadido del sistema como complemento del equipo arbitral, aunque señalaron las dificultades asociadas a la transición profesional de árbitro de campo a especialista VAR. En segundo lugar, se identificaron los factores relacionados con el rendimiento, entre los que se incluyeron aspectos técnicos y organizativos (comunicación en tiempo real, liderazgo del equipo, gestión de la información audiovisual), características de personalidad (autocontrol, resiliencia), competencias específicas de la labor arbitral (conocimiento del reglamento, experiencia previa en campo) y competencias psicológicas (atención, regulación emocional).

El tercer eje correspondió a los desafíos y constricciones de la función, que abarcaron dificultades técnicas y operativas (complejidad tecnológica, limitaciones de los sistemas de repetición), factores externos (presión mediática, escrutinio público), estrés psicológico y emocional, subjetividad en las decisiones y riesgo de sesgos. Finalmente, se identificaron las estrategias utilizadas por los VAR para afrontar estas demandas, incluyendo rutinas de bienestar personal (regulación emocional, descanso y recuperación), inversión en desarrollo profesional, implicación activa en la dinámica del equipo arbitral, utilización de mecanismos de afrontamiento adaptativos y preparación previa a los partidos.

Conclusiones. El estudio pone de manifiesto que la función de VAR, aunque percibida como un avance positivo para la mejora de la justicia y la eficacia en la toma de decisiones, conlleva retos específicos que requieren una preparación técnica, psicológica y organizativa muy cuidadosa. La eficacia de la función no depende únicamente de la tecnología, sino también de la capacidad de los árbitros para gestionar factores emocionales, comunicativos y contextuales. Los hallazgos contribuyen a una comprensión más profunda de la función desde la perspectiva de los profesionales y constituyen un punto de partida para el diseño de programas de formación, intervención psicológica y apoyo organizativo dirigidos a esta población. Futuras investigaciones deberían ampliar el análisis a otros contextos culturales, explorar el impacto del VAR en el bienestar a largo plazo de los árbitros y evaluar la eficacia de programas de entrenamiento psicológico específicamente adaptados a esta función.

Referencias

Braun, V., & Clarke, V. (2006). Using thematic analysis in psychology. *Qualitative Research in Psychology, 3*(2), 77–101. https://doi.org/10.1191/1478088706qp063oa

Braun, V., & Clarke, V. (2019). Reflecting on reflexive thematic analysis. *Qualitative Research in Sport, Exercise and Health, 11*(4), 589–597. https://doi.org/10.1080/2159676X.2019.1628806

International Football Association Board. (2023). *Laws of the game 2023/24*. IFAB. https://downloads.theifab.com/downloads/laws-of-the-game-2023-24?l=en

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 403-405
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EFECTOS DE UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN SOBRE EL PERFIL PSICOLÓGICO EN JÓVENES FUTBOLISTAS

Carolina Sánchez García[1], Rafael E. Reigal[1], José A. Domínguez González[1], Yarisel Quiñones Rodríguez[2], y Antonio Hernández Mendo[1]

[1]Universidad de Málaga, UMA, España, [2]Universidad de Granada, UGR, España

mendo@uma.es

Introducción. El rendimiento deportivo no depende únicamente de la preparación física o del dominio técnico-táctico, sino también del componente psicológico. De hecho, investigaciones previas sugieren que los factores psicológicos, junto con las habilidades técnico-tácticas y la condición física, contribuyen de forma conjunta a explicar el éxito deportivo (Anderson et al., 2014; Arthur et al., 2017). Así, las habilidades psicológicas permiten a los deportistas afrontar con mayor eficacia las demandas del contexto competitivo, facilitando una mejor adaptación a ellas (Lochbaum et al., 2022; Pettersen et al., 2022). Por ello, los factores psicológicos han adquirido una relevancia creciente en el ámbito de las ciencias del deporte, ya que pueden constituir un elemento diferenciador entre deportistas con mayor y menor nivel de éxito (Dean et al., 2022; Lange-Smith et al., 2023). En relación con las intervenciones dirigidas a la mejora del funcionamiento psicológico, tanto la Atención Plena como las Terapias Cognitivo-Conductuales han mostrado resultados favorables cuando se aplican de manera individual en jóvenes futbolistas. Sin embargo, todavía existe escasa evidencia acerca de la eficacia de una intervención que combine ambos enfoques para mejorar el perfil psicológico deportivo y reducir la ansiedad competitiva en estos jugadores. El objetivo del presente trabajo fue analizar Evaluar la eficacia de un programa de intervención psicológica de 13 semanas y 19 sesiones (13 sesiones de entrenamiento y 6 sesiones de evaluación), basado en las terapias Cognitivo-Conductual y de Atención Plena (Mindfulness) y los perfiles psicológicos de jóvenes futbolistas.

Método. Se utilizó un diseño cuasiexperimental con 35 futbolistas de la provincia de Málaga (España), con edades comprendidas entre los 14 y 15 años (M=14.39; DT=0.46), distribuidos en un grupo experimental (n=17; M=14.47; DT=0.52), perteneciente a Tercera División Andaluza, y un grupo control (n=18; M=14.16; DT=0.44), de Cuarta División Andaluza. Ambos grupos fueron evaluados mediante el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED, Hernández-Mendo, 2006) y el Cuestionario de Características Psicológicas del Rendimiento Deportivo (CPRD, Gimeno et al., 2001). La intervención tuvo una duración de tres meses e incluyó 19 sesiones en total: 13 de entrenamiento psicológico y 6 de evaluación. El programa se estructuró en tres bloques: un primer bloque centrado en principios básicos de psicología deportiva, con técnicas como *mindfulness*, relajación, autodialogo, retroalimentación y establecimiento de metas; un segundo bloque orientado a la aplicación práctica mediante tareas psicológicas integradas, tanto analíticas como globales, en situaciones similares a la competición; y un tercer bloque de refuerzo y combinación de las estrategias trabajadas. Las sesiones abordaron variables como motivación, cohesión grupal, autoconfianza, atención, nivel de activación, autocontrol y estrés/ansiedad. Por su parte, el grupo control continuó con su entrenamiento físico y técnico habitual, sin recibir intervención psicológica. Para el análisis de los datos se aplicó un ANOVA bifactorial mixto con el fin de examinar los efectos del entrenamiento psicológico, junto con pruebas t para analizar posibles diferencias iniciales en edad y experiencia entre grupos. Además, se recurrió a pruebas no paramétricas, U de Mann-Whitney y Friedman, cuando la naturaleza de los datos así lo requirió. Finalmente, se calculó el tamaño del efecto mediante d de Cohen (Cohen, 1988).

Resultados. Así, la prueba t de Student indicó que no hubo diferencias estadísticamente significativas en los años de experiencia entre ambos grupos (p>.05), y la prueba U de Mann-Whitney indicó que no hubo diferencias estadísticamente significativas entre los dos grupos de edad (p>.05). En las ANOVAs factoriales se encontraron efectos de interacción estadísticamente significativos para las medidas: (a) control del estrés (CPRD), (b) motivación (CPRD), (e) autoconfianza (IPED), (f) control atencional (IPED) y (g) dureza mental (IPED). En las comparaciones intergrupales, hubo diferencias en las medidas de pretest para las variables control del estrés (CPRD), autoconfianza (IPED) y control atencional (IPED). En las comparaciones intra-grupales, para el grupo control, se observaron diferencias entre las medidas de pretest e intermedia para las variables control del estrés (CPRD) y autoconfianza (CSAI-2), y entre las medidas de pretest y postest para el control del estrés (CPRD). Para el grupo experimental, se encontraron múltiples diferencias

estadísticamente significativas entre las medidas intermedia y postest (excepto para ansiedad cognitiva (CSAI-2) y dureza mental (IPED)), y entre las medidas de pretest y postest (excepto para motivación (CPRD) y dureza mental (IPED)).

Conclusiones. Los hallazgos evidencian que el programa de intervención fue eficaz para mejorar algunas variables del perfil psicológico del deportista, específicamente en control del estrés, (b) motivación, (e) autoconfianza, (f) control atencional y dureza mental. Estos resultados respaldan la implementación regular de programas de este tipo para incrementar las habilidades psicológicas del deportista, con el objetivo de facilitar su adaptación a los procesos de entrenamiento y competición.

Referencias

Anderson, R., Hanrahan, S. J., & Mallett, C. J. (2014). Investigating the optimal psychological state for peak performance in Australian elite athletes. *Journal of Applied Sport Psychology, 26*(3), 318–333. https://doi.org/10.1080/10413200.2014.885915

Arthur, R. A., Fitzwater, J., Roberts, R., Hardy, J., & Arthur, C. A. (2017). Psychological skills and «the paras»: The indirect effects of psychological skills on endurance. *Journal of Applied Sport Psychology, 29*(4), 449–465. https://doi.org/10.1080/10413200.2017.1306728

Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioral sciences* (2nd ed.). Erlbaum.

Dean, F., Kavanagh, E., Wilding, A., & Rees, T. (2022). An examination of the experiences of practitioners delivering sport psychology services within English Premier League soccer academies. *Sports, 10*(4), 60. https://doi.org/10.3390/sports10040060

Gimeno, F., Buceta, J. M., & Pérez-Llantada, M. C. (2001). The Questionnaire Psychological Characteristics Related to Sport Performance (CPRD): Psychometric characteristics. *Análise Psicológica, 19*(1), 93–133. https://doi.org/10.14417/ap.346

Hernández-Mendo, A. (2006). Questionnaire for the psychological evaluation of sport performance: A complementary study between TCT and TRI. *Revista de Psicología del Deporte, 15*(1), 71–93.

Lange-Smith, S., Cabot, J., Coffee, P., Gunnell, K., & Tod, D. (2023). The efficacy of psychological skills training for enhancing performance in sport: A review of reviews. International *Journal of Sport and Exercise Psychology, 1*(1), 1–18. e0263408. https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2168725

Lochbaum, M., Stoner, E., Hefner, T., Cooper, S., Lane, A. M., & Terry, P. C. (2022). Sport psychology and performance meta-analyses: A systematic review of the literature. *PLOS ONE, 17*(2), 1. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0263408

Pettersen, S. D., Adolfsen, F., & Martinussen, M. (2022). Psychological factors and performance in women's football: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 32,* 161–175. https://doi.org/10.1111/sms.14043

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 406-408
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EFECTO COMBINADO DEL ENTRENAMIENTO PLIOMÉTRICO Y LA VISUALIZACIÓN SOBRE EL RENDIMIENTO MOTOR Y LA AUTOCONFIANZA EN FUTBOLISTAS

Sabina Tamara Rodríguez, Rafael E. Reigal, Juan Pablo Morillo Baro, Jesús Blanco Ariza, Paula del Río Aguilar y Verónica Morales-Sánchez

Universidad de Málaga (UMA), España

mendo@uma.es

Introducción. El fútbol es un deporte caracterizado por esfuerzos intermitentes y breves periodos de recuperación, en el que, durante las fases de actividad, se combinan de forma sucesiva componentes aeróbicos y anaeróbicos (Rampinini et al., 2007). En este contexto, se ha señalado que el desarrollo de cualidades físicas como la velocidad y la fuerza puede contribuir a una mayor precisión y eficacia en las acciones de juego, lo que las convierte en elementos clave dentro de los procesos de entrenamiento (Rodríguez-Rosell et al., 2017). Entre los métodos más utilizados para este fin, el trabajo pliométrico ha mostrado ser una estrategia adecuada para mejorar este tipo de capacidades (Markovic y Mikulic, 2010). Junto a ello, el entrenamiento psicológico también puede favorecer la adaptación del deportista a las demandas del entrenamiento. En particular, la visualización ha sido destacada como una técnica útil para facilitar el trabajo técnico y el ensayo mental de distintas tareas deportivas (Lindsay et al., 2022; Thomas et al., 2021). En esta línea, algunos autores han planteado la conveniencia de integrar el entrenamiento técnico-deportivo y la visualización con el propósito de optimizar el aprendizaje (Gmamdya et al., 2023). A partir de este planteamiento, el objetivo del presente estudio fue analizar la eficacia de un programa combinado de pliometría y visualización sobre la fuerza explosiva, la velocidad y la autoconfianza competitiva en futbolistas jóvenes.

Método. Se utilizó un diseño cuasiexperimental pre-post con grupo control, en el que participaron 38 futbolistas de la provincia de Málaga (España), con edades

comprendidas entre 20 y 25 años (M = 22.67; DT = 1.67). Los participantes entrenaban dos veces por semana, con sesiones de una hora y media. Para analizar la eficacia del programa se evaluó el testo de velocidad-agilidad 10 × 5 metros (Eurofit, 1993), la prueba de velocidad de 50 metros (Martínez, 2011), el salto vertical y el salto horizontal (Eurofit, 1993). Además, se administró el Cuestionario de Autoconfianza en Competición Deportiva (CACD) (Martínez-Romero et al., 2016), con el fin de valorar la autoconfianza percibida por los jugadores ante situaciones de competición. La intervención tuvo una duración de ocho semanas e incluyó dos sesiones semanales de entrenamiento combinado de pliometría y visualización. Ambos grupos realizaron el mismo entrenamiento pliométrico, aunque solo el grupo experimental incorporó tareas de visualización mental antes de cada sesión. Se llevaron a cabo evaluaciones antes y después del programa con el fin de analizar los cambios en el rendimiento motor y la autoconfianza. En el grupo experimental, la visualización se integró como una fase previa al entrenamiento pliométrico e incluía tres componentes: una fase inicial de respiración para favorecer la concentración, la observación de vídeos con modelos correctos de ejecución motora y, por último, un ensayo mental guiado en el que los jugadores visualizaban internamente los movimientos que posteriormente iban a realizar. Esta combinación tuvo como finalidad optimizar tanto el aprendizaje técnico como la preparación psicológica para el entrenamiento. Para el análisis estadístico se utilizó la prueba de Wilcoxon para comparar los resultados pre y post dentro de cada grupo, y la U de Mann-Whitney para comparar los resultados entre el grupo experimental y el grupo control.

Resultados. Los resultados mostraron que el programa combinado de pliometría y visualización fue eficaz para le mejora física y psicológica de los futbolistas. En concreto, los análisis evidenciaron efectos significativos en autoconfianza, salto vertical y velocidad en 50 metros. Además, aunque en el 10 × 5 metros y en el salto horizontal no se alcanzaron efectos estadísticamente significativos. En los análisis intragrupo, tanto el grupo control como el experimental mejoraron en autoconfianza, salto vertical y velocidad en 50 metros, pero los cambios fueron mayores en el grupo experimental. En conjunto, estos hallazgos sugieren que la incorporación de la visualización al entrenamiento pliométrico no solo favoreció el rendimiento físico, sino que también tuvo un efecto positivo sobre la autoconfianza competitiva de los futbolistas.

Conclusiones. Los resultados indican que la combinación de pliometría y visualización resultó más eficaz que la pliometría aplicada de forma aislada, tanto en variables físicas como psicológicas. Estas mejoras son consistentes con estudios

previos que han destacado el valor de la visualización para favorecer el aprendizaje técnico, optimizar la ejecución motora y fortalecer la preparación psicológica del deportista. Asimismo, los hallazgos respaldan su influencia positiva sobre la autoconfianza competitiva, en línea con lo señalado por Thomas et al. (2021). Por el contrario, el grupo control, que no incorporó técnicas de visualización, presentó mejoras más modestas. En conjunto, estos resultados refuerzan la importancia de integrar el entrenamiento físico y psicológico para potenciar el rendimiento en deportes como el fútbol.

Referencias

Eurofit. (1993). *Handbook for the Eurofit test on physical fitness*. Council of Europe.

Gmamdya, H., Souissi, M. A., Bougrine, H., Baaziz, M., Noomen, G., Majdi, B., Robin, N., & Bali, N. (2023). The positive impact of combining motor imagery, action observation and coach's feedback on archery accuracy of young athletes. *Perceptual and Motor Skills, 130*(5), 2226–2248. https://doi.org/10.1177/00315125231193218

Lindsay, R., Kittel, A., & Spittle, M. (2022). Motor imagery and action observation: A case for the integration of 360° VR. *Frontiers in Psychology, 13,* 880185. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.880185

Markovic, G., & Mikulic, P. (2010). Neuro-musculoskeletal and performance adaptations to lower-extremity plyometric training. *Sports Medicine, 40*(10), 859–895. https://doi.org/10.2165/11318370-000000000-00000

Martínez, E. (2011). *Pruebas de Aptitud Física* (2.ª ed.). Paidotribo.

Martínez Romero, M., Molina, V. M., & Oriol Granado, X. (2016). Desarrollo y validación del cuestionario de autoconfianza en competición CACD para deportes individuales y colectivos. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 16*(2), 13–20.

Rampinini, E., Coutts, A. J., Castagna, C., Sassi, R., & Impellizzeri, F. M. (2007). Variation in top level soccer match performance. *International Journal of Sports Medicine, 28*(12), 1018–1024. https://doi.org/10.1055/s-2007-965158

Rodríguez-Rosell, D., Torres-Torrelo, J., Franco-Márquez, F., González-Suárez, J. M., & González-Badillo, J. J. (2017). Effects of light-load maximal lifting velocity weight training vs. combined weight training and plyometrics on sprint, vertical jump and strength performance in adult soccer players. *Journal of Science and Medicine in Sport, 20*(7), 695–699. https://doi.org/10.1016/j.jsams.2016.11.010

Thomas, O., Thrower, S. N., Lane, A., & Thomas, J. (2021). Types, sources, and debilitating factors of sport confidence in elite early adolescent academy soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology, 33*(2), 192–217. https://doi.org/10.1080/10413200.2019.1630863

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 409-412
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL *CHOKING UNDER PRESSURE* EN LOS PENALTIS

Luis Ródenas Cuenca[1], Samantha Medina Villanueva[1], José Alberto Pérez García[1], Ángel Morquecho Méndez[2], Rocío Juárez Ruiz de Mier[3]

[1]*Universidad Autónoma de Nuevo León (Facultad de organización Deportiva),* [2]*F. C. Juárez (Liga MX),* [3]*Universidad de Málaga*

luis.rodenascn@uanl.edu.mx, smedinav@uanl.edu.mx, jose.perez@uanl.mx, angel.morquecho@fcjuarez.com, rjrm@uma.es

Introducción. El fenómeno del *choking under pressure* describe la disminución paradójica del rendimiento deportivo en situaciones de alta presión competitiva. Baumeister (1984) lo definió como el deterioro del desempeño cuando un atleta enfrenta demandas inusualmente importantes, y lo vinculó al aumento de la autoconciencia y la ansiedad. En el contexto del fútbol, los tiros penales representan una de las situaciones de mayor presión y visibilidad para los jugadores (Ellis & Ward, 2022). Ante este escenario, los deportistas manifiestan elevadas respuestas ansiosas (cognitivas y somáticas) y variaciones en parámetros fisiológicos como el aumento de la frecuencia cardiaca que interfieren con la ejecución motora (Mesagno & Hill, 2013; Tanaka & Sekiya, 2010).

Entre los factores más influyentes se encuentran la ansiedad cognitiva, los síntomas fisiológicos de activación, la autoeficacia percibida y la variabilidad de los movimientos (Pijpers et al., 2003; Omar-Fauzee et al., 2009). Teóricamente, este fenómeno se explica mediante dos modelos. El modelo de distracción sugiere que la presión genera preocupaciones internas (p.e. miedo a fallar) y externas (p.e. el foco en el portero), reduciendo la atención hacia la tarea principal. El modelo de autoconsciencia, en cambio, sostiene que la presión induce al atleta a centrarse de manera consciente en procesos que normalmente son automáticos, interrumpiendo la fluidez motora (Murayama & Sekiya, 2015).

El objetivo de este estudio fue evaluar el efecto de una intervención psicológica en el rendimiento de lanzadores de penaltis bajo condiciones de presión. Se compararon variables psicológicas (ansiedad, autoconfianza), fisiológicas (frecuencia cardiaca) y deportivas (porcentaje de aciertos) entre un grupo experimental y un grupo control, antes y después de una simulación de alta presión.

Método. Se utilizó un diseño cuasi-experimental con pre-test (baja presión) y post-test (alta presión inducida). La variable independiente fue la aplicación de un programa psicológico de seis sesiones. Los participantes fueron veinte futbolistas varones del equipo representativo de la UANL (edad media = 21.5 años). Todos contaban con al menos tres años de experiencia competitiva. Los jugadores fueron asignados en dos grupos de una manera no aleatoria equiparada.

La intervención psicológica consistió en una intervención estructurada en seis sesiones: (1) Educación sobre *choking* y emociones, (2) Entrenamiento en respiración diafragmática y control del arousa, (3) Ejercicios de atención y concentración (control de distractores y foco atencional), (4) Diseño de rutinas pre-performance: visualización, autosugestión y *self-talk*, (5) Simulación de penaltis bajo presión con retroalimentación individual y (6) Simulación final con revisión de estrategias personalizadas. El grupo control no recibió esta intervención específica.

Los instrumentos utilizados fueron el CSAI-2R (Martens et al., 1990; Cox et al., 2003), con subescalas de ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza (para medir la Ansiedad precompetitiva), el sensor sensor Polar H10 (para medir la frecuencia cardiaca), y una planilla de observación donde se registraron las nueve zonas de la portería (para evaluar la precisión).

En el pre-test (baja presión), cada jugador ejecutó cinco penaltis en condiciones controladas. Posteriormente, el grupo experimental recibió la intervención psicológica. En el post-test (alta presión inducida), todos los jugadores lanzaron nuevamente cinco penaltis en un contexto de presión: música de estadio, ruido ambiente con altavoces, observación por parte de compañeros y entrenadores, grabación en video y búsqueda de golpeo de las zonas indicadas por los entrenadores (en este caso las zonas elevadas de la portería).

Resultados. En el grupo experimental se observaron mejoras consistentes. La ansiedad cognitiva disminuyó de 22 a 16 puntos, y la ansiedad somática de 20 a 14 puntos, mientras que la autoconfianza aumentó de 2.8 a 4.1 en la escala CSAI-2R. A nivel de ejecución, los penaltis acertados pasaron de un 60 % en el pre-test a un 72 % en el post-test. Además, la frecuencia cardiaca previa a los disparos se redujo ligeramente, de 125 a 119 latidos por minuto, lo que sugiere un mejor control del nivel de activación.

En contraste, el grupo control mostró un claro patrón de *choking*. La ansiedad cognitiva apenas varió (21 a 20 puntos), la ansiedad somática descendió mínimamente (19 a 18 puntos) y la autoconfianza disminuyó de 2.7 a 2.4. En cuanto al rendimiento, la tasa de aciertos se redujo drásticamente del 58 % en el pre-test al 32 % en el post-test, mientras que la frecuencia cardiaca previa a los disparos aumentó de 126 a 142 latidos por minuto, reflejando un mayor nivel de estrés fisiológico.

Discusión. Los resultados confirman la vulnerabilidad de los futbolistas al *choking under pressure*, especialmente en el contexto de los penaltis. El grupo control reprodujo el patrón descrito por Baumeister (1984), mostrando deterioro en la precisión y un aumento del arousal bajo presión. Estos hallazgos coinciden con lo señalado por Ellis y Ward (2022), quienes documentaron mayor variabilidad en los tiros de futbolistas profesionales al ejecutar penaltis en condiciones de presión inducida.

El grupo experimental logró contrarrestar el *choking* mediante el uso de estrategias psicológicas, donde la reducción en los niveles de ansiedad y el incremento de la autoconfianza sugieren que las técnicas aprendidas (respiración, visualización, rutinas y *self-talk*) fueron efectivas, lo cual está en línea con lo planteado por Mesagno y Hill (2013) respecto al valor de las rutinas pre-performance. Además, el hecho de que los jugadores mantuvieran una frecuencia cardiaca estable bajo presión indica un mejor manejo del arousal, un aspecto fundamental en la ejecución de tareas motoras finas (Tanaka & Sekiya, 2010).

En conjunto, los resultados evidencian que las intervenciones psicológicas no solo mejoran el rendimiento técnico, sino también las respuestas emocionales y fisiológicas de los futbolistas en situaciones críticas. Estos hallazgos respaldan la importancia de incorporar entrenamientos bajo presión simulada y programas psicológicos específicos en la preparación de lanzadores de penaltis.

Conclusiones. El estudio demuestra que la presión competitiva afecta negativamente la ejecución de penaltis, incrementando la ansiedad y reduciendo la eficacia. No obstante, la intervención psicológica implementada se mostró eficaz para mitigar estos efectos, permitiendo que los jugadores del grupo experimental mejoraran su rendimiento bajo condiciones de alta presión.

Estos resultados sugieren que la preparación psicológica debería ser parte integral del entrenamiento futbolístico, particularmente en el desarrollo de rutinas precompetitivas y estrategias de control emocional. Futuros estudios deberían ampliar el tamaño muestral y explorar la transferencia de estas mejoras a contextos de competencia real.

Referencias

Baumeister, R. F. (1984). Choking under pressure: Self-consciousness and paradoxical effects of incentives on skilful performance. *Journal of Personality and Social Psychology, 46*(3), 610–620. https://doi.org/10.1037/0022-3514.46.3.610

Cox, R. H., Martens, M. P., & Russell, W. D. (2003). Measuring anxiety in athletics: The revised Competitive State Anxiety Inventory-2. *Journal of Sport and Exercise Psychology, 25*(4), 519–533. https://doi.org/10.1123/jsep.25.4.519

Ellis, L., & Ward, P. (2022). The effect of a high-pressure protocol on penalty shooting performance, psychological, and psychophysiological response in professional football: A mixed methods study. Journal of Sports Sciences, 40(1), 3–15. https://doi.org/10.1080/02640414.2021.1957344

Martens, R., Vealey, R. S., & Burton, D. (1990). *Competitive Anxiety in Sport*. Human Kinetics.

Mesagno, C., & Hill, D. M. (2013). Definition of choking in sport: reconceptualization and debate. International *Journal of Sport Psychology, 44*(4), 267–277.

Murayama, T., & Sekiya, H. (2015). Factors related to choking under pressure in sports and the relationships among them. *International Journal of Sport and Health Science, 13,* 1–16. https://doi.org/10.5432/ijshs.201416

Omar-Fauzee, M. S., Daud, W. R. B. W., Abdullah, R., & Rashid, S. (2009). The effectiveness of imagery and coping strategies in sport performance. *European Journal of Social Sciences*, *9*(1), 97-108.

Pijpers, J. R., Oudejans, R. R. D., Holsheimer, F., & Bakker, F. C. (2006). Anxiety–performance relationships in climbing: A process-oriented approach. *Psychology of Sport and Exercise, 7*(3), 283–304. https://doi.org/10.1016/S1469-0292(02)00010-9

Tanaka, Y., & Sekiya, H. (2010). The influence of audience and monetary reward on the putting kinematics of expert and novice golfers. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, *81*(4), 416-424. https://doi.org/10.1080/02701367.2010.10599702

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 413-418
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

REALIDAD VIRTUAL COMO HERRAMIENTA DE ENTRENAMIENTO COGNITIVO EN FÚTBOL

Luis Ródenas Cuenca[1], Ángel Morquecho Méndez[2], Samantha Medina Villanueva[1], Karen B. Alva Escobar[2], Rocío Juárez Ruiz de Mier[3]

[1]Universidad Autónoma de Nuevo León (Facultad de organización Deportiva), [2]F. C. Juárez (Liga MX), [3]Universidad de Málaga

luis.rodenascn@uanl.edu.mx, angel.morquecho@fcjuarez.com, smedinav@uanl.edu.mx, karen.alva@fcjuarez.com, rjrm@uma.es

Introducción. La Realidad Virtual (RV) es una tecnología inmersiva que crea entornos tridimensionales computarizados donde el atleta puede interactuar de forma segura y controlada. En el ámbito deportivo, la RV se define como el uso de contenido virtual relevante generado por ordenador que permite al deportista interactuar con el entorno simulado (Slater & Sanchez-Vives, 2016). A diferencia de las grabaciones convencionales, la RV ofrece mayor control de los estímulos visuales, una inmersión sensorial completa y la posibilidad de recrear escenarios reales de juego sin riesgo físico (Bideau et al., 2009).

Estas características hacen de la RV una herramienta prometedora para entrenar procesos perceptivo-cognitivos que son cruciales en el fútbol. El rendimiento en este deporte depende en gran medida de funciones ejecutivas como la atención selectiva, la anticipación de jugadas y la toma de decisiones rápidas bajo presión. Estudios como el de Vestberg et al. (2017) han demostrado que la capacidad de memoria de trabajo y otras funciones cognitivas predicen el éxito en jóvenes futbolistas. Por ello, entrenar estas habilidades de manera específica puede traducirse en mejores resultados en la cancha.

La RV permite manipular parámetros del entorno para enfatizar estímulos visuales relevantes al deporte. Por ejemplo, Appelbaum y Erickson (2018) señalan que simulaciones VR pueden «recrear y aumentar contextos deportivos para pro-

mover ciertas habilidades visuales y cognitivas específicas al deporte». Revisiones recientes confirman que aplicar RV centrada en la percepción visual en distintos deportes puede ser exitosa. En concreto, Witte et al. (2025) reportan que el entrenamiento en RV puramente visual ha mostrado resultados favorables en dominios deportivos diversos. Además, Kittel et al. (2024) destacan el rápido crecimiento de la investigación sobre tecnologías de realidad extendida (VR, AR, 360°) para desarrollar habilidades perceptivo-cognitivas en el deporte, señalando que el fútbol es el deporte más estudiado (32% de los estudios) y que la toma de decisiones es la habilidad más abordada (60% de los estudios)

En particular, el entrenamiento de porteros de fútbol puede beneficiarse de la RV. Esta posición requiere detectar rápidamente trayectorias de balón, enfocarse en señales visuales y decidir en fracciones de segundo. La RV puede recrear escenarios de tiros o centros con múltiples estímulos, obligando al arquero a reaccionar ante variados ángulos y velocidades de la trayectoria sin peligro físico. Investigaciones previas han encontrado que entrenar con RV mejora habilidades perceptivas específicas. Por ejemplo, Fortes et al. (2021) demostraron que futbolistas jóvenes entrenados con RV mejoraron significativamente más su capacidad de toma de decisiones y de búsqueda visual en el campo que aquellos entrenados con video tradicional. De forma similar, Gürbüz y Taş (2025) observaron que porteros que realizaron un programa de 6 semanas con RV (Rezzil Player) redujeron significativamente sus tiempos de reacción en tareas de *Go/No-Go*, mientras que el grupo control no presentó cambios

El objetivo de este estudio es evaluar los efectos de un programa de entrenamiento cognitivo breve basado en RV (mediante *Rezzil Player* en un visor de RV) sobre la velocidad de reacción y la precisión en la toma de decisiones de porteros de fútbol. Para ello, se compararon las puntuaciones pre y post entrenamiento en tareas de reacción visual con luz (*Go/No-Go*) y de decisiones de pase en RV. Se hipotetiza que los porteros mejorarán sus capacidades cognitivas específicas tras el entrenamiento con RV, siguiendo la tendencia de estudios recientes.

Método. La muestra estuvo compuesta por cuatro porteros de fútbol competitivos (dos sub-20 y dos sub-23 de primera división) participaron en el estudio. Todos eran hombres con experiencia competitiva, sin lesiones actuales que impidieran el entrenamiento. Se obtuvo el consentimiento informado de cada participante. Se utilizó un casco de Realidad Virtual autónomo *Oculus Quest 2* (peso ~755 g) con sus controles manuales. El software de entrenamiento fue *Rezzil Player*, una aplicación de RV diseñada para entrenar habilidades cognitivas deportivas. Rezzil Player presenta ejercicios de reacción visual, percepción de ángulos y toma de decisiones tácticas en escenarios de fútbol. En particular, se programaron ejercicios

de luces de reacción (*wall training*) donde el portero debía tocar contraluces que se encendían en distintos ángulos (60° y 180°) y posiciones (luz fija o en movimiento). Estos ejercicios requieren procesar rápidamente la aparición del estímulo y ejecutar la acción correspondiente (clic del mando), entrenando la velocidad de reacción y la percepción espacial.

El estudio se estructuró en tres fases: Evaluación Previa: antes del entrenamiento, cada portero completó un pretest con Rezzil Player en modo «*Go/No-Go*», que mide el tiempo de reacción ante estímulos visuales aleatorios. También se registró una tarea básica de toma de decisiones de pase (respuesta correcta en escenarios simples de juego). Estas métricas iniciales (tiempos medios y tasa de aciertos) sirvieron como línea base.

La intervención fue de ocho semanas, los porteros realizaron sesiones de RV tres veces por semana. Cada sesión de entrenamiento consistió en 1 minuto de ejercicios con luces de reacción en Rezzil Player. La dificultad aumentó progresivamente semana a semana, incrementando el número de luces y la amplitud angular. De esta forma, las semanas 1–3 entrenaban con el micro wall (simulador estático de 1–2 focos luminosos), mientras que las semanas 4–8 incrementaron la amplitud al 60° y 180° de visión con luces estáticas o en movimiento, obligando al portero a ampliar su campo de reacción. Las sesiones se realizaron en un espacio mínimo recomendado de 2×2 m para permitir la movilidad y se supervisó la técnica del visor.

Evaluación Posterior: completadas las 8 semanas, se repitió el test de reacción y la tarea de toma de decisiones con las mismas condiciones del pretest. Se compararon los resultados individuales pre y post entrenamiento para identificar cambios en tiempo de reacción medio y precisión de respuesta.

Resultados. Los porteros evidenciaron mejoras consistentes en sus indicadores cognitivos tras completar el programa de entrenamiento con RV. En particular, se observó una reducción en los tiempos de reacción en la prueba *Go/No-Go*, reflejando respuestas más rápidas y eficientes. Los porteros titulares destacaron sobre el resto de la muestra, alcanzando las mejores marcas y mostrando los mayores avances en velocidad de respuesta y precisión en la toma de decisiones. Estos resultados sugieren que la práctica sistemática en entornos inmersivos favoreció la optimización de los procesos perceptivos y de anticipación, especialmente en quienes ya contaban con mayor experiencia competitiva.

Estos resultados concuerdan con investigaciones previas, como la realizada por Fortes et al. (2021), donde se reportaron que jugadores jóvenes de fútbol entrenados en RV mejoraron notablemente más en tareas de toma de decisiones y búsqueda visual que aquellos entrenados con video convencional. De manera similar, Gürbüz y Taş (2025) observaron que porteros sometidos a 6 semanas de

entrenamiento con RV (Rezzil Player) redujeron sus tiempos de reacción de forma significativa ($p<0.05$), mientras que el grupo control no mostró cambios. En su estudio, la comparación con control evidenció una diferencia positiva significativa a favor del grupo de RV en los tiempos de reacción

Por tanto, nuestros resultados sugieren que un breve programa de entrenamiento cognitivo con RV puede generar mejoras detectables en las habilidades perceptivo-cognitivas de los porteros. Estas mejoras en velocidad coinciden con la literatura que indica que la RV es capaz de potenciar procesos de anticipación y toma de decisiones en entornos deportivos simulados. Además, la naturaleza inmersiva de la RV permite realizar repeticiones ilimitadas de situaciones de juego relevantes, lo cual probablemente contribuye a entrenar la lectura del juego y la respuesta rápida ante estímulos visuales.

Discusión. Los hallazgos apoyan la idea de que la realidad virtual es una herramienta eficaz para entrenar funciones cognitivas deportivas. Al ofrecer un ambiente controlado pero dinámico, la RV permite focalizar la atención en estímulos clave y brindar retroalimentación inmediata. Appelbaum y Erickson (2018) destacan que las simulaciones VR en contextos deportivos pueden promover habilidades visuales y cognitivas específicas al deporte, lo cual coincide con los beneficios observados en nuestro estudio. De hecho, Witte et al. (2025) señalan que el entrenamiento exclusivamente visual en entornos VR puede ser exitoso en muchos deportes.

Además, al entrenar porteros, se aprovecha la capacidad de la RV para recrear escenarios de tiro difíciles de reproducir en la práctica diaria sin riesgo físico. Por ejemplo, repetir centros de 180° con trayectoria impredecible mejora la percepción periférica y la anticipación. De hecho, Bideau et al. (2009) concluyeron que la RV sobrepasa las limitaciones del video tradicional, pues ofrece entornos interactivos que fomentan una comprensión más profunda del rendimiento deportivo. En línea con ello, nuestros porteros no sólo reaccionaron más rápido, sino que también fueron más certeros en las decisiones de pase simuladas, sugiriendo transferencia hacia habilidades de juego real.

Sin embargo, es importante matizar que la mayoría de los estudios publicados reportan efectos positivos en situaciones controladas, lo que podría sobreestimar la transferencia al juego real. Richlan et al. (2019) enfatizan que entrenar la toma de decisiones en VR es prometedor como complemento, pero aún se desconoce hasta qué punto estos cambios se reflejan en el rendimiento en el campo.

También debemos mencionar limitaciones del estudio: el tamaño reducido de la muestra (4 porteros) impide generalizar los resultados. Además, no se comparó directamente con un grupo control que entrenara con métodos convencionales,

por lo que las mejoras podrían atribuirse parcialmente a la práctica repetida. Son necesarios estudios futuros con mayor número de deportistas, grupos de control y análisis longitudinales para confirmar la efectividad de la RV. Como sugieren Witte et al. (2025) y Kittel et al. (2024), aún hace falta más investigación para determinar la frecuencia óptima del entrenamiento en RV y cuantificar su transferencia a contextos reales. No obstante, nuestros hallazgos apoyan la premisa de que la RV es bien recibida por los atletas y resulta especialmente útil en deportes que demandan anticipación y decisiones rápidas

Conclusiones. El entrenamiento cognitivo en Realidad Virtual (mediante *Rezzil Player en Oculus Quest 2*) demostró ser prometedor para mejorar la velocidad de reacción y la toma de decisiones en porteros de fútbol. Los participantes del programa de 8 semanas mostraron mejoras significativas en las tareas de reacción visual, concordando con estudios previos que encontraron mayores beneficios en RV comparado con métodos tradicionales. Estos resultados indican que la RV puede ser una herramienta efectiva de entrenamiento perceptivo-cognitivo en el fútbol, al permitir la repetición intensiva de situaciones de juego en un entorno seguro. Sin embargo, se recomienda que debe complementarse con práctica en el campo real y requiere validación con diseños experimentales más rigurosos.

En resumen, la RV emerge como una tecnología de alto potencial para el entrenamiento deportivo; su implementación adecuada podría contribuir a desarrollar las habilidades cognitivas necesarias para el éxito en el fútbol.

Referencias

Appelbaum, L. G., & Erickson, G. (2018). Sports vision training: A review of the state-of-the-art in digital training techniques. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 11*(1), 160–189. https://doi.org/10.1080/1750984X.2016.1266376

Bideau, B., Kulpa, R., Vignais, N., Brault, S., Multon, F., & Craig, C. (2009). Using virtual reality to analyze sports performance. *IEEE Computer Graphics and Applications, 30*(2), 14–21. https://doi.org/10.1109/MCG.2009.134

Fortes, L. S., Almeida, S. S., Praça, G. M., Nascimento-Júnior, J. R., Lima-Junior, D., Barbosa, B. T., & Ferreira, M. E. C. (2021). Virtual reality promotes greater improvements than video-stimulation screen on perceptual-cognitive skills in young soccer athletes. *Human Movement Science, 79*, 102856. https://doi.org/10.1016/j.humov.2021.102856

Gürbüz, E., & Taş, M. (2025). Investigation on the effect of virtual reality training on reaction time in football goalkeepers. *Turkish Journal of Sport and Exercise, 27*(1), 112–117. https://izlik.org/JA82HG29ND

Kittel, A., Lindsay, R., Le Noury, P., & Wilkins, L. (2024). The use of extended reality technologies in sport perceptual-cognitive skill research: A systematic scoping review. *Sports Medicine - Open, 10*, 128. https://doi.org/10.1186/s40798-024-00794-6

Shimi, A., Tsestou, V., Hadjiaros, M., Neokleous, K., & Avraamides, M. (2021). Attentional skills in soccer: Evaluating the involvement of attention in executing a goalkeeping task in virtual reality. *Applied Sciences, 11*(19), 9341. https://doi.org/10.3390/app11199341

Slater, M., & Sanchez-Vives, M. V. (2016). Enhancing our lives with immersive virtual reality. *Frontiers in Robotics and AI, 3*, 74. https://doi.org/10.3389/frobt.2016.00074

Vestberg, T., Reinebo, G., Maurex, L., Ingvar, M., & Petrovic, P. (2017). Core executive functions are associated with success in young elite soccer players. *PLOS ONE, 12*(2), e0170845. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0170845

Witte, K., Bürger, D., & Pastel, S. (2025). Sports training in virtual reality with a focus on visual perception: A systematic review. *Frontiers in Sports and Active Living, 7*, 1530948. https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1530948

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, p. 419-
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CREATIVIDAD E INNOVACIÓN EN LA GESTIÓN PROFESIONAL

Lic. Pablo Nigro y Lic. Alfredo Fenili

APDA (Asociación de Psicología del Deporte Argentina)

Las claves:

Hoy debemos hablar de psicología aplicada al deporte (no de psicología del deporte) pues entendemos que el paradigma del rendimiento debe estar incluido en una mirada más integradora de la persona. Siempre se dice que detrás de todo deportista hay una persona y nosotros pensamos que es exactamente al revés: delante y antes que el deportista está la persona. La persona que hace actividad física y deporte, con todas las formas posibles de expresión, ricas en lo gestual y lo técnico, pero más ricas aún en su identidad y compromiso con la actividad. Por otro lado, las variables afectivas no están fuera del deporte como si al deporte sólo le cupiera una mirada más racional y tecnificadora: el rendimiento por sobre todo. Entendemos, asimismo, que constantemente estamos sobrevalorando el logro de los objetivos, como si fueran lo único y más importante dentro del deporte. ¿Y el trayecto?, ¿y el esfuerzo del día a día? Una mirada innovadora sobre la práctica deportiva es, entonces, una mirada observando lo esencial: la persona y su devenir. Mijail Tal, campeón mundial de ajedrez, decía que cuando se llega a la cumbre ya no hay mucho más para hacer, hay que bajar rápido porque lo que hay allá arriba es mucho frío y no más. Valorar el trayecto, valorar el camino, valorar al sujeto deportivo y a partir de ello, observar el rendimiento.

Entendemos dos conceptos sobre innovación: uno más herramental y uno más conceptual. Nosotros evolucionamos rápidamente en lo herramental, cada vez disponemos de mejores y más sofisticadas herramientas de evaluación y de intervención, sobre todo apoyadas en la tecnología. La innovación conceptual es más profunda y son cambios de miradas, de paradigmas de trabajo. Cuidar, por sobre todo, la salud mental de los deportistas y acompañarlos en el camino, es la verdadera innovación. Volver a las fuentes.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 420-422
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRENAMIENTO DE PERSONAS CON DIVERSIDAD INTELECTUAL PARA CARRERAS POPULARES

M.ª Carmen González Hermo

Colegio Oficial de Psicología de Galicia. Comisión intersectorial de psicología del deporte y la actividad física.

mcarmen.gonzalez.hermo@gmail.com

Introducción. La comunicación que se presenta pretende dar a conocer entre los profesionales del deporte el programa puesto en práctica por la Asociación AMBAR, en el que se crea un equipo de corredores populares con diversidad intelectual en un contexto rural. Además, busca visibilizar el valor del deporte como herramienta para la mejora de la inclusión social y la autonomía de las personas, así como reflexionar sobre el papel de los profesionales de la psicología del deporte y la actividad física, más allá del deporte de alto rendimiento.

Método. A modo de «estudio de caso» se muestra un proyecto que entrena a personas con diversidad intelectual leve y moderada en atletismo, ayudándoles a participar en pruebas populares dentro de su comunidad de manera inclusiva y normalizada. Para poner en marcha el proyecto se contó con un equipo humano formado por un entrenador, una psicóloga y siete deportistas entre 25 y 50 años con diversidad intelectual leve o moderada, que nunca habían participado en competiciones populares inclusivas.
Los objetivos del proyecto eran:

— Establecer la práctica deportiva como hábitos saludables en las personas con diversidad intelectual.

— Incorporar la práctica de atletismo como actividad regular y estable en los participantes.

— Participar en pruebas populares normalizadas en distintos lugares de Galicia.

Este equipo de deportistas con diversidad intelectual cumple ciertas particularidades que lo distingue de otros equipos:

— Entorno rural: lo cual genera dificultades para los desplazamientos a la hora de participar en las pruebas deportivas y también para participar en los entrenamientos, debido a la carencia de una red de transporte público adecuada.

— Educación en el sedentarismo: sólo los dos participantes más jóvenes practicaban actividad física regular (paseos o trabajo en el campo) sin ser actividad deportiva.

— Diagnóstico dual: Algunos de ellos presentaban además enfermedad mental y alteraciones de conducta.

— Dificultades de cognitivas propias de su diversidad intelectual: lo que repercutió en la necesidad de establecer una serie de adaptaciones a la práctica, como buscar distintas explicaciones en las instrucciones de entrenamiento y la necesidad de acompañamiento para evitar la desorientación en las carreras populares. Algunos de ellos requerían desarrollar estrategias que les ayudasen a centrarse en la tarea durante las pruebas deportivas, de manera que pudiesen llevarlas a término. Además, todos ellos necesitaron apoyo para las inscripciones digitales en las pruebas.

— Barreras psicológicas y emocionales: la participación en pruebas inclusivas también suponía para los participantes un reto a nivel psicológico y emocional, su autoimagen centrada en la discapacidad, hacía que al inicio del proyecto les costase participar en pruebas inclusivas y competir en pruebas absolutas, algunos de aspectos que mencionaban como frenos eran el miedo a no ser capaces de terminar la prueba, la vergüenza a estar con otros corredores, o el temor a ser rechazados por el resto de personas deportistas.

Para atender a todas estas particularidades los entrenamientos se asentaron en 2 pilares: aspectos físicos y técnica deportiva y aspectos psicológicos y motivacionales. Entre los aspectos físicos, fue necesario desarrollar estrategias propias para trabajar el equilibrio, la coordinación y la fuerza; entre los aspectos psicológicos fue necesario trabajar los prejuicios y complejos, la autoimagen, los conflictos intragrupales y el sentido de pertenencia al equipo. Por último, para hacer posible

su participación en las pruebas normalizadas también fue necesario aportar ciertos apoyos como facilitar los desplazamientos hasta las mismas, acompañamiento en la recogida de dorsales, la orientación y la persistencia en la prueba (los corredores tendían a parar y tirarse al suelo cuando se cansaban). Además, también se realizó una labor de difusión y visibilización del equipo, de manera que poco a poco los organizadores de las pruebas fueron incluyendo medidas de apoyo generales.

Resultados. El equipo de Corredores populares de la Asociación Ambar perdura desde el 2015. Distintas pruebas de la comarca del Barbanza incluyeron en sus categorías la «zapatilla inclusiva» en la que podían inscribirse personas con cualquier tipo de diversidad funcional. Por el programa pasaron 20 personas en estos 10 años, 3 de ellos permanecen desde el inicio. En la actualidad 3 deportistas participan en las pruebas de la comarca, sin necesidad de ningún apoyo. A lo largo de estos 10 años, el equipo participó en carreras de distintos ayuntamientos de las provincias de A Coruña y Pontevedra.

Conclusiones. La Práctica deportiva es un derecho para todos los ciudadanos, las pruebas populares no pueden ser tal, si no son inclusivas. La práctica deportiva de las personas con diversidad intelectual en el ámbito rural depende del voluntariado o de las Asociaciones sin Ánimo de Lucro. Se detecta la necesidad de programas deportivos accesibles y variados, así como de profesionales del deporte especializados en diversidad funcional. Los profesionales de la psicología del deporte y la actividad física pueden actuar como agentes de inclusión, facilitando estrategias para optimizar los entrenamientos y formando a profesionales de deporte en materia de diversidad cognitiva.

Referencias

Ley 39/2022, de 30 de diciembre, del deporte. (2022). *Boletín Oficial del Estado*, (314), 183450–183508. https://www.boe.es/eli/es/l/2022/12/30/39

Organización de las Naciones Unidas. (2007). *Convención internacional sobre los derechos de las personas con discapacidad*. https://www.un.org/esa/socdev/enable/documents/tccconvs.pdf

Servicio de Información sobre la Discapacidad. (2025). *Guía AcciónClimaDIS: Las personas con discapacidad como agentes de una transición inclusiva, accesible y justa*. Ediciones Cinca.

Verdugo, M. A., Schalock, R. L., Gómez, L. E., & Arias, B. (2013). *Escala INICO-FEAPS: De evaluación integral de la calidad de vida de personas con discapacidad intelectual o del desarrollo*. INICO.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 423-424
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EFECTOS DE UNA INTERVENCIÓN PSICOEDUCATIVA EN AFICIONADOS DE FÚTBOL PARTICIPANTES DE TIGREFIT: COMPARACIÓN ENTRE MODALIDADES

José A. Jiménez-Chaires[1,2], Jeanette M. López-Walle[1], Abril Cantú-Berrueto[1], José L. Tristán[1], Alejandro García-Mas[1,2]

[1]Universidad Autónoma de Nuevo León, [2]Universitat de les Illes Balears

jose-antonio.jimenez@uib.cat

Introducción. El contexto del fútbol ofrece un entorno social favorable para promover hábitos saludables, dando origen a programas como TIGREFIT (Tristán et al., 2025). Este estudio evaluó el impacto de una intervención psicoeducativa sobre variables psicológicas mediadoras (necesidades psicológicas básicas y motivación autónoma) y malestar psicológico.

Método. La muestra fue de 55 adultos (M_{edad} = 42.13, DT = 4.92) sedentarios con sobrepeso, aficionados de un club de fútbol, que participaron en el programa TIGREFIT. La intervención «*PsicoFit*» se implementó en dos modalidades: presencial (n= 31) y semipresencial (n= 24), y constó de 12 sesiones. Se utilizaron instrumentos validados para medir la satisfacción de necesidades psicológicas básicas, la motivación autónoma, la motivación controlada, la desmotivación y el *burnout*.

Resultados. En la línea base no se encontraron diferencias significativas entre grupos. Al finalizar el programa, se observó que la modalidad presencial mostró mayores niveles de satisfacción de necesidades psicológicas básicas y motivación autónoma, así como menores niveles de desmotivación, comparada con la modalidad semipresencial. Además, en el grupo presencial se observaron cambios significativos tras la intervención con aumentos en la satisfacción de necesidades psicológicas básicas, motivación autónoma y desmotivación, mientras que en el

grupo semipresencial sólo se observaron cambios significativos en la satisfacción de necesidades psicológicas básicas.

Conclusiones. Esto sugiere que el programa fue más efectivo en la modalidad presencial, favoreciendo el desarrollo de variables psicológicas positivas y reduciendo factores negativos.

Referencias

Tristán Rodríguez, J. L., Vergara Torres, A. P., Guzmán López, S., López-Walle, J. M., Ramírez Nava, R., Cabanillas Lomelí, M. L. & Montalvo Hernández, S. (2025). *Metodología TIGREFIT: Bienestar y salud incomparable.* Universidad Autónoma de Nuevo León. https://doi.org/10.29105/b-178

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 425-426
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

MANIFESTACIONES IDENTITARIAS EN EL FÚTBOL: FORMAS DE EXPRESAR LA IDENTIDAD EN LAS COMUNIDADES DE AFICIONADOS

Daniel Alonso-Hernán, Mónica Gómez-Suárez

Universidad Autónoma de Madrid,

daniel.alonsoh@uam.es, monica.gomez@uam.es

Introducción. El consumo en el contexto deportivo no responde únicamente a fines utilitaristas, sino que funciona como una forma de expresión identitaria y de vinculación social entre aficionados, quienes utilizan símbolos y objetos para mostrar su pertenencia a un grupo y diferenciarse de otros. Partiendo de una concepción de la identidad como un conjunto de significados que definen quién es uno cuando ocupa un rol concreto o cuando forma parte de un grupo (Burke y Stets, 2009), podemos analizar su dimensión expresiva observando la imagen de sí mismo que proyecta un aficionado, la cual puede manifestarse desde acciones cotidianas hasta rituales altamente simbólicos. Sin embargo, aunque las escalas tradicionales de identificación con el equipo incluyen ciertos elementos expresivos, no profundizan en este aspecto de manera específica.
Método. Con el objetivo de profundizar en mayor medida en el componente expresivo de la identificación con la comunidad, se ha desarrollado una escala que lo mide de forma independiente. Esta ha sido desarrollada a partir de la traducción y la adaptación de un conjunto de dimensiones utilizadas por Yoshida et al. (2015) en un estudio sobre la identificación con la comunidad de aficionados. Una vez establecida dicha escala, esta ha sido validada a partir de la realización de un análisis factorial exploratorio (AFE) y un análisis factorial confirmatorio (AFC).

Resultados. Los resultados del AFE y del AFC coinciden en la validez de la escala sobre el componente expresivo de la identidad de los aficionados y determinan en

ella la existencia de tres dimensiones: la expresividad material de los aficionados, el *Word-OF-Mouth* (WOM) positivo y la responsabilidad con la comunidad. De este modo, se puede definir la expresividad material como el consumo de objetos vinculados al equipo, así como su uso visible con el propósito de que los demás reconozcan al individuo como aficionado; el WOM positivo se refiere a la orientación de los aficionados hacia el exterior para generar opiniones e impresiones favorables sobre el equipo y el resto de los aficionados; y, por su parte, la responsabilidad con la comunidad abarca aquellos comportamientos de compromiso con otros aficionados a través de los que se muestra identificación y vinculación con el grupo.

Conclusiones. Disponer de un instrumento como el validado en este trabajo permite profundizar en el funcionamiento de la expresividad de la identidad de los aficionados. Asimismo, el desarrollo de esta escala puede servir tanto para futuras investigaciones académicas sobre este concepto como para la toma de decisiones comerciales por parte de los clubes de fútbol y otros agentes económicos de este campo.

Referencias

Burke, P. J., & Stets, J. E. (2009). *Identity Theory*. Oxford University Press.

Yoshida, M., Gordon, B. S., Heere, B., & James, J. D. (2015). Fan community identification: An empirical examination of its outcomes in Japanese professional sport. *Sport Marketing Quarterly, 24*, 105-119. https://doi.org/10.1177/106169341502400204

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 427-428
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

10 AÑOS DEL SERVICIO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE DEL RC CELTA Y DE LA SELECCIÓN MEXICANA DE FÚTBOL

Joaquín Dosil Díaz[1], Rubén Domínguez Domínguez[1], Robert F. Gutiérrez Villa[2], y Diana Vázquez Cruz[3]

[1]Universidade de Vigo, [2]Real Club Celta, [3]Selección Nacional de Fútbol de México

j.dosil@uvigo.gal, rubdominguez@uvigo.gal, rgutierrez4618@cue.edu.co, dradianavazquezpsicologia@gmail.com

Introducción. El simposio realizado con motivo del IV Congreso sobre Fútbol, Innovación y Psicología en la Universidade de Santiago, busco presentar el trabajo realizado en la Cantera del Real Club Celta en los últimos 10 años. Desde una visión de los inicios, explicando las dificultades y vaivenes que suelen estar presentes en este tipo de proyecto de cantera y la situación actual. Se presentaron además algunos aspectos relacionados con la investigación realizada, la innovación en la observación en el fútbol, ejemplos del método utilizado en cantera. Así mismo, se integró un espacio para presentar aspectos del trabajo realizado desde el Departamento de la Selección Mexicana de Fútbol. El propósito final de este simposio era presentar ejemplos claros y concretos del trabajo realizado en ambas organizaciones, que siguen una metodología similar, que se adapta a la realidad que viven los futbolistas.

Desarrollo del simposio. La contextualización de la realidad, la evaluación, la intervención y la evaluación son aspectos fundamentales de ambas experiencias presentadas. La adaptación de la metodología a la realidad de dos organizaciones diferentes en continentes distintos es un aspecto relevante que se buscó señalar en este simposio. La investigación en relación al efecto relativo de la edad y como tenerla en cuante en el desarrollo de talento. La observación específica de indicadores de rendimiento y la recogida de datos en el entrenamiento que briden al cuerpo técnico de información relevante sobre los objetivos del entrenamiento, es un área

de innovación en constante desarrollo en la que la capacidad de observación del psicólogo del deporte presenta espacios de mejorar. La presentación del modelo de acompañamiento psicológico para futbolistas élite y cantera, el trabajo con entrenadores de cantera fueron algunos de los aspectos presentes en el simposio. Así como, la forma de intervención de las selecciones mexicanas.

Resultados. La presencia de 13 jugadores en edad juvenil en un equipo de 1ªRFEF, la relevancia del efecto relativo de la edad en esta población (53,56% nacidos primer trimestre del año), se presentaron datos fruto de la observación y la recogida del rendimiento en tareas concretas, el rendimiento de porteros en tareas como los reducidos y las finalizaciones que permiten obtener datos del rendimiento a lo largo de la temporada.

Conclusiones. El trabajo realizado en los últimos años está asociado y directamente relacionado a la filosofía de cantera, lo que ha contribuido a que cinco jugadores hayan llegado al primer equipo en la temporada 2025-26, acompañando a otros cinco jugadores la temporada 2024-25, así mismo un jugador a la Premier League, otro a la Liga Mexicana y otro a la 2ª división española.

Referencias

Dosil, J. (2002). *El Psicólogo del Deporte. Asesoramiento e intervención*. Editorial Síntesis.

Dosil, J. (2008). *Psicología de la Actividad Física y del Deporte*. McGraw-Hill.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 429-432
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

SALUD MENTAL EN EL FÚTBOL PROFESIONAL: DIAGNÓSTICO, SENSIBILIZACIÓN E INTERVENCIÓN EN PORTUGAL

Pedro Teques

CIDESD, Universidade de Tras-os-Montes e Alto Douro, Federação Portuguesa de Futebol

pteques@utad.pt

Introducción. En las dos últimas décadas, la salud mental en el deporte ha emergido como un tema prioritario tanto en la investigación científica como en las políticas deportivas internacionales. En el caso del fútbol profesional, la presión mediática, las altas demandas competitivas, la incertidumbre contractual y la exposición pública intensiva sitúan a los jugadores en un contexto de riesgo significativo para el desarrollo de síntomas de malestar psicológico, tales como ansiedad, depresión, insomnio o abuso de sustancias (Gouttebarge et al., 2019). Pese a la magnitud del fenómeno, en muchos países, incluido Portugal hasta fechas recientes, la salud mental de los futbolistas profesionales no había sido objeto de estudios sistemáticos ni de estrategias de intervención integradas. En respuesta a esta necesidad, la Federação Portuguesa de Futebol y el Sindicato dos Jogadores Profissionais de Futebol, en colaboración con universidades y centros de investigación, impulsaron una línea de trabajo centrada en el diagnóstico, sensibilización y diseño de programas de intervención psicológica. El presente trabajo tiene como objetivo presentar las evidencias obtenidas en un proyecto pionero en Portugal, que combina la monitorización sistemática de síntomas de salud mental en futbolistas profesionales, la divulgación de materiales de sensibilización y la puesta en marcha de protocolos de intervención aplicados a nivel organizativo e individual.

Método. El proyecto se desarrolló a lo largo de tres fases principales: screening, operacionalización y diseminación, e intervención. En la fase de screening se implementó una batería de instrumentos estandarizados y validados internacional-

mente para evaluar diferentes dimensiones de la salud mental y del bienestar de los futbolistas profesionales. Entre ellos se incluyeron: el *General Health Questionnaire* (Goldberg et al., 1997; Ribeiro et al., 2015), el *Distress Screener* (Braam et al., 2009), la *Career Satisfaction Scale* (Greenhaus et al., 1990), el *Brief COPE* (Carver, 1997; Ribeiro & Rodrigues, 2004), la *PROMIS Sleep Disturbance Scale* (Yu et al., 2011), el cuestionario AUDIT-C para consumo de alcohol (Dawson et al., 2005; Nunes et al., 2007) y medidas específicas de nutrición y comportamiento saludable (Veer et al., 2011). La muestra inicial estuvo compuesta por 217 futbolistas profesionales. En la fase de operacionalización y diseminación se elaboraron materiales de sensibilización dirigidos a jugadores, entrenadores y directivos. Entre ellos destaca la publicación del *Booklet* de *Saúde Mental do Jogador Profissional de Futebol* (SJPF, 2021), que recoge pautas de prevención, detección temprana y recomendaciones prácticas para la gestión del bienestar emocional en el contexto futbolístico. Finalmente, la fase de intervención incluyó la implementación de programas piloto de acompañamiento psicológico, diseñados para integrar sesiones de psicoeducación colectiva, intervención individual breve basada en la terapia cognitivo-conductual y protocolos de referencia para casos clínicos que requerían atención especializada. El enfoque estuvo orientado a la práctica basada en la evidencia, con un fuerte componente de colaboración entre psicólogos del deporte, médicos, entrenadores y las estructuras organizativas del fútbol portugués.

Resultados. Los resultados del screening inicial mostraron prevalencias de síntomas de salud mental en los futbolistas profesionales. Aproximadamente el 15,3 % presentaba síntomas clínicos de depresión, el 16,2 % ansiedad, el 46,6 % *distress* psicológico, el 22,1 % consumo excesivo de alcohol y el 19,5 % trastornos del sueño (Teques, Rosa, & Araújo, 2021). En el caso de los árbitros, los valores fueron incluso superiores en determinadas dimensiones, especialmente en ansiedad (39,4 %) y disturbios del sueño (22,7 %). Entre los jugadores de *e-sports* las prevalencias se incrementaban de forma significativa, con tasas superiores al 35 % en casi todas las dimensiones evaluadas (Pereira et al., 2021). Estos datos evidencian que el malestar psicológico constituye un problema real y de magnitud considerable en el fútbol portugués, comparable a las cifras descritas en otros contextos europeos. Además, los análisis correlacionales señalaron asociaciones significativas entre niveles elevados de *distress*, menor satisfacción con la carrera y mayor frecuencia de conductas desadaptativas, como el abuso de alcohol o la falta de rutinas de sueño reparador. La diseminación de resultados a través de campañas, materiales divulgativos y la implicación activa de los propios jugadores ha favorecido un cambio progresivo en la percepción del tema, reduciendo el estigma asociado a la búsqueda

de ayuda psicológica. El *Booklet* publicado por el SJPF constituye un ejemplo de transferencia de conocimiento aplicado, utilizado actualmente como herramienta de formación en clubes y academias. En cuanto a las intervenciones piloto, los programas de psicoeducación colectiva mostraron buena aceptación y elevada participación, mientras que las intervenciones individuales basadas en técnicas cognitivo-conductuales se asociaron a reducciones de síntomas de ansiedad y mejoras en la percepción de control y bienestar. Aunque los resultados son preliminares, aportan evidencia del valor de integrar la salud mental en la preparación global de los futbolistas profesionales.

Conclusiones. El trabajo confirma que la salud mental de los futbolistas profesionales en Portugal es un ámbito de gran relevancia y urgencia, con prevalencias de síntomas que justifican la implementación de programas sistemáticos de evaluación, sensibilización e intervención. Los datos muestran que las problemáticas más frecuentes son el *distress*, la ansiedad, la depresión, el abuso de alcohol y las alteraciones del sueño, en línea con lo reportado a nivel internacional. El proyecto portugués constituye un ejemplo de buenas prácticas en el ámbito europeo, al combinar investigación rigurosa, sensibilización social y programas de intervención aplicados. La colaboración entre sindicatos, federaciones y universidades ha demostrado ser un factor clave para la legitimidad y la sostenibilidad de las iniciativas. Asimismo, la integración de materiales divulgativos accesibles, como el *Booklet* sobre salud mental, contribuye a disminuir el estigma y a empoderar a los propios jugadores como agentes activos de su bienestar. De cara al futuro, resulta necesario ampliar las muestras, incluir el seguimiento longitudinal de jugadores a lo largo de su carrera, evaluar el impacto de los programas de intervención a largo plazo y reforzar la formación de entrenadores y cuerpos técnicos como actores de primera línea en la detección y apoyo a los futbolistas. En un contexto en el que la salud mental ha dejado de ser un tema tabú en el deporte de élite, Portugal se posiciona con este proyecto como un referente en la construcción de ambientes de trabajo saludables, sostenibles y centrados en el bienestar integral de los atletas.

Referencias

Braam, A. W., van Oostrom, S. H., Terluin, B., Vasse, R. M., de Vet, H. C. W., & Anema, J. R. (2009). Validation study of a distress screener. *Journal of Occupational Rehabilitation, 19*(3), 231–237. https://doi.org/10.1007/s10926-009-9178-z

Carver, C. S. (1997). You want to measure coping but your protocol's too long: Consider the brief COPE. *International Journal of Behavioral Medicine, 4*(1), 92–100. https://doi.org/10.1207/s15327558ijbm0401_6

Dawson, D. A., Grant, B. F., Stinson, F. S., & Zhou, Y. (2005). Effectiveness of the derived Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT-C) in screening for alcohol use disorders and risk drinking in the US general population. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research, 29*(5), 844–854. https://doi.org/10.1097/01.ALC.0000164374.32229.A2

Greenhaus, J. H., Parasuraman, S., & Wormley, W. M. (1990). Effects of race on organizational experiences, job performance evaluations, and career outcomes. *Academy of Management Journal, 33*(1), 64–86. https://doi.org/10.5465/256352

Ribeiro, J. L. P., & Rodrigues, A. P. (2004). Questões acerca do coping: A avaliação do Brief COPE. *Psicologia, Saúde & Doenças, 5*(1), 3–15.

Yu, L., Buysse, D. J., Germain, A., Moul, D. E., Stover, A., Dodds, N. E., Pilkonis, P. A., & Cella, D. (2011). Development of short forms from the PROMIS™ sleep disturbance and sleep-related impairment item banks. *Behavioral Sleep Medicine, 10*(1), 6–24. https://doi.org/10.1080/15402002.2012.636266

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 433-437
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INTERVENCIÓN ACTUAL CON LA SELECCIÓN ABSOLUTA DE FÚTBOL DE COLOMBIA CLASIFICATORIAS DEL MUNDIAL 2026

Marcelo Roffé

Sociedad Latinoamericana y del Caribe de Psicología del Deporte, Selección Colombiana de Fútbol

consultoria@marceloroffe.com

«La suerte del psicólogo deportivo es trabajar con buenos deportistas».

Dan Gould

Introducción. En este breve artículo mostramos como intervenimos con una selección de elite (12 en el mundo) entre 2022 y 2025. El psicólogo del deporte está incorporado al cuerpo técnico y a su vez brinda apoyo permanente también al cuerpo médico. Nuestros jefes (líderes) son dos: el entrenador principal, Néstor Lorenzo y el jefe médico doctor Gustavo Pineda.

Intervenciones grupales. Cada encuentro (supervisado por el entrenador) tiene diapositivas de power point, un video o más, la presencia del cuerpo técnico, el trabajo entrelazado en 4 grupos sobre algún tema en algunos talleres, las conclusiones en boca del entrenador y a veces también del capitán y posteriormente la opción de quedarme a solas con los futbolistas para realizar un juego o dinámica grupal con el objetivo de que se conocieran más y el grupo se fuera cohesionando cada vez con mayores detalles, hasta ser un verdadero equipo. A su vez sale una información muy valiosa que, amparado en el secreto profesional, me permite ayudarlos mejor grupal e individualmente. Como referencia tenía presente el concepto de cohesión ya que los regionalismos no habían favorecido la misma en selecciones anteriores. Definición de cohesión: * «Un proceso dinámico que se ve reflejado en la tendencia que tiene un grupo a juntarse y mantenerse unido en la búsqueda de sus objetivos

instrumentales y/o para la satisfacción de las necesidades afectivas de sus miembros» (Carron, Brawley y Widmeyer – 1998).

Evaluaciones realizadas. En fútbol profesional es diferente a fútbol juvenil, y en selección absoluta es diferente a clubes. En juveniles podemos tomar más test y entre ellos varios proyectivos. Con los profesionales no es conveniente. Es bueno tener clara esa diferencia. En ese sentido, hemos evaluado:

— concentración (test de rejilla)

— establecimiento de metas

— relaciones afectivas grupales (sociograma)

— test CPRD factorizado

— seguimientos en competencia con planillas especiales

Intervenciones anti-estrés: en juveniles hemos sido los primeros en instrumentar las técnicas de respiración, relajación y visualización en el año 2000, en la preparación psicológica del equipo que obtuviera el primer lugar en el mundial sub -20 Argentina 2001. Con ellos era obligatorio y en tres grupos como detallo en «Alto Rendimiento, Psicología y Deporte» (Roffé & Ucha, 2005). Con la absoluta es diferente. Realizamos talleres de relajación (método Jacobson), meditación (método Mumford) y visualización externa (ni interna ni cinestésica) según el partido, la necesidad, el tiempo y la disponibilidad del hotel. Son obligatorios (salvo alguna excepción) y son la noche anterior al partido. Con la relajación logramos un mejor descanso/sueño. Con la visualización mayor concentración y confianza, y con la meditación una unión entre ellos a través de la respiración que también colabora en disminuir la ansiedad. La mentalidad ganadora que transmitimos (el equipo estuvo 29 partidos invicto, venció a cinco excampeones mundiales y disputó en 2024 la final de la copa América) incluye los siguientes ítems que construimos nosotros, entre cuerpo técnico y futbolistas:

— Ser protagonistas

— No subestimar a nadie

— Nunca bajar los brazos

— Construcción de resiliencia

— Estar enfocados en la tarea

— No quedar enganchados al error

— Tomar decisiones

— Ser solidarios con el compañero

— Tener metas claras de equipo sin perder las metas individuales

— Autodiálogo y pensamiento positivo

— Nunca conformarse

— Manejar las presiones

— Jugar como niños

— Tener buena comunicación entre ellos y con cuerpo técnico y médico

Trabajo psicológico. Continuamos con las dinámicas ya comentadas de mi intervención, más concursos de baile, más juegos de collage de comunicación, más dinámicas de cohesión, más carteles individuales, etc. **¿Objetivo?, ¿Para qué se hace esto?** Estas actividades tienen como objetivo unir más al grupo a partir de un mayor conocimiento del otro y una búsqueda de identidad y pertenencia. Respecto de los carteles, para fijar mensajes de equipo e individuales, que conllevan motivación y concentración, así como confianza en la búsqueda de consecución de las metas. Todas las noches previas al partido se les coloca un cartel con una fotografía de equipo y una frase, ambas elegidas junto al entrenador. Hubo casos puntuales donde se les realizó un cartel personal a cada futbolista. También se colocan carteles en el comedor y en el consultorio médico.

La preparación psicológica de la Selección Nacional Absoluta de Colombia para el Mundial de Fútbol Brasil 2014 y para el Mundial de Fútbol Estados Unidos 2026. Son pocas las experiencias profesionales del psicólogo del deporte en Selecciones Absolutas de fútbol y aún más, en un Mundial (en 2014 éramos 4 de 32 equipos, veremos cuántos somos ahora que hay 48 equipos). El objetivo del presente artículo es presentar una experiencia profesional de tres años con la Selección Absoluta de Colombia, en el periodo clasificatorio. Ya lo había realizado 2012-2015 con Colombia con José Pekerman de entrenador y ahora repetimos la clasificación con Néstor Lorenzo de entrenador (era la mano derecha de Pekerman) luego de que Colombia con otro entrenador no clasificara al Mundial de Qatar 2022. La intervención psicológica se ha centrado principalmente en el establecimiento de objetivos, el desarrollo de la cohesión, el fortalecimiento de la mente de los jugadores (en las áreas de manejo de las presiones, focalización de la atención y autoconfianza primordialmente) y generar una mentalidad ganadora en el marco de un trabajo interdisciplinario liderado por el entrenador-líder (*head coach*). Tras tres mundia-

les sin participación, Colombia clasifica y queda en 5ta. posición entre 32 equipos participantes en el 2014. En 2018 queda afuera en octavos (yo había renunciado en 2015 por temas personales) y en 2026 apuntamos al sol, es decir, a estar lo más arriba que podamos y nos dejen según piensa y dice Lorenzo. Desde una labor especializada del psicólogo del deporte, se discute la labor realizada y las limitaciones de la intervención haciendo hincapié en la necesidad de adaptarse al contexto de intervención (concentraciones), la duración de las mismas, la periodicidad entre cada una de ellas, y la intervención en el propio Mundial, máximo escalón posible al que un futbolista y al que un psicólogo deportivo puede aspirar (Roffé, 2016). En esta oportunidad hemos renovado talleres de cohesión después de 7 años y agregado la meditación como técnica anti-estrés siguiendo la experiencia con los Chicago Bulls. Y es muy importante destacar la apertura del entrenador a quien conozco y con quien trabajo desde hace 21 años y del cuerpo médico (el mismo de la experiencia anterior) y la apertura de los jugadores con quienes trabajamos individualmente en cada concentración, además de los dos talleres pre-partido ya detallados. Termino con la frase de Dan Gould con la que arrancamos, dicha en un almuerzo en Buenos Aires en el marco de un Congreso en 2012, y a la suerte de trabajar con buenos jugadores hay que agregar con buenos entrenadores, preparadores físicos, médicos y kinesiólogos…

Referencias

Cantón, E. (2010). La psicología del deporte como profesión especializada. *Papeles del Psicólogo, 31*, 237–245.

Díaz Morales, J. F., & García Naveira, A. (2001). Evaluación de metas en jugadores de fútbol de categoría juvenil y absoluta. *Revista de Psicología del Deporte, 10*, 211–224.

García Naveira, A., & Jerez, P. (2012). Departamento de psicología del Club Atlético de Madrid: Filosofía, programación y desempeño profesional en el fútbol base. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 12*(1), 111–120.

González-Campos, G., Valdivia-Moral, P., Zagalaz, M. L., & Romero, S. (2015). La autoconfianza y el control del estrés en futbolistas: Revisión de estudios. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 10*, 95–101.

Hernández Bonnet, J. (2015). *El Método Pekerman*. Planeta.

Kerr, J. (2014). *El legado: 15 lecciones sobre liderazgo que nos enseñan los All Blacks sobre la empresa de vivir*. Editorial Club House.

Morilla, M., Pérez, E., Gamito, J., Gómez, M., Sánchez, J., & Valiente, M. (2003). Planificación psicológica de la cantera del Sevilla F. C. S. A. D.: Organización, funcionamiento y programa deportivo-formativo. *Revista de Psicología del Deporte, 7*, 95–113.

Mumford, G. (2015). *The Mindful Athlete: Secrets to pure performance*. Parallax Press.

Olmedilla, A., Ortín, F., Andréu, M., & Lozano, F. (2004). Formación en psicología para entrenadores de fútbol: Una propuesta metodológica. *Revista de Psicología del Deporte, 13*, 247–262.

Parma Aragón, M., & Rivas Garza, C. A. (2003). Intervención psicológica en el fútbol base: Un trabajo en el Club América de México. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 3*(2), 35–40.

Roffé, M. (2003). La preparación psicológica de la selección juvenil argentina sub-20 de fútbol para el Mundial 2001: Un año de trabajo con futbolistas de élite. *Educación Física y Deportes, 67*. http://www.efdeportes.com/efd67/psfutbol.htm

Roffé, M. (2004). Cómo evaluar las presiones y miedos de los deportistas de selección: Una experiencia de 4 años con futbolistas juveniles. *Educación Física y Deportes, 72*. http://www.efdeportes.com/efd72/presion.htm

Roffé, M. (2009). *Evaluación psicodeportológica: Los 30 test psicométricos y proyectivos*. Lugar Editorial.

Roffé, M. (2016). Entrenamiento mental en el fútbol moderno. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico, 1*, e3, 1–7.

Roffé, M., & García-Ucha, F. (2005). *Alto Rendimiento, Psicología y Deporte*. Lugar Editorial.

Ruiz-Barquín, R., de la Vega-Marcos, R., Poveda, J., Rosado, A., & Serpa, S. (2012). Análisis psicométrico de la escala de resiliencia en el deporte del fútbol. *Revista de Psicología del Deporte, 21*, 143–151.

Soriano, M. C., & Valdivia, M. (2006). La terapia de aceptación y compromiso (ACT): Fundamentos, características y evidencia. *Papeles del Psicólogo, 27*(2), 79-91.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 438-441
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

CAMBIO DE ENTRENADOR EN EL FÚTBOL PROFESIONAL: EFECTOS SOBRE EL RENDIMIENTO Y LA EXPERIENCIA DE LOS JUGADORES

Alexandru Boncu

Universidad del Oeste de Timișoara

alexandru.boncu@e-uvt.ro

Introducción. El fútbol es, sin duda, el deporte más popular del mundo, con cientos de millones de practicantes y miles de millones de espectadores. Además de su dimensión cultural y emocional, genera ingresos multimillonarios a nivel de élite (Gómez et al., 2021). En este contexto, el entrenador ocupa una posición clave, al ser responsable directo del rendimiento y del desarrollo del equipo. Sin embargo, en el fútbol profesional los cambios de entrenador son frecuentes y se presentan como una solución rápida para revertir rachas negativas (Radzimiński et al., 2022). Tres teorías principales explican los efectos de un cambio de entrenador durante la temporada: la teoría del chivo expiatorio (Sakano & Lewin, 1999), que plantea que los problemas son estructurales y no mejoran con la sustitución; la teoría del círculo vicioso (Grusky, 1963), que sugiere que la sustitución genera inestabilidad y empeora los resultados; y la teoría del ciclo de vida (Hambrick & Fukutomi, 1991), que considera que un nuevo técnico puede mejorar el rendimiento a largo plazo. En la práctica, la mayoría de clubes actúan esperando un 'choque positivo' inmediato, aunque su sostenibilidad suele ser limitada (Sousa et al., 2023). Este estudio combina un análisis cuantitativo y cualitativo para explorar el impacto real de los cambios de entrenador sobre el rendimiento y la experiencia de los jugadores en la Primera División rumana, una liga caracterizada por una alta rotación de técnicos.
Método. Este estudio emplea un diseño mixto, combinando análisis cuantitativo y cualitativo. Los datos cuantitativos incluyen 101 sustituciones de entrenadores

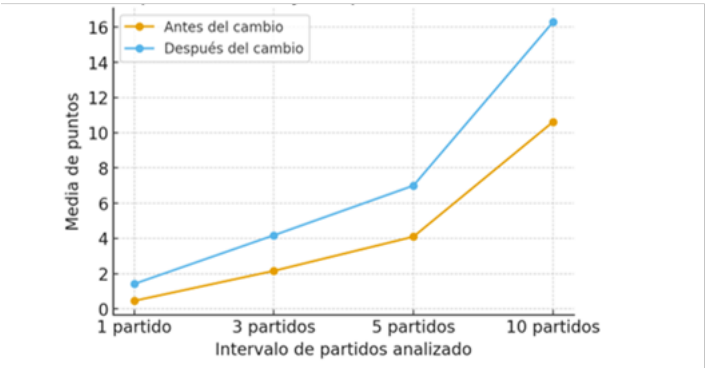
registradas entre 2021 y 2024. Se analizaron los puntos obtenidos por cada equipo en 1, 3, 5 y 10 partidos antes y después de cada cambio, incluyendo partidos de liga, copa nacional y competiciones europeas. Se aplicaron pruebas t pareadas para comparar el rendimiento antes y después de la sustitución. En la parte cualitativa, se realizaron entrevistas semiestructuradas a 10 futbolistas profesionales que vivieron la transición de entrenador. Las entrevistas se transcribieron y codificaron siguiendo un enfoque temático para identificar patrones en emociones, motivación, cohesión y adaptación.

Resultados. *Resultados cuantitativos.* Los resultados muestran una mejora significativa en el rendimiento inmediatamente después de la llegada de un nuevo entrenador (ver Tabla 1 y Figura 1).

Tabla 1

Intervalo analizado	Media antes del cambio	Media después del cambio	Diferencia
1 partido	0.46	1.42	+0.97
3 partidos	2.16	4.18	+2.02
5 partidos	4.10	7.00	+2.90
10 partidos	10.62	16.29	+5.67

Figura 1. *Evolución de puntos antes y después del cambio de entrenador*



Resultados cualitativos. El análisis cualitativo identificó ocho dimensiones principales en la experiencia de los jugadores: transición emocional, impacto en el rendimiento, adaptación al nuevo entrenador, comunicación y relaciones interpersonales, alineación de objetivos, estrategias de afrontamiento y reflexión personal. Las emociones más reportadas fueron sorpresa, incertidumbre, alivio y esperanza. Los

jugadores también destacaron mejoras iniciales en la motivación y el ambiente del vestuario, seguidas de desafíos relacionados con los diferentes estilos de liderazgo.

Discusión. Los resultados confirman la coexistencia de un 'efecto shock' inmediato y una dinámica psicológica compleja asociada con el cambio de entrenador. Aunque se observa una mejora en el corto plazo, su sostenibilidad depende de factores como la comunicación efectiva, la cohesión del grupo y la claridad en los roles. Desde una perspectiva organizacional, confiar exclusivamente en cambios de entrenador como estrategia de mejora puede ser arriesgado y costoso (Gómez et al., 2021). El contexto de la Primera División rumana, con 40 entrenadores en 16 equipos durante una sola temporada, ilustra cómo estas decisiones suelen basarse más en reacciones tácticas que en una planificación estructural.

Conclusiones y recomendaciones. El cambio de entrenador puede servir como reinicio psicológico y generar mejoras temporales en el rendimiento. No constituye una estrategia sostenible a largo plazo si no se acompaña de cambios estructurales y culturales en el club. Se recomienda fomentar la comunicación, el liderazgo compartido y la cohesión interna para gestionar crisis sin depender únicamente de sustituciones técnicas. En síntesis, el cambio de entrenador es una intervención psicológica sistémica no planificada, cuyo potencial puede optimizarse si se gestiona conscientemente.

Referencias

Chase, H. W., & Glickman, M. E. (2016). The analytics of getting sacked: Coach firings in the National Football League. *Significance, 13*(4), 34-37. https://doi.org/10.1111/j.1740-9713.2016.00939.x

Gómez, M. A., Lago-Peñas, C., Gómez, M. T., Jiménez, S., & Leicht, A. S. (2021). Impact of elite soccer coaching change on team performance according to coach-and club-related variables. *Biology of Sport, 38*(4), 603-608. https://doi.org/10.5114/biolsport.2021.101600

Grusky, O. (1963). Managerial succession and organizational effectiveness. *American Journal of Sociology, 69*, 21-31. https://www.jstor.org/stable/2775308

Hambrick, D. C., & Fukutomi, G. D. (1991). The seasons of a CEO's tenure. *Academy of Management Review, 16*(4), 719-742. https://www.jstor.org/stable/258978

Lago-Peñas, C. (2011). Coach mid-season replacement and team performance in professional soccer. *Journal of Human Sport and Exercise, 6*(2), 306-313. https://doi.org/10.2478/v10078-011-0028-7

Radzimiński, Ł., Padrón-Cabo, A., Modric, T., Andrzejewski, M., Versic, S., Chmura, P., & Konefał, M. (2022). The effect of mid-season coach turnover on running match

performance and match outcome in professional soccer players. *Scientific Reports, 12*(1), 10680. https://doi.org/10.1038/s41598-022-14996-z

Sakano, T., & Lewin, A. Y. (1999). Impact of CEO succession on company performance: Japanese findings. *The International Executive, 41*(1), 59-67. https://www.jstor.org/stable/2640323

Sousa, H., Clemente, F., Gouveia, É., Field, A., & Sarmento, H. B. (2023). Effects of changing the head coach on soccer team's performance: A systematic review. *Biology of Sport, 41*(2), 83-94. https://doi.org/10.5114/biolsport.2024.131816

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 442-443
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DE LA COMPETICIÓN DESDE UNA PERSPECTIVA PSICOLÓGICA

David Peris-Delcampo

Universitat de València, Federación Española de Psicología del Deporte

David.Peris-Delcampo@uv.es

Introducción. El entrenamiento deportivo necesita cada vez más de una especificidad propia de cada modalidad deportiva, de manera que parta del propio juego, del propio deporte. De esta forma, intervenir desde el punto de vista psicológico aprovechando las condiciones propias de la competición, utilizando tanto entrenamientos como competiciones para analizar los aspectos psicológicos que intervienen en esos apartados es básico para un entrenamiento psicológico moderno desde las propias demandas de la competición. Por todo ello es fundamental que el psicólogo del deporte adquiera las competencias necesarias para generar esas condiciones dentro de un equipo de trabajo (Peris-Delcampo y Cantón, 2018).

Fundamentos. Entendemos que existen unas variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (Buceta, 2020) que desde nuestra perspectiva son básicas la autoconfianza (percepción realista de que haciendo lo que uno puede hacer, puede conseguir lo que se propone), nivel de activación (grado de excitación tanto física como mental), atención/concentración (selección de estímulos tanto internos como externos), motivación (fuerza o interés por conseguir algo), control del estrés (movilización de recursos psicológicos y fisiológicos ante una situación que se percibe como amenazante), comunicación (calidad en la que se emite y reciben los mensajes) y cohesión de equipo (grado en que los miembros de un equipo trabajan conjuntamente para obtener resultados comunes) (Peris-Delcampo, 2016). Asimismo, el manejo adecuado de pensamientos, y la presencia constante de ideas potenciadoras en situaciones de entrenamiento y partidos, y en el contexto depor-

tivo favorece el rendimiento (Peris-Delcampo, 2020). La combinación adecuada de ambos aspectos sirve como base para el análisis de la competición desde el punto de vista psicológico.

Conclusiones. La propuesta que planteamos se ha considerado adecuada, sobre todo cuando el psicólogo del deporte está integrado dentro del staff técnico, aunque también en intervenciones individuales (e.g. Peris-Delcampo, 2019). Se requiere de una investigación más rigurosa para determinar los elementos causales de este tipo de análisis y su posterior intervención.

Referencias

Buceta, J. M. (2020). *Psicología del deporte de alto rendimiento*. Dykinson.

Peris-Delcampo, D. (2016). *Nociones básicas de psicología del deporte y coaching para gestores de empresas deportivas*. Editorial Círculo Rojo.

Peris-Delcampo, D. (2019). Intervención psicológica a distancia con un futbolista profesional: estudio de caso. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico, 4*(2), e5, 1-8. https://doi.org/10.5093/rpadef2019a14

Peris-Delcampo, D. (2020). Diez ideas potenciadoras para rendir al máximo en el deporte. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico, 5*(2), e11, 1-8. https://doi.org/10.5093/rpadef2020a10

Peris-Delcampo, D., & Cantón, E. (2018). El perfil profesional del especialista en psicología del deporte en fútbol. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico, 3*(1), e9, 1-12. https://doi.org/10.5093/rpadef2018a6

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 444-445
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

MOTIVACIÓN E INTENCIÓN DE CONTINUAR EN EL FÚTBOL: EL PAPEL DE LAS FACETAS POSITIVAS Y NEGATIVAS DE LA MOTIVACIÓN

Diogo Monteiro[1,2], Nuno Couto[2,3], Miguel Jacinto[1,2], Joana Bica[1], Verónica Morales-Sánchez[4], Rafael Reigal[4] y Luis Cid[2,3]

[1]*Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, Politécnico de Leiria (ESECS-IPLeiria),*
[2]*Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD),*
[3]*Escola Superior de Desporto de Rio Maior, Politécnico de Santarém (ESDRM-IPSantarém),*
[4]*Universidad de Málaga (UMA)*

diogo.monteiro@ipleiria.pt

Introducción. Con base en el modelo Jerárquico de la Motivación Intrínseca y Extrínseca (Vallerand, 1997), el objetivo del presente estudio fue analizar las relaciones entre las dos facetas de la motivación, es decir, los comportamientos interpersonales de satisfacción y frustración, la satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas básicas, y la motivación más y menos autodeterminada en la intención de continuar practicando fútbol (Monteiro et al., 2018 a,b).

Método. Participaron 269 futbolistas (98 mujeres) con edades comprendidas entre 15 y 32 años (M=21.76; DE=4.44), con una experiencia de práctica que varió entre 1 y 6 años (M=5.57; DE=.923), con una frecuencia semanal de 1 a 4 entrenamientos por semana (M=3.39; DE=.797), y con una duración por sesión de entrenamiento entre 45 y 90 minutos (M=67.23; DE=14.40). Desde el punto de vista estadístico, se aplicó un análisis de ecuaciones estructurales utilizando el software AMOS v.29.

Resultados. Los resultados evidenciaron que el modelo de medida se ajustó a los datos de forma satisfactoria: (χ^2=794.84; gl168; B-S p<.001; CFI=.909; TLI=.914; RMSEA=.075 [90% IC=.066-.085]; SRMR=.061), mostrando además buenas propiedades psicométricas en términos de validez convergente, discriminante y fiabilidad compuesta. A su vez, el modelo de regresión también presentó un buen ajuste a los datos: (χ^2=1057.22; gl=178; B-S p<.001; CFI=.902; TLI=.912;

RMSEA=.078 [90% IC=.069-.087]). Los efectos directos fueron positivos y significativos para cada una de las facetas y algunos negativos entre facetas. Los efectos indirectos también resultaron significativos en la explicación de la intención, particularmente en la faceta positiva de la motivación.

Conclusiones. Estos resultados son consistentes con estudios previos y se alinean con los supuestos teóricos del modelo jerárquico de la motivación intrínseca y extrínseca, ofreciendo sólidas implicaciones prácticas para los entrenadores de fútbol, especialmente en lo que respecta a la creación de entornos de apoyo positivos.

Referencias

Monteiro, D., Pelletier, L.G., Moutão, J., & Cid, L. (2018b). Examining the motivational determinants of enjoyment and the intention to continue of persistent competitive swimmers. *International Journal of Sport Psychology, 49*(6), 484-504. https://doi.org/10.7352/IJSP.2018.49.484

Monteiro, D., Teixeira, D.S., Travassos, B., Duarte-Mendes, P., Machado, S., Moutão, J., & Cid, L. (2018a). Perceived effort in football athletes: The role of achievement goal theory and self-determination theory. *Frontiers in Psychology*, 9: 1575, 1-13. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01575

Vallerand, R. J. (1997). Toward a hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation. En M. P. Zanna (Ed.), *Advances in Experimental Social Psychology* (Vol., 29, pp. 271–360). Academic Press. https://doi.org/10.1016/S0065-2601(08)60019-2

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 446-447
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EVALUACIÓN DE LOS COMPORTAMIENTOS INTERPERSONALES EN EL CONTEXTO DEL FÚTBOL: VALIDACIÓN DEL *INTERPERSONAL BEHAVIOR QUESTIONNAIRE*

Miguel Jacinto[1,2], Rui Matos[1,2], Nuno Amaro[1,2], Raúl Antunes[1,2], Nuno Couto[2,3], Luís Cid[2,3], Joana Bica[1] y Diogo Monteiro[1,2]

[1]Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, Politécnico de Leiria (ESECS-IPLeiria), [2]Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), [3]Escola Superior de Desporto de Rio Maior, Politécnico de Santarém (ESDRM-IPSantarém)

miguel.s.jacinto@ipleiria.pt

Introducción. El objetivo del presente estudio fue examinar la estructura factorial del *Interpersonal Behavior Questionnaire* (IBQ) y del *Interpersonal Behavior Self Questionnaire* (IBQ-Self) en el contexto del fútbol (Rocchi et al., 2017).

Método. Se utilizaron análisis factoriales confirmatorios para evaluar las propiedades psicométricas. Para el IBQ, participaron en este estudio una muestra de 269 atletas portugueses con edades comprendidas entre los 15 y los 32 años (M=21,76; DE=4,44). Tenían una experiencia deportiva media de aproximadamente 5,57 ± 0,92 años. Para el IBQ-Self, participaron en este estudio una muestra de 279 entrenadores portugueses con edades comprendidas entre los 20 y los 72 años (M=31,03; DP=10,57).

Resultados. Ambas escalas demostraron un buen ajuste (IBQ: S-B χ^2=465,681; df=237; p=0,001; SRMR=0,053; TLI=0,907; CFI=.920; RMSEA=.060; 90% IC RMSEA=.052; .068; IBQ-Self: S-B χ^2=547,432; df=237; p=.001; SRMR=.038; TLI=.940; CFI=.949; RMSEA=.047; 90% IC RMSEA=.041; 052), alcanzaron validez convergente y discriminante, mostraron una consistencia interna aceptable.

Conclusiones. En lo que respecta al análisis de las propiedades psicométricas, el

IBQ y el IBQ-Self pueden aplicarse a los atletas portugueses y a sus entrenadores para medir los comportamientos percibidos por otros y los comportamientos autoinformados.

Referencias

Rocchi, M., Pelletier, L., & Desmarais, P. (2017). The validity of the interpersonal behaviors questionnaire (IBQ) in sport. *Measurement in Physical Education and Exercise Science*, 21(1), 15–25. https://doi.org/10.1080/1091367X.2016.1242488

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 448-449
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

SATISFACCIÓN VS. FRUSTRACIÓN DE NECESIDADES PSICOLÓGICAS BÁSICAS EN EL CONTEXTO DEL FÚTBOL. LA OTRA CARA DE LA MONEDA DE LA MOTIVACIÓN

Nuno Couto[1,2], Teresa Bento[1,2], Anabela Vitorino[1,2], Paulo Rosa[1,2], Miguel Jacinto[2,3], Joana Bica[3], Diogo Monteiro[2,3] y Luis Cid[1,2]

[1]Escola Superior de Desporto de Rio Maior, Politécnico de Santarém (ESDRM-IPSantarém), [2]Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), [3]Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, Politécnico de Leiria (ESECS-IPLeiria)

ncouto@esdrm.ipsantarem.pt

Introducción. El objetivo de este estudio fue analizar las cualidades psicométricas de la versión portuguesa de la Escala de Satisfacción de Necesidades Psicológicas Básicas y Frustración (BPNSF) (Rodrigues et al., 2019), compuesta por 24 ítems distribuidos uniformemente en seis factores, en una muestra de futbolistas portugueses

Método. Un total de 303 atletas participaron en este estudio (107 mujeres, 196 hombres), con edades comprendidas entre los 15 y los 17 años (M=15,95; SD=0,55), con una experiencia de entre uno y 10 años (M=6,60; SD=3,21), y con una frecuencia de práctica semanal de entre una y ocho sesiones de entrenamiento (M=3,72; SD=1,07).

Resultados. El análisis factorial confirmatorio realizado con el programa informático Amos v.29 se comprobó que el modelo de medición recomendado se ajustaba satisfactoriamente a los datos (x2= 418,775; df=237; B-S p= .017; CFI=.945; TLI=.934; RMSEA=.046 (90% CI= .042-.058); SRMR=.046), mostrando también buenas propiedades psicométricas en términos de validez convergente, validez discriminante y fiabilidad compuesta.

Conclusiones. De esta forma, podemos apoyar el uso de esta escala como forma de evaluar la percepción de satisfacción y frustración de las necesidades psicológicas de autonomía, competencia y relación en futbolistas.

Referencias

Rodrigues, F., Hair, J. F., Jr., Neiva, H. P., Teixeira, D. S., Cid, L., & Monteiro, D. (2019). The basic psychological need satisfaction and frustration scale in exercise (BPNSFS-e): Validity, reliability, and gender invariance in Portuguese exercisers. *Perceptual and Motor Skills, 126*(5), 949–972. https://doi.org/10.1177/0031512519863188

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 450-451
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LA EVALUACIÓN DEL CONTINUO MOTIVACIONAL EN EL DEPORTE: *BEHAVIORAL REGULATION SPORT QUESTIONNAIRE* Y EL *SPORT MOTIVATION SCALE-II*

Joana Bica[1], Miguel Jacinto[1,2], Rui Matos[1,2], Nuno Amaro[1,2], Raúl Antunes[1,2], Nuno Couto[2,3], Luís Cid[2,3] y Diogo Monteiro[1,2]

[1]Escola Superior de Educação e Ciências Sociais, Politécnico de Leiria (ESECS-IPLeiria),
[2]Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD),
[3]Escola Superior de Desporto de Rio Maior, Politécnico de Santarém (ESDRM-IPSantarém)

1220975@my.ipleiria.pt

Introducción. Este estudio tuvo como objetivo examinar y comparar las propiedades psicométricas de dos instrumentos fundamentales basados en la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 1985; Ryan & Deci, 2017) para evaluar la motivación en el deporte: la *Sport Motivation Scale-II* (SMS-II) (Pelletier et al., 2013) y el *Behavioral Regulation in Sport Questionnaire* (BRSQ) (Lonsdale et al., 2008).

Método. Se realizó una revisión narrativa que evaluó la consistencia interna, la estructura factorial, la validez convergente y discriminante, y el ajuste de los modelos de medida de ambas escalas, lo que en algunos casos requirió modificaciones post-hoc (como la correlación de errores o la eliminación de ítems). Además, se probó la invarianza de medida (para género, edad, tipo de deporte y nivel deportivo) y la adherencia de los datos al patrón teórico simplex.

Resultados. El BRSQ demostró una fiabilidad generalmente aceptable en la mayoría de sus subescalas, mientras que la SMS-II presentó deficiencias en la fiabilidad de las subescalas de regulación introyectada, externa y amotivación. Ambas escalas mostraron desafíos de validez: problemas para discriminar entre constructos motivacionales adyacentes y desviaciones en el patrón de correlaciones simplex teórico. A pesar de esto, se verificó la invarianza de medida para diversas variables

y contextos, especialmente para el BRSQ, que también demostró invarianza entre diferentes países europeos.

Conclusiones. Se concluye que el BRSQ presenta propiedades psicométricas más robustas en comparación con la SMS-II, aunque ninguna de las dos escalas está exenta de limitaciones. Los investigadores deben seleccionar el instrumento alineado con sus objetivos específicos e interpretar las puntuaciones con cautela debido a estas limitaciones. Los hallazgos subrayan la necesidad continua de refinar las herramientas de evaluación para capturar de manera más efectiva la complejidad dinámica de la motivación deportiva, contribuyendo así a una mejor evaluación de este factor determinante en la práctica deportiva.

Referencias

Deci, E. L. & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. Plenum Press. doi: https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2271-7

Lonsdale, C., Hodge, K., & Rose, E. A. (2008). The behavioral regulation in sport questionnaire (BRSQ): Instrument development and initial validity evidence. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *30*(3), 323–355. https://doi.org/10.1123/jsep.30.3.323

Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2013). Validation of the Revised Sport Motivation Scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise, 14*(3), 329–341. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2012.12.002

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2017). *Self-determination Theory: Basic psychological needs in motivation, development, and wellness*. Guilford Press. https://doi.org/10.1521/978.14625/28806

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 452-453
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

APRENDIZAJE DE DISCRIMINACIÓN CONDICIONADA EN LA PRESIÓN TRAS PÉRDIDA APOYADA EN DESVANECIMIENTO DE ESTÍMULOS

Manuel Eugenio Huertas Castro[1], Antonio Muñoz Castellano[2]

[1]Gerente de Arpsyde; [2]Entrenador del C.F. Nervión

eugenio@arpsyde.es; antoniomunozcastellano96@gmail.com

Introducción. La presión tras pérdida es un componente clave en el rendimiento colectivo del fútbol moderno, especialmente relevante en categorías formativas por su potencial para mejorar la toma de decisiones y la coordinación táctica. Sin embargo, los jugadores jóvenes suelen mostrar respuestas poco consistentes y escasamente automatizadas ante la pérdida de balón. La utilización de estímulos discriminativos y la asignación de roles de liderazgo constituyen estrategias que pueden favorecer respuestas más rápidas y coordinadas tras la pérdida (Skinner, 1938; Martens, 2012). Este planteamiento integra principios conductuales y tácticos, permitiendo estructurar la recuperación como una conducta colectiva entrenable.

Método. Se prevé la participación de 22 futbolistas de categoría infantil (12–13 años), divididos en grupo experimental y grupo control. Se aplicará un diseño experimental por fases: inicialmente se realizarán juegos reducidos 6 vs. 6 con comodines ofensivos, seguido de tareas 3 vs. 3 + 1 comodín. El estímulo discriminativo consistirá en un silbato que señalará la pérdida de balón y activará la recuperación coordinada en menos de cinco segundos. A lo largo del programa, se reducirá progresivamente la intensidad y duración de la señal para favorecer respuestas autónomas. Además, se designará un capitán por equipo encargado de emitir autoinstrucciones verbales y promover el liderazgo.

Resultados esperados. Se espera que el grupo experimental desarrolle respuestas más rápidas y coordinadas tras la pérdida de balón, reduciendo el tiempo medio de recuperación y aumentando el número de recuperaciones exitosas. También se anticipa una mejora en la comunicación colectiva, el liderazgo situacional y la conciencia táctica. A medio plazo, se prevé una internalización de las conductas de presión tras pérdida sin necesidad de estímulos externos, consolidando un patrón de respuesta más autónomo y eficaz.

Conclusiones. La intervención discriminativa aplicada a la recuperación tras pérdida puede contribuir significativamente al desarrollo de comportamientos tácticos colectivos en el fútbol base. Al combinar principios conductuales con estrategias de liderazgo, se favorece la automatización de respuestas complejas en contextos dinámicos. Este enfoque ofrece un modelo replicable para entrenadores interesados en integrar aspectos psicológicos y tácticos en edades tempranas.

Referencias

Guardiola, J., & Pol, R. (2015). La presión tras pérdida: principios tácticos del FC Barcelona. *Revista de Entrenamiento Deportivo, 29*(3), 14–21.

Martens, R. (2012). *Successful Coaching* (4th ed.). Human Kinetics.

Skinner, B. F. (1938). *The Behavior of Organisms: An experimental analysis*. Appleton-Century.

Smith, R. E., & Smoll, F. L. (2017). *Sport Psychology for Youth Coaches: Developing champions in sports and life*. Rowman & Littlefield.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 454-455
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

MEJORA DEL RENDIMIENTO EN DEFINICIÓN A PORTERÍA MEDIANTE MOLDEAMIENTO DE CONDUCTA O APROXIMACIONES SUCESIVAS

Manuel Eugenio Huertas Castro[1], Antonio Muñoz Castellano[2]

[1]Gerente de Arpsyde, [2]Entrenador del C.F. Nervión

eugenio@arpsyde.es; antoniomunozcastellano96@gmail.com

Introducción. La precisión en el disparo a portería constituye una habilidad determinante en el rendimiento deportivos en el fútbol formativo. No obstante, las metodologías tradicionales de entrenamiento no siempre optimizan el aprendizaje motor en edades tempranas, donde la variabilidad y la atención juegan un papel crucial. La técnica de aproximación sucesiva, basada en principios del condicionamiento operante (Skinner, 1938), propone un método estructurado para desarrollar progresivamente habilidades motoras complejas, reforzando comportamientos exitosos de forma gradual. Su aplicación al entrenamiento de la puntería permite diseñar tareas progresivamente más exigentes y ajustadas al rendimiento individual.

Método. Participarán 22 jugadores de categoría infantil de clubes de la ciudad de Sevilla, divididos en dos grupos (experimental y control) equilibrados por nivel y pie dominante. El programa tendrá una duración de cuatro semanas con dos sesiones semanales de 15 minutos. Se utilizará un diseño A–B–A (evaluación inicial, intervención y evaluación final). El grupo experimental realizará tareas de tiro con delimitación progresiva de la zona objetivo: al alcanzar el 50 % de aciertos, el área de éxito se reducirá en 10 cm. El grupo control seguirá instrucciones estándar sin modificaciones progresivas. Se registrarán los porcentajes de aciertos y la autoeficacia percibida antes y después de la intervención.

Resultados esperados. Se espera que los jugadores del grupo experimental muestren una mejora significativa en la precisión del disparo respecto al grupo control,

así como un aumento en la percepción de autoeficacia específica para la tarea. Además, se anticipa una mejora en la consistencia técnica y una mayor adaptación progresiva a exigencias crecientes, consolidando aprendizajes motores más estables y transferibles a situaciones reales de juego.

Conclusiones. La técnica de aproximación sucesiva puede constituir una herramienta eficaz para optimizar el aprendizaje de habilidades técnicas específicas en el fútbol base, integrando principios conductuales en el entrenamiento. Su carácter estructurado y progresivo permite alinear objetivos técnicos y psicológicos, favoreciendo la motivación y la autorregulación en edades tempranas. Futuros estudios deberían explorar su aplicación en otras habilidades y categorías, así como su impacto a largo plazo.

Referencias

Schmidt, R. A., & Lee, T. D. (2019). *Motor Learning and Performance: From principles to application* (6th ed.). Human Kinetics.

Skinner, B. F. (1938). *The Behavior of Organisms: An experimental analysis*. Appleton-Century.

Wulf, G., & Lewthwaite, R. (2016). Optimizing performance through intrinsic motivation and attention for learning: The OPTIMAL theory of motor learning. *Psychonomic Bulletin & Review, 23*(5), 1382–1414. https://doi.org/10.3758/s13423-015-0999-9

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 456-461
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

HERRAMIENTAS PRÁCTICAS PARA GENERAR AUTOCONFIANZA EN FUTBOLISTAS

Isabel Gallo García

Universidad de Sevilla

isabelgallo9900@hotmail.com

Introducción. Se presenta una serie de herramientas prácticas que buscan contribuir al marco interventivo de la psicología del deporte. Se propone un modelo de intervención con la persona deportista centrado en el afrontamiento, cuyo objetivo es potenciar la autoconfianza, mejorar la autopercepción, promocionar el bienestar personal y por ende impulsar el rendimiento deportivo.

Método. Se presentan distintas herramientas de intervención que se describen a continuación.

— Valores que nos guían (brújula de los valores, Steven C. Hayes). La herramienta de la brújula de los valores se propone emplearla así: se dibuja una brújula y se seleccionan 4 valores que se consideren nucleares para la persona deportista (por ejemplo, honestidad, respeto, responsabilidad, empatía, gratitud, solidaridad, justicia, perseverancia, trabajo en equipo, humildad, tolerancia, fidelidad, compromiso o superación). Una vez elegidos estos valores, se trasfieren a conductas que lleve a cabo la persona en su día a día y durante la práctica deportiva en equipo y de forma individual. También se pueden proponer nuevas respuestas cognitivas y conductuales ante situaciones en el pasado en base a los valores seleccionados. El objetivo es interiorizar los valores, identificarlos en el día a día y generar o aplicar un repertorio conductual con base en los valores personales.

— Concentración o estado de *Flow*. Se describe la concentración como la suma de: tener un foco visual o centrarse en estímulos presentes; encontrarse en la zona de rendimiento óptimo (ZRO) o activación física óptima para la persona deportista durante la tarea; y autoverbalizaciones o autoinstrucciones que ayuden a la persona a mantenerse en la actividad, mantener la activación, guiar la conducta y evitar la intromisión de pensamientos alternativos. Se propone que persona deportista para mantener un rendimiento óptimo durante la actividad física deberá tener en cuenta estas tres variables, conocerlas y controlarlas.

— En la rutina precompetitiva se propone que en los 45 minutos previos a la prueba deportiva (aproximadamente) durante el calentamiento, se genere una rutina cognitiva en forma de embudo, donde se vaya concretando y reduciendo la información externa e interna a la esencial: visual o imaginativamente se concentren los estímulos clave o jugadas pactadas; físicamente, se alcance la ZRO con apoyo en el eustrés cognitivo y actividad física; y respecto al autohabla, se filtre el flujo de pensamiento en pensamientos y reflexiones esenciales y concretas como situaciones condicionales, palabras clave, autoinstruciones y lenguaje positivo y proactivo (Pep Marí). Se sugiere la posibilidad, pacto mediante, de introducir dos minutos de silencio en el vestuario para promover la reflexión sosegada. (J. Buceta).

— Adaptación. Se enmarca la adaptación como la capacidad de mejorar (*si no se mejora, se empeora* -en referencia con los compañeros-) y se propone la identidad de juego Institucional como la línea base del juego. Depender de la identidad de juego del otro equipo para configurar una línea de intervención táctica causaría frustración en las personas jugadoras de fútbol (dependo de lo que los demás planteen), saturación por sobreinformación (en el tránsito de los partidos), así como pérdida de la iniciativa y autonomía. Se simboliza un T-rex como icono de que no solo basta con ser una persona deportista con potencial, sino que también hay que saber adaptarse a las circunstancias de juego (la no adaptación lleva a la extinción).

— Emociones. Se retratan las emociones sobre una gráfica 4x4 donde la columna sería el grado de activación física en formato ascendente y la fila se consideraría el estilo de pensamiento de menos a más agradable, considerándose nucleares cuatro emociones: ansiedad/estrés, entusiasmo,

tristeza y seguridad/calma (James A. Russell). Este formato propone que mediante herramientas de activación y desactivación física y de control de pensamiento se podrán modular las emociones de forma comprensible. Como herramienta de control fisiológica se propone la práctica en respiración diafragmática y la relajación/activación muscular diferencial. Respecto a la herramienta de control de pensamiento, se expone la siguiente actividad: dar la instrucción y repetirla varias veces de 'no pensar en un oso blanco'; seguidamente, tras comprobar que se piensa en un oso blanco proponerle cerrar los ojos e imaginar una rana verde: preguntarle -si necesidad de respuesta- sobre el tamaño de su rana, el tono de verde, la rugosidad de su piel, la presencia o ausencia de motas o líneas, dónde está posada, si hay algo alrededor, cómo le da la luz, el momento del día, si hay sonidos del ambiente, la temperatura que cree que puede hacer y la estación del año. Se le pide de forma pausada que vuelva a la escena actual y abra los ojos, comprobando que ha olvidado el oso blanco. Este ejercicio pretende demostrar que las imágenes y pensamientos pueden sustituirse proponiendo otras imágenes y pensamientos elegidos, ya sea reales o imaginados. La herramienta parte de la consideración del pensamiento como la suma de una verbalización y una imagen mental (percibida o creada).

— Secuencia emocional. Se aborda la emoción como una consecuencia de percibir → reflexionar (integrar la percepción, pensar) → emoción → y conducta/respuesta. Por lo que, con esta secuencia, se plantea la posibilidad de modificar una emoción a través de trabajar sobre la reflexión previa. También se puede trabajar sobre abanico de respuestas de la persona deportista (Lazarus, 2000).

— EMOMAP. Es una herramienta cuyo objetivo es validar las emociones en personas deportistas. Se emplea una representación gráfica de un campo de fútbol y las imágenes de las diferentes emociones de la película '*Inside Out* 2'. Se le pueden plantear las siguientes preguntas a la persona deportista: ¿Qué emoción siento en cada área del campo?, ¿Qué emoción siento ante (describir situación)? ¿Cómo podría adaptarme mejor? (Herramienta creada por la psicóloga María Linares Ramos).

— Emocionario (por C. Núñez y R. Valcárcel). Es un libro que describe 42 emociones y resulta especialmente útil las páginas de su índice, donde se pueden recorrer las diferentes emociones señalándolas con el dedo, asimismo, ante el desconocimiento de cualquiera de las emociones presen-

tadas, se puede acudir a la página correspondiente y leer su descripción práctica.

— Autoconfianza. Se plantea la existencia de tres zonas de percepción de la dificultad de una tarea: zona de confort, de riesgo y de conflicto. La zona de confort es una zona considerada cómoda, donde el ánimo y el control son altos. En la zona de riesgo o de crecimiento el ánimo por la tarea es mayor a la capacidad de control práctica. Y en la zona de conflicto o de riesgo, la incapacidad de controlar de forma práctica la tarea es mayor al ánimo por la misma; su uso es aumentar la autoconciencia sobre el camino de conocimientos y herramientas que quedan por recorrer. Estas tres zonas fluctúan con el desarrollo de la persona deportista (Pep Marí, 2014).

— Autodiálogo: qué necesito escuchar. Se propone que más que representar el estado propioceptivo se interprete el estado ideal, incluyendo lenguaje verbal sino verbal. Fingir es una práctica que se puede utilizar tanto en la relación con los rivales como con una misma. Fingir y decirse lo que se necesita está bien sí va a ayudar a modular los propios pensamientos y mejorar la ejecución. El límite del autodiálogo o de la propia narrativa estaría en el rol que se ha asignado dentro del equipo o en la tarea. Dentro del autodiálogo se apuesta por ver la competición como una oportunidad de disfrutar y de competir (exigencia) y no para demostrar a los demás (presión) (Pep Marí, 2014).

— Código interno en Equipos. Se propone que exista un código interno en el equipo cuyo objetivo sea promover un correcto clima de trabajo y que las sanciones sean una consecuencia al incumplimiento. Se sanciona la conducta no a la persona. Tras cumplir la sanción se parte de cero (Carlos Lago, 2021).

— *Feedback*. La ventaja de preparar el *feedback* de un ejercicio es que se predicen los errores a cometer y las indicaciones correspondientes, así como los reforzamientos adecuados (Joan Vives, 2011).

— Comunicación. Importancia de establecer y hablar de los objetivos y roles individuales y grupales; trabajar la forma y el contenido de la comunicación constructiva (comunicación paraverbal); establecer un vínculo con la persona, no solo con el o la jugadora; establecer valores que guíen la conducta grupal y generen sentimiento de pertenencia; y promover conductas positivas y agradables (valorar, agradecer, ilusión, alegría u orgullo) (Carlos Lago, 2021; Joan Vives, 2011).

Conclusiones. Las herramientas de intervención expuestas ofrecen un enfoque integral que combina el desarrollo personal, emocional y deportivo. La brújula de los valores permite a la persona deportista conectar sus valores personales con su conducta. La concentración, el estado de *flow* y la rutina precompetitiva aportan claves para gestionar la activación y el foco atencional en momentos decisivos. La adaptación se plantea como una competencia esencial para mantener la iniciativa y la resiliencia, mientras que el trabajo con emociones —a través de secuencias, EMOMAP o el Emocionario— facilita su identificación, validación y regulación. Herramientas como la autoconfianza y el autodiálogo favorecen el disfrute y la percepción de eficacia, reduciendo la presión externa. Finalmente, el código interno, el *feedback* y la comunicación refuerzan la cohesión grupal y el clima positivo. En conjunto, estas propuestas fortalecen tanto el rendimiento deportivo como el crecimiento personal.

Referencias

Amblar, E. (s. f.). *Conferencia de máster en psicología del deporte*. Universidad de Sevilla.

Buceta, J. M. (s. f.). Videoconferencias Palestra Web.

García, J., & Rodríguez, A. (Productores ejecutivos) (2020). *Cuadernos de entrenador* [Serie de televisión]. Netflix. https://www.netflix.com/es/title/81025735

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2014). *Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente* (2.ª ed.). Desclée de Brouwer.

Kerr, J. (2017). *Legacy: Lo que los All Blacks pueden enseñarnos en el deporte y en la gestión de empresas*. Roca Editorial.

Lago Peñas, C., & Seirul-lo Vargas, F. (2021). *La dirección del entrenamiento y del partido en el fútbol y los deportes de equipo*. INDE.

Lazarus, R. S. (2000). *Estrés y emoción: Una nueva síntesis*. Bilbao: Desclée de Brouwer.

Linares Ramos, M. (s. f.). *EMOMAP: Herramienta para validar y reconocer emociones* [Material divulgativo].

Marí, P. (2014). *Aprender de los campeones: La psicología del deporte aplicada a la vida*. Plataforma Editorial.

Marí, P. (s. f.). *Micro conferencias* [Videos]. YouTube.

Núñez Pereira, C., & Valcárcel, R. (2013). *Emocionario: di lo que sientes*. Palabras Aladas.

Pérez Córdoba, E. (s. f.). *Materiales del máster en psicología del deporte*. Universidad de Sevilla.

Rosenberg, M. B. (1999). *Comunicación no violenta: un lenguaje de vida*. Gran Aldea Editores.

Russell, J. A. (1980). Un modelo circunflejo del afecto. *Journal of Personality and Social Psychology 39,* 1161–1178.
Vives Ribó, J. (2011). *Entrenando al entrenador*.
Vives Ribó, J. (s. f.). *Conferencias y contenidos divulgativos*. WordPress. https://joanvives.wordpress.com/

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 462-465
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

TÉCNICAS PRÁCTICAS PARA PROMOVER LA MOTIVACIÓN EN FUTBOLISTAS

Isabel Gallo García

Universidad de Sevilla

isabelgallo9900@hotmail.com

Introducción. Las herramientas prácticas presentadas buscan contribuir al marco de intervención de la psicología del deporte. Se pretende promover una intervención centrada en bienestar integral de la persona deportista, en la comprensión de su contexto y en el establecimiento de metas, con el objetivo de potenciar las conductas relacionadas con la motivación involucradas en la actividad física. El propósito final de la presentación es que personas expertas en psicología del deporte o implicadas en el ámbito deportivo adquieran herramientas de intervención, una visión integral de la persona deportista y una perspectiva desde los sistemas complejos.

Método. Se sugiere que, para poder tener una visión integral de los hábitos y actitudes de una persona deportista y poder intervenir de forma óptima, además de la formación académica y reglada en psicología, se busque información o formación complementaria en otros ámbitos, como de nutrición y ciencias de la actividad física. En la disciplina de la Psicología tener una visión general de las distintas especialidades como organizaciones y grupos, clínica, salud, familiar, motivación y emoción, atención, neurofisiología ayudará a aumentar las herramientas profesionales.

Se describe la motivación como la suma de: una necesidad (qué quiero), un objetivo (qué), la ilusión (visualizarlo pasando) y el compromiso (planificar, programar y seguir un método o plan de ejecución). Además, se sugiere que la motivación oscila, por lo que para mantener un hábito es preferible guiarse por la disciplina o planificación de tareas, que se traducirá de forma general en un mayor

nivel de compromiso y mayor satisfacción personal (M. Hereu). Es por eso por lo que también se señala que el uso de cuestionarios respecto a estados motivacionales es muy relativo e impreciso si se tienen en cuenta las circunstancias de la vida diaria de la persona deportista (situaciones intraentreno o intracompetencia, familiares, sociales y laborales), hito en relación con los sistemas complejos.

Hábitos en el día a día. Se plantea que mediante un adecuado control de las diferentes variables del día a día de una persona deportista y la introducción de herramientas prácticas para fomentar buenos hábitos, se contribuye a un mejor rendimiento y bienestar de forma sencilla. Se enumera: el descanso, la comunicación con el entrenador, el compromiso en la tarea y la autopercepción y autoevaluación en la ejecución.

Dentro de la variable descanso, se contempla: la conducta de socializar con el grupo de iguales (equipo), así como otros grupos sociales de iguales y familia fuera de las instalaciones deportivas o lugar de residencia; unos correctos hábitos e higiene del sueño, proponiéndose una rutina previa a dormir y que valore la actividad física, descanso, hábitos con la tecnología o consumo de cafeína durante el día; saber y poder cambiar de tema de conversación desligándose del fútbol, jugadas, partidos, equipo o institución; fomentar actividades novedosas y estimulantes para la persona deportista; y el uso de los días de descanso para reposar y no adelantar tareas que generen estrés o sobreactivación.

Dentro de la variable confianza en el entrenador, se aprecia: recibir recursos y herramientas por parte del cuerpo técnico como material gráfico o vídeo-análisis, *feedback* asertivo-constructivo-reforzador respecto al progreso, guion para el diario de entrenamiento, herramientas para la gestión emocional y de control de pensamientos y canales de comunicación basados en la atención personal, el respeto, la confidencialidad y el apoyo personal; diálogo general basado en el respeto y en el compromiso personal y grupal; apoyo y fomento de la formación académica y la formación de líderes (gestión de grupos y comunicación interpersonal) complementando la figura de las personas capitanas.

Dentro de la variable compromiso grupal, se considera: que la persona deportista conozca y reconozca su rol y funciones esperadas dentro del equipo así como los roles del resto de compañeras (J. Buceta); fomentar el sentido de pertenencia a la Institución; conocer los valores del equipo (Pep Marí) y el establecer un código interno (donde se propone que las sanciones las establezca el cuerpo de jugadoras) con el propósito de generar un clima de trabajo basado en los valores de la Institución, traduciendo los valores a conductas practicables y repetibles, fomentando un clima de compromiso, autonomía, proactividad, liderazgo y hábitos y actitudes positivas.

Respecto a la variable de autopercepción y autoevaluación en la ejecución se plantea: valorar la contribución individual en el equipo para promover la responsabilidad compartida; tener objetivos de ejecución (propios, individuales y de tarea) preferentemente a objetivos de resultado; promover la práctica del diario de entrenamiento para evitar pensamientos y conductas absolutistas; y potenciar un diálogo personal basado en los valores personales y del equipo.

Sugerencias para plantear objetivos mediante el trabajo con el entrenador sería: conocer las necesidades y objetivos al deportista y ponerlos en común con las necesidades del cuerpo técnico y equipo; potenciar el concepto 'concentrarse en..' versus 'no quiero/he de/puedo/puede…' (Eduardo Amblar; Joan Vives); si los objetivos son realistas o idealistas (E. Amblar); si está dentro del control de la deportista el objetivo propuesto. Una vez determinado el objetivo, será necesario transferirlo a un plan de acción y dentro de un marco temporal. Además, que el cuerpo técnico comunique de forma consensuada qué espera de las deportistas y cuáles son los indicadores de cumplimiento.

Propuestas para el diario de entrenamiento: fecha, qué he entrenado o tipos de tareas, objetivo individual, qué es lo mejor que he hecho, qué puedo mejorar o aprender, momento clave del entrenamiento, evaluación del 1 al 10 y justificación y conclusión semanal; diario de partido: fecha, minutos e intensidad de los minutos (en portería: instrucciones en el campo 1-10, jugar con los pies 1-10, técnica de parada 1-10...), foco en el partido, qué es lo que mejor he hecho, qué puedo mejorar o aprender, y evaluación del 1 al 10 + justificación.

Se propone el compromiso como la suma de: la ilusión (visualizarlo pasando), haberlo elegido, un plan de acción (cómo y en un marco temporal) y autoconfianza o creer poder hacerlo (tener herramientas).

Conclusiones. Se propone abordar el rendimiento y bienestar de la persona deportista desde una perspectiva integral, que considere además de la psicología deportiva, conocimientos complementarios. La motivación se entiende como un proceso dinámico, en el que el compromiso y la planificación de hábitos diarios resultan claves para mantener la constancia y la motivación. Variables como el descanso, la confianza con el entrenador, el compromiso grupal y la autopercepción constituyen pilares fundamentales en la construcción de actitudes positivas y en la mejora del rendimiento. Asimismo, se subraya la relevancia de fijar objetivos realistas y transferirlos a planes de acción claros y enmarcados en un plano temporal, así como del uso de herramientas prácticas como los diarios de entrenamiento y partido. Todo ello se integra en una visión centrada en el compromiso, la autonomía y el desarrollo personal y colectivo.

Referencias

Amblar, E. (s. f.). *Conferencia de máster en psicología del deporte*. Universidad de Sevilla.

Buceta, J. M. (s. f.). *Videoconferencias Palestra Web*.

García, J., & Rodríguez, A. (Productores ejecutivos). (2020). *Cuadernos de entrenador* [Serie de televisión]. Netflix. https://www.netflix.com/es/title/81025735

Hayes, S. C., Strosahl, K. D., & Wilson, K. G. (2014). *Terapia de Aceptación y Compromiso: proceso y práctica del cambio consciente* (2.ª ed.). Desclée de Brouwer.

Hereu, M. (s. f.). *Material profesional en psicología del deporte*.

Kerr, J. (2017). *Legacy: Lo que los All Blacks pueden enseñarnos en el deporte y en la gestión de empresas*. Roca Editorial.

Lago Peñas, C., & Seirul·lo Vargas, F. (2021). *La dirección del entrenamiento y del partido en el fútbol y los deportes de equipo*. INDE.

Lazarus, R. S. (2000). *Estrés y emoción: Una nueva síntesis*. Desclée de Brouwer.

Marí, P. (2014). *Aprender de los campeones: La psicología del deporte aplicada a la vida*. Plataforma Editorial.

Marí, P. (s. f.). *Micro conferencias* [Videos]. YouTube.

Pérez Córdoba, E. (s. f.). *Materiales del máster en psicología del deporte*. Universidad de Sevilla.

Rosenberg, M. B. (1999). *Comunicación no violenta: un lenguaje de vida.* Gran Aldea Editores.

Vives Ribó, J. (2011). *Entrenando al entrenador*.

Vives Ribó, J. (s. f.). *Contenidos divulgativos sobre entrenamiento*. WordPress. https://joanvives.wordpress.com/

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 466-467
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

¿INFLUYE EL TIPO DE COMPETICIÓN JUGADA EN LAS SEMANAS CONGESTIONADAS EN EL RENDIMIENTO FÍSICO DE LOS EQUIPOS DE LALIGA?

David Lobo-Triviño[1], Aldo A. Vasquez-Bonilla[1], Javier Raya-González[2], José Carlos Ponce-Bordón[1]

[1]Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura, [2]Facultad de Ciencias de la Educación y Psicología, Universidad de Córdoba

davidlt@unex.es, alvasquezphd@gmail.com, rayagonzalezjavier@gmail.com, joponceb@unex.es

Introducción. A diferencia de los estudios anteriores, que suelen tratar los partidos congestionados como bloques homogéneos sin tener en cuenta el tipo de competición (dos Santos Guimarães et al., 2025), este estudio presenta un avance clave. Para ello, el presente estudio tuvo como objetivo analizar la influencia del tipo de competición que juegan los equipos top-5 en las semanas congestionadas sobre el rendimiento físico de los jugadores de Primera División Española en LaLiga.

Método. Un total de 2,671 observaciones de 120 jugadores profesionales durante 108 partidos de LaLiga fueron incluidas en el estudio. El rendimiento físico fue registrado a través del sistema de seguimiento óptico TRACAB (ChyronHego) cuya validez y fiabilidad han sido demostradas (Pons et al., 2019, 2021). Distancias recorridas a distintos umbrales de velocidad, aceleraciones, desaceleraciones y velocidad máxima, entre otras, fueron las variables incluidas en el estudio. Los análisis fueron realizados a través de Modelos Lineales Mixtos (LMM) (Heck & Thomas, 2020) en RStudio.

Resultados. La distancia total recorrida por los jugadores en las semanas congestionadas por Champions League fue significativamente más baja que en las semanas en las que se jugaba Copa del Rey y Liga. Sin embargo, el número total de aceleraciones realizadas fue significativamente superior en las semanas congestionadas

por Champions League en comparación con las que fueron congestionadas por Liga y semanas no congestionadas.

Conclusiones. Los presentes resultados sugieren que el tipo de competición incluida en las semanas de congestionadas podría influir en el rendimiento físico de los jugadores. Por tanto, los cuerpos técnicos deberían considerar el tipo de competición que se juega en las semanas congestionadas con el fin de optimizar la planificación y el control de la carga de entrenamiento.

Referencias

Heck, R. H., & Thomas, S. L. (2020). *An introduction to multilevel modeling techniques* (4th ed.). Routledge. https://doi.org/10.4324/9780429060274

Pons, E., García-Calvo, T., Cos, F., Resta, R., Blanco, H., López del Campo, R., Díaz-García, J., & Pulido-González, J. J. (2021). Integrating video tracking and GPS to quantify accelerations and decelerations in elite soccer. *Scientific Reports, 11*(1), 18531. https://doi.org/10.1038/s41598-021-97903-2

Pons, E., García-Calvo, T., Resta, R., Blanco, H., López del Campo, R., Díaz-García, J., & Pulido-González, J. J. (2019). A comparison of a GPS device and a multi-camera video technology during official soccer matches: Agreement between systems. *PLOS ONE, 14*(8), e0220729. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0220729

dos Santos Guimarães, R., García-Calvo, T., Lobo-Triviño, D., Ponce-Bordón, J. C., & Raya-González, J. (2025). Impact of a congested schedule and player participation on the external workload of top-level soccer players during a competitive season. *International Journal of Performance Analysis in Sport,* 1–13. https://doi.org/10.1080/24748668.2025.2500169

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 468-473
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DE LA ESPECIFICIDAD EN LA RESPUESTA FÍSICA DE JUGADORES PROFESIONALES DE FÚTBOL EN LAS DIFERENTES SESIONES DE ENTRENAMIENTO DEL MICROCICLO COMPETITIVO

Kévin Marín, Ibai Errekagorri, Julen Castellano

Facultad de Educación y Deporte, Universidad del País Vasco (UPV/EHU)

kmarin001@ikasle.ehu.eus, ibai.errekagorri@ehu.eus, julen.castellano@ehu.eus

Introducción. En este contexto de variabilidad, monitorear la dinámica de la carga de entrenamiento (TL) es esencial para gestionar las demandas físicas de los jugadores a nivel individual (Martín-García et al., 2018). La relación entre TL y las exigencias del partido se utiliza como referencia, encontrándose valores conservadores de 0.22–0.6 en HSR (Anderson et al., 2016), proporciones cercanas a 1.1 que igualan entrenamiento y competición (Stevens et al., 2017), y propuestas más elevadas de 1.7–2.3 que buscan superar dichas demandas (Kokstejn et al., 2024; Martín-García et al., 2018). Además, se reportan diferencias posicionales, con valores más altos en centrocampistas (3.5) y más bajos en laterales y delanteros (1.6) y defensas centrales (2.5) (Kokstejn et al., 2024). De forma complementaria, se ha observado que delanteros y medios ofensivos alcanzan cargas de ACC/DEC en MD-4 y MD-3 similares a las de competición (Martín-García et al., 2018; Gualteri et al., 2023).

Objetivo. El objetivo del presente estudio será doble, por un lado, analizar la carga de entrenamiento relativa al partido individual considerando las posiciones de los jugadores de fútbol profesionales durante las distintas sesiones del microciclo competitivo (D+1, D-4, D-3, D-2, y D-1), y, por otro, describir la variabilidad interposición en la carga relativa de entrenamiento durante el microciclo competitivo, con el fin de describir la estrategia de intervención respecto a la distribución y variabilidad de la carga de entrenamiento en función del tipo de sesión y la posición del jugador.

Método. Se analizaron 318 sesiones de entrenamiento de un equipo profesional de fútbol masculino durante cuatro temporadas consecutivas (2018/19–2021/22). Se utilizaron GPS y se analizaron únicamente microciclos estándar de 7 días con un único partido semanal, categorizando las sesiones en función de los días respecto al partido (MD+1 post-partido; MD-4, MD-3, MD-2 y MD-1; con MD+2 como descanso). Participaron 54 jugadores de campo (27,7 ± 2,9 años; 76,9 ± 5,2 kg; 180,9 ± 5,2 cm), con distinta permanencia en las temporadas (12 en ≥3 temporadas, 10 en 2 y el resto en 1). Los jugadores se clasificaron en cinco posiciones: defensa lateral (n=6), defensa central (n=3), mediocentro (n=4), delantero (n=4) y mediocentro lateral (n=6). Se excluyeron quienes no completaron las sesiones. El estudio cumplió con la Declaración de Helsinki y fue aprobado por el Comité de Ética de la UPV/EHU (código: M10-2024-124).

Variables locomotoras: Se analizaron variables locomotoras relativas al rendimiento individual en competición: distancia total (DT), distancia a alta velocidad (DT21, que corresponde a la distancia acumulada por encima de 21 km/h), distancia en sprint (DT27, que corresponde a la distancia acumulada por encima de 27 km/h), Player Load (PL, que es un indicador global de carga externa expresada en unidades arbitrarias AU), número de aceleraciones (ACC2, que corresponde al número de aceleraciones superiores a 2 m/s^2) y de desaceleraciones (DEC2, que corresponde al número de deceleraciones inferiores a -2 m/s^2). Todas se expresaron como ratio respecto a valores de referencia individuales, obtenidos del promedio de los tres partidos con mayor rendimiento de cada jugador.

Procedimiento: La actividad de los jugadores durante cada sesión de entrenamiento se monitorizó utilizando una unidad GPS portátil (S5, *Catapult Innovations Victoria*, Australia) con una frecuencia de muestreo de 10 Hz. Los dispositivos se colocaron dentro de un mini bolsillo del chaleco especialmente diseñado entre los omoplatos. Para evitar errores entre unidades, cada jugador utilizó el mismo dispositivo durante todo el estudio (Martín García et al., 2018). Los datos GPS se extrajeron utilizando el software correspondiente (*Openfield* 2.4, Camberra, Australia) después de cada sesión de entrenamiento o competición. La calidad de la señal GPS se midió utilizando 11.0 ±0.2 satélites, con una dilución horizontal de la precisión que indicaba una exactitud de 0.8 ±0.2. La calidad media del GPS fue del 71.8 ±4.1%.

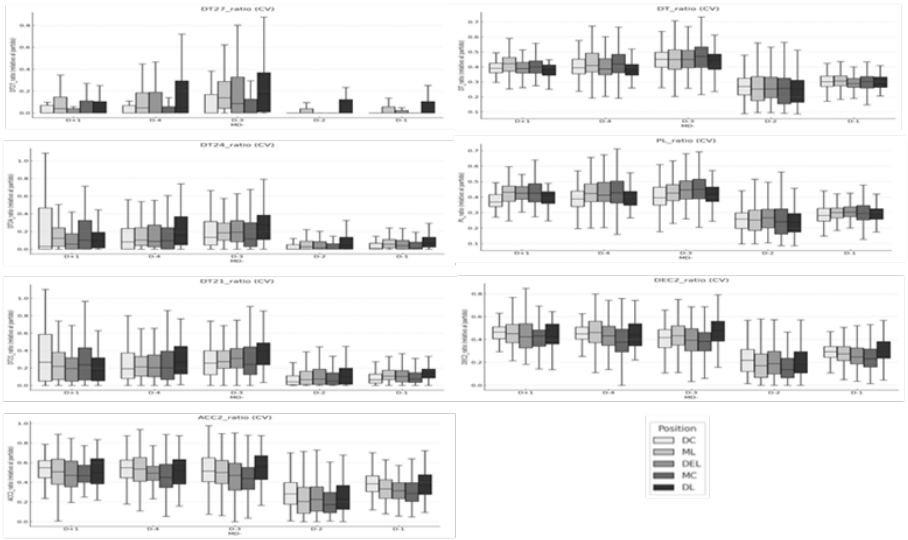
Análisis de datos: Primeramente, se calcularon la media y la desviación estándar. Posteriormente se implementaron modelos lineales mixtos para evaluar la relación entre las posiciones y el tipo de sesión cuando se controlaron los jugadores individuales, y se consideró la interacción entre la posición y el tipo de sesión. Las variables independientes (posición y tipo de sesión) se modelaron como efectos fijos

y el efecto del jugador como efecto aleatorio. Finalmente, se calculó el coeficiente de variación (CV) inter-posicional con el objetivo de describir la dispersión de la carga de entrenamiento entre posiciones. La visualización se realizó con *Google Colaboratory* (Python 3.12) y el análisis se realizó con *Jamovi* (versión 2.4.14:0).

Resultados. La Figura 1 muestra que la carga relativa al partido varía según la posición, siendo mayor en los días más alejados del partido (D+1, D-4 y D-3) y alcanzando su pico generalmente en D-3, excepto DEC2 en D-4. En D-2 y D-1, las ratios disminuyen, reflejando una reducción de la carga antes de la competición. Para DT el modelo explicó un 44% de la varianza con los efectos fijos (R^2 marginal [R^2M]=0,44) y un 47% al incluir las diferencias entre jugadores (R^2 condicional [R^2C]=0,47). En los *tests omnibus de efectos fijos* (TOEF), sesión fue significativa ($F_{(4;9814,9)}$=1984,7; *p<0,001*), mientras que posición fue marginal ($F_{(4;100,6)}$=2,36, *p=0,056*) y la interacción posición×sesión no resultó significativa ($F_{(16;9814,8)}$=0,89, *p=0,577*). Para PL el modelo explicó un 42% de la varianza con los efectos fijos (R^2M=0,42) y un 49% al incluir las diferencias entre jugadores (R^2C=0,49). En los TOEF, sesión fue significativa ($F_{(4;9801,4)}$=1957,1, *p<0,001*), mientras que posición no resultó significativa ($F_{(4;100,4)}$=1,49, *p=0,211*) ni la interacción posición×sesión ($F_{(16;9801,5)}$=1,41, *p=0,126*). Para DT21 el modelo explicó un 24% de la varianza con los efectos fijos (R^2M=0,24) y un 30% al incluir las diferencias entre jugadores (R^2C=0,30). En los TOEF, sesión fue significativa ($F_{(4;9807,4)}$=786,8, *p<0,001*), mientras que posición no resultó significativa ($F_{(4;100,3)}$=0,89, *p=0,470*), pero la interacción posición×sesión fue significativa ($F_{(16;\ 9807,4)}$=5,83, *p<0,001*). Para DT24 el modelo explicó un 17% de la varianza mediante efectos fijos (R^2M=0,17) y un 22% al incluir las diferencias entre jugadores (R^2C=0,22). En los TOEF, sesión fue significativa ($F_{(4;9816,9)}$=493,76, *p<0,001*), mientras que posición no fue significativa ($F_{(4;108,6)}$=1,37, *p=0,249*). En cambio, la interacción posición×sesión resultó estadísticamente significativa ($F_{(16;\ 9816,8)}$=6,17, *p<0,001*). Para DT27 el modelo explicó un 9% de la varianza mediante los efectos fijos (R^2M=0,09) y un 14% al incorporar las diferencias entre jugadores (R^2C=0,14). En los TOEF, sesión resultó significativa ($F_{(4;9820,9)}$=237,6, *p<0,001*), mientras que posición fue marginal ($F_{(4;\ 108,4)}$=2,41, *p=0,054*). Además, la interacción posición×sesión también alcanzó significancia ($F_{(16;9820,1)}$=3,03, *p<0,001*). Para ACC2 el modelo explicó un 27% de la varianza mediante los efectos fijos (R^2M=0,27) y un 59% al incluir las diferencias entre jugadores (R^2C=0,59). En los TOEF, sesión resultó significativa ($F_{(4;9792,0)}$=1547,9, *p<0,001*), mientras que posición no fue significativa ($F_{(4;\ 105,5)}$=0,54, *p=0,709*). La interacción posición×sesión alcanzó significancia ($F_{(16;9792,1)}$=2,50, *p<0,001*). Para DEC2 el modelo explicó un 37% de la varianza mediante los efectos fijos (R^2M=0,37) y un 57% al incluir las diferencias entre

jugadores (R^2C=0,57). En los TOEF, sesión resultó significativa ($F_{(4;9793,8)}$=1954,8, *p<0,001*). El efecto de posición no fue significativo ($F_{(4;104,2)}$=1,56, *p=0,191*), pero la interacción posición×sesión dio un efecto significativo ($F_{(16;9793,9)}$=2,39, *p=0,001*).

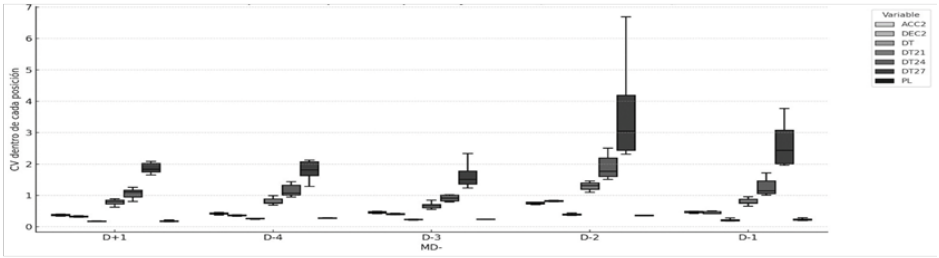
Figura 1. *Ratios de las variables de carga externa de las diferentes sesiones durante el microciclo competitivo*



Nota: D+1= un día después del partido; D-4= cuatro días antes del siguiente partido; D-3= tres días antes del siguiente partido; D-2= dos días antes del siguiente partido; D-1= un día antes del siguiente partido. Variables: PL= Player Load relativo; DT= distancia total relativa; DT21= distancia >21 km·h⁻¹ relativa; DT24= distancia >24 km·h⁻¹ relativa; DT27= distancia >27 km·h⁻¹ relativa; ACC2= número de aceleraciones >2 m·s⁻² relativas; DEC2= número de deceleraciones <−2 m·s⁻² relativas. Se muestran diferencias significativas (*p<0,05*).

La Figura 2 presenta el coeficiente de variación (CV) inter-posición para cada variable y tipo de sesión. Los días más alejados del partido (D+1, D-4 y D-3) mostraron mayor homogeneidad entre posiciones, especialmente en D-3, donde se alcanzaron los valores más bajos de dispersión. Por el contrario, en los días inmediatamente anteriores al partido (D-2 y D-1) se observó una mayor variabilidad, lo que sugiere una programación de entrenamientos menos específica para las posiciones. Estos resultados confirman que la planificación semanal tiende a organizar cargas más individuales o específicas en las sesiones de recuperación y adaptación, mientras que en las sesiones previas a la competición se incrementa la homogeneidad absoluta, lo que redunda en una variabilidad relativa (de las ratios) mayor entre posiciones.

Figura 2. *Coeficiente de variación (%) inter-posición por tipo de sesión del microciclo competitivo*



Nota: D+1= un día después del partido; D-4= cuatro días antes del siguiente partido; D-3= tres días antes del siguiente partido; D-2= dos días antes del siguiente partido; D-1= un día antes del siguiente partido. Variables: PL= Player Load relativo; DT= distancia total relativa; DT21= distancia >21 km·h^{-1} relativa; DT24= distancia >24 km·h^{-1} relativa; DT27= distancia >27 km·h^{-1} relativa; ACC2= número de aceleraciones >2 m·s^{-2} relativas; DEC2= número de deceleraciones <−2 m·s^{-2} relativas. Se muestran diferencias significativas ($p<0,05$).

Discusión. En línea con investigaciones previas (Martín-García et al., 2018), el presente estudio confirma que la TL se concentra en las sesiones centrales del microciclo y en D+1, siendo el tipo de sesión más determinante que la posición (Martín-García et al., 2018). Se respalda así una periodización en U invertida, con picos en D-3 (salvo DEC2 en D-4), lo que refleja la programación de estímulos excéntricos con suficiente antelación (Buchheit et al., 2019). Este enfoque favorece la recuperación, el desarrollo integral de las capacidades físicas y la prevención de lesiones (Buchheit et al., 2019). Los resultados evidencian que la carga física no se distribuye de manera uniforme entre posiciones, aunque se observa una mayor homogeneización en DT, PL, ACC2 y DEC2 durante los días centrales del microciclo. En contraste, las variables de alta velocidad (DT21, DT24 y DT27) muestran mayor variabilidad, especialmente en los días previos al partido, lo que sugiere una estimulación diferenciada según la posición. Este patrón contradice la estrategia de tapering propuesta en la literatura, que aboga por la homogenización de la carga antes de la competición (Buchheit et al., 2019).

Las conclusiones principales fueron que: 1) la sesión tiene un efecto robusto y consistente sobre todas las métricas analizadas, explicando buena parte de la variabilidad incluso cuando no se considera la heterogeneidad entre jugadores; 2) la interacción entre posición y sesión es significativa en varias métricas, lo que indica que el efecto de la sesión no es igual para todas las posiciones, habiendo algunas posiciones más afectadas por el tipo de sesión, especialmente, mostrándose una mayor variabilidad en las variables relativas a velocidad alta de desplazamiento.

Agradecimientos: Proyecto OPPTeamS [PID2023-147577NB-I00] estatal 2024-2027, de la convocatoria 2023 «PROYECTOS DE GENERACIÓN DE CONOCIMIENTO» (MCIU).

Referencias

Anderson, L., Orme, P., Di Michele, R., Close, G. L., Milsom, J., Morgans, R., Drust, B., & Morton, J. P. (2016). Quantification of seasonal-long physical load in soccer players with different starting status from the English Premier League: Implications for maintaining squad physical fitness. *International Journal of Sports Physiology and Performance, 11*(8), 1038-1046. https://doi.org/10.1123/ijspp.2015-0672

Buchheit, M. (2019). Programming high-speed running and mechanical work in relation to technical contents and match schedule in professional soccer. *Sport Performance & Science Reports, 64*, 1-7.

Gualtieri, A., Rampinini, E., Dello Iacono, A., & Beato, M. (2023). High-speed running and sprinting in professional adult soccer: Current thresholds definition, match demands and training strategies. A systematic review. *Frontiers in Sports and Active Living, 5*, 1116293. https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1116293

Kokstejn, J., Vampola, J., Musalek, M., Grobar, M., & Stastny, P. (2024). The ratio between weekly training and match external physical loads in U17 elite youth soccer players: Implications for the training process. *Journal of Sports Science and Medicine, 23*(1), 107-113. https://doi.org/10.52082/jssm.2024.107

Martín-García, A., Díaz, A. G., Bradley, P. S., Morera, F., & Casamichana, D. (2018). Quantification of a professional football team's external load using a microcycle structure. *Journal of Strength and Conditioning Research, 32*(12), 3511-3518. https://doi.org/10.1519/jsc.0000000000002816

Stevens, T. G. A., De Ruiter, C. J., Twisk, J. W. R., Savelsbergh, G. J. P., & Beek, P. J. (2017). Quantification of in-season training load relative to match load in professional Dutch Eredivisie football players. *Science and Medicine in Football, 1*(2), 117-125. https://doi.org/10.1080/24733938.2017.1282163

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 474-479
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DEL EFECTO COMBINADO DE LA DEMARCACIÓN Y EL NIVEL DE POSESIÓN DEL BALÓN DEL EQUIPO EN LA DISTANCIA RECORRIDA POR EL JUGADOR

Julen Castellano, Ibai Errekagorri, Kévin Marín, Ibon Echeazarra, Aitor Pinedo, Jesús Cámara

Facultad de Educación y Deporte, Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea

julen.castellano@ehu.eus, ibai.errekagorri@ehu.eus, kmarin001@ikasle.ehu.eus, ibon.etxeazarra@ehu.eus, aitor.pinedo@ehu.eus, jesus.camara@ehu.eus

Introducción. En el fútbol profesional, el análisis del rendimiento físico de los jugadores durante la competición constituye un aspecto de gran relevancia científica (Sarmento et al., 2024). Existen propuestas en la literatura científica que buscan ir más allá de su mera relación con el éxito deportivo (Carling, 2013), enfatizando la necesidad de contextualizar el rendimiento físico durante el partido dentro del marco situacional (Castellano et al., 2022), estratégico (Castellano et al., 2011) y táctico (Castellano & Echeazarra, 2019). Una variable situacional que se propone para interpretar el rendimiento físico de los equipos es su estilo de juego, concretamente con relación al dominio de la posesión del balón (Castellano et al., 2022; Castellano & Echeazarra, 2019). Un estilo de juego caracterizado por una mayor posesión del balón que el rival influye significativamente en el movimiento de los jugadores, ya que estos equipos tienden a acumular más distancia recorrida por min cuando no tienen la posesión. Por el contrario, los equipos con menores niveles de control del balón tienden a exhibir una mayor velocidad de movimiento cuando tienen la posesión (Castellano et al., 2022). Es importante señalar que caracterizar el estilo de juego de un equipo únicamente en función de su nivel de posesión del balón (p. ej., promedio de la temporada) es insuficiente; para interpretar con precisión el rendimiento físico en cada partido, se debe considerar el porcentaje real

de posesión durante ese partido específico (García-Calvo et al., 2023). Cabe destacar que la demarcación de los jugadores en el sistema de juego dentro del partido juega un papel clave en su respuesta condicional (Di Salvo et al., 2007). La fase de juego (Morgans et al., 2025) tiene una influencia clave en el rendimiento físico de las demarcaciones. Sin embargo, para determinar en qué fase del juego las demarcaciones acumulan la distancia total recorrida y en diferentes rangos de velocidad, podría ser interesante conocer la demanda locomotora solo en las fases de posesión y fuera de posesión, y relativizada a los min. Esta información sobre la distancia recorrida por min permitirá una comprensión más precisa de las respuestas físicas requeridas por cada demarcación, con implicaciones directas e importantes para el diseño de estrategias de entrenamiento. Por lo tanto, el objetivo de este estudio fue analizar el impacto de la demarcación en combinación con la posesión de balón del equipo en el rendimiento físico de futbolistas de la Primera División Española de Fútbol Profesional Masculino (LaLiga) durante la temporada 2023-2024.

Método. Un total de 4.254 actuaciones individuales fueron analizados. Solo se seleccionó la actividad de los jugadores que completaron los 90 min de partido de los 20 equipos de LaLiga durante la temporada 2023-2024. Se excluyeron los registros con información incompleta (p. ej., errores técnicos) y la actividad de los porteros. Los jugadores se dividieron en siete demarcaciones: defensa central (DC), defensa lateral (DL), mediocentro defensivo (MD), mediocentro ofensivo (MO), mediocentro *box-to-box* (BB), extremo (EX) y delantero (DE). Los datos utilizados en esta investigación fueron proporcionados por LaLiga, que autorizó el análisis de las variables pertinentes y la difusión de los resultados con fines científicos. En estricto cumplimiento de las directrices éticas de LaLiga, este trabajo no contiene información que pueda permitir la identificación de futbolistas. Además, todos los procedimientos y protocolos empleados se llevaron a cabo de acuerdo con los principios de la Declaración de Helsinki, y El Comité de Ética (CEISH) de la Universidad del País Vasco/Euskal Herriko Unibertsitatea otorgó la aprobación institucional para el estudio.

Para evaluar la carga externa acumulada por los jugadores en cada partido, se analizaron seis variables dependientes: distancia total (TD, en m), metros recorridos por el jugador durante el partido; distancia a alta velocidad (TD21, en m), metros recorridos a más de 21 km/h; y distancia de sprint (TD24, en m), metros recorridos a más de 24 km/h. Todas las variables se registraron diferenciando entre las fases de posesión (POS) y de no posesión (NOPOS). Además, estas variables se relativizaron por min (m/min). En el estudio también se incluyeron las siguientes variables independientes: el nivel de posesión de balón (nivelPOS) y el nivel de no posesión de balón (nivelNOPOS). Se establecieron tres niveles de posesión del balón

(POS) según el tiempo que el equipo estuvo en posesión durante el partido: menos de 25,0 min (percentil 33,3%), entre 25,1 y 31,0 min, y más de 31,1 min (percentil 66,7%), categorizados como POSbajo, POSmedio y POSalto, respectivamente. De igual forma, se establecieron tres niveles de no posesión del balón (NOPOS) según el tiempo que el equipo estuvo fuera de posesión durante el partido: menos de 25,0 min (percentil 33,3%), entre 25,1 y 31,0 min, y más de 31,1 min (percentil 66,7%), categorizados como NOPOSbajo, NOPOSmedio y NOPOSalto, respectivamente.

Los datos durante los partidos oficiales se obtuvieron mediante el sistema informático de seguimiento multicámara TRACAB® (ChyronHego, Nueva York, EE. UU.), con una frecuencia de muestreo de 25 Hz. La fiabilidad de este sistema ha sido demostrada previamente para el posicionamiento y el rendimiento físico de los jugadores (Linke et al., 2020). Los datos se procesaron posteriormente con el software *Mediacoach* (LaLiga, Madrid, España). Los informes generados por *Mediacoach* se exportaron a un archivo CSV (Microsoft Corporation, Washington, EE. UU.) para configurar una matriz. En cuanto al análisis estadístico, en primer lugar, se realizaron estadísticos descriptivos de las seis variables dependientes calculando medias y desviaciones estándar para cada demarcación. En segundo lugar, se llevó a cabo un modelo lineal mixto para cada variable dependiente con el fin de analizar las diferencias en el rendimiento físico de los jugadores según sus demarcaciones. La variable independiente nivelPOS se consideró como efecto fijo para las variables físicas en la fase de posesión (i.e., TDminPOS, TD21minPOS y TD24minPOS), mientras que la variable independiente nivelNOPOS se consideró como efecto fijo para las variables físicas de la fase de no posesión (i.e., TDminNOPOS, TD21minNOPOS y TD24minNOPOS). Por su parte, la variable ID del jugador se consideró como efecto aleatorio para ambos efectos fijos. Los resultados significativos en los efectos fijos sobre cada variable dependiente se analizaron utilizando pruebas de comparación por pares post hoc con corrección de Tukey para evaluar las diferencias entre los niveles de cada efecto fijo. El nivel de significancia se estableció en $p<0,05$. El análisis estadístico se realizó utilizando el programa Jamovi 2.6.2 (The jamovi project, 2024) para Windows.

Resultados. La Tabla 1 muestra las medias y desviaciones estándar de las variables físicas para cada demarcación, considerando los diferentes niveles de las variables independientes nivelPOS y nivelNOPOS. Después de aplicar el análisis del modelo lineal mixto, en todas las variables analizadas los resultados muestran un patrón consistente. Tanto POSalto como NOPOSalto muestran valores significativamente inferiores ($p<0.05$) que POSmedio y POSbajo, y que NOPOSmedio y NOPOSbajo, respectivamente, en la mayoría de las demarcaciones.

Tabla 1. *Medias y desviaciones estándar (± DE) de las variables dependientes para cada demarcación en cada uno de los tres niveles de las variables independientes.*

		DC	DL	MD	MO	BB	EX	DE
TDminPOS	POSalto	118.92 (±11.13)	129.34 (±11.99)	140.58 (±12.64)	138.51 (±12.25)	142.50 (±11.90)	129.76 (±15.11)	131.28 (±9.58)
	POSmedio	122.45 (±10.63)[a]	133.15 (±12.34)[a]	144.55 (±12.45)[a]	145.93 (±14.33)[a]	146.25 (±11.55)[a]	138.73 (±16.10)[a]	141.45 (±10.92)[a]
	POSbajo	123.50 (±10.94)[a]	134.88 (±12.96)[a,b]	146.43 (±13.47)[a]	154.29 (±18.16)[a,b]	145.67 (±12.59)	146.98 (±16.84)[a,b]	151.87 (±11.05)[a,b]
TDminNOPOS	NOPOSalto	134.60 (±10.96)	137.66 (±9.74)	161.03 (±13.90)	145.46 (±15.59)	159.60 (±12.71)	139.68 (±15.48)	136.81 (±12.57)
	NOPOSmedio	142.01 (±10.58)[a]	145.65 (±8.98)[a]	163.90 (±11.28)[a]	150.40 (±15.97)	165.16 (±13.91)[a]	138.81 (±17.50)	137.37 (±11.90)
	NOPOSbajo	150.71 (±10.94)[a,b]	153.59 (±10.78)[a,b]	166.40 (±12.33)[a,b]	148.06 (±19.51)	165.51 (±15.87)[a]	140.56 (±17.88)[a]	134.24 (±12.25)
TD21minPOS	POSalto	3.00 (±2.34)	10.79 (±4.58)	4.30 (±3.00)	11.28 (±4.13)	9.17 (±4.80)	14.58 (±5.22)	12.67 (±4.74)
	POSmedio	2.73 (±1.99)	11.88 (±5.32)[a]	4.24 (±3.11)	13.95 (±5.52)[a]	9.27 (±5.27)[a]	17.04 (±6.18)[a]	16.12 (±5.49)[a]
	POSbajo	3.11 (±3.29)[a,b]	11.84 (±6.09)[a]	4.76 (±3.52)[a]	16.04 (±6.75)[a]	8.96 (±5.73)[a]	20.46 (±6.91)[a,b]	20.80 (±6.38)[a,b]
TD21minNOPOS	NOPOSalto	10.45 (±3.77)	12.24 (±3.87)	10.95 (±3.90)	8.52 (±3.54)	12.73 (±5.42)	10.05 (±4.16)	7.71 (±2.98)
	NOPOSmedio	12.84 (±4.20)[a]	15.11 (±4.40)[a]	12.17 (±4.45)[a]	9.62 (±3.90)	14.05 (±4.91)[a]	11.29 (±5.38)[a]	8.67 (±4.08)[a]
	NOPOSbajo	15.93 (±5.41)[a,b]	18.07 (±5.25)[a,b]	13.08 (±4.89)[a,b]	11.81 (±5.27)[a,b]	16.03 (±6.25)[a,b]	12.63 (±6.00)[a]	8.60 (±4.21)[a]
TD24minPOS	POSalto	1.29 (±1.50)	6.09 (±3.19)	1.61 (±1.54)	5.36 (±2.58)	4.55 (±3.12)	8.44 (±3.68)	6.95 (±3.62)
	POSmedio	1.07 (±1.16)	6.89 (±3.75)	1.64 (±1.77)	7.00 (±3.65)[a]	4.61 (±3.55)[a]	10.08 (±4.75)[a]	9.18 (±4.34)[a]
	POSbajo	1.40 (±2.05)[a,b]	6.89 (±4.23)[a]	1.83 (±2.10)[a]	8.41 (±4.93)[a,b]	4.24 (±3.62)[a]	12.49 (±5.13)[a,b]	12.07 (±5.18)[a,b]
TD24minNOPOS	NOPOSalto	5.33 (±2.53)	6.28 (±2.60)	4.52 (±2.22)	3.64 (±1.95)	5.92 (±3.32)	5.05 (±2.84)	3.46 (±1.97)
	NOPOSmedio	6.59 (±2.87)[a]	7.92 (±3.09)[a]	5.15 (±2.83)[a]	4.18 (±2.71)	6.50 (±3.33)	5.79 (±3.49)[a]	3.92 (±2.50)
	NOPOSbajo	8.56 (±3.79)[a,b]	9.71 (±3.84)[a,b]	5.56 (±2.86)[a]	5.51 (±3.41)[a,b]	8.03 (±4.51)[a,b]	6.58 (±4.25)[a]	3.89 (±2.53)[a]

Nota: TDminPOS es la distancia total recorrida (en m) por el jugador por min en posesión, TDminNOPOS es la distancia total recorrida (en m) por el jugador por min fuera de posesión, TD21minPOS es la distancia recorrida (en m) por el jugador por min a más de 21 km/h en posesión, TD21minNOPOS es la distancia recorrida (en m) por el jugador por min a más de 21 km/h fuera de posesión, TD24minPOS es la distancia recorrida (en m) por el jugador por min a más de 24 km/h en posesión, y TD24minNOPOS es la distancia recorrida (en m) por el jugador por min a más de 24 km/h fuera de posesión; POSalto es nivel alto de posesión (más de 31,1 min), POSmedio es nivel medio de posesión (entre 25,1 y 31,0 min), POSbajo es nivel bajo de posesión (menos de 25,0 min), NOPOSalto es nivel alto de no posesión (más de 31,1 min), NOPOSmedio es nivel medio de no posesión (entre 25,1 y 31,0 min), y NOPOSbajo es nivel bajo de no posesión (menos de 25,0 min); DC es defensa central, DL es defensa lateral, MD es mediocentro defensivo, MO es mediocentro ofensivo, BB es mediocentro *box-to-box*, EX es extremos, y DE es delantero. *a* > POSalto y NOPOSalto, y *b* > POSmedio y NOPOSmedio para un nivel de significancia de $p<0.05$.

Conclusiones. Este trabajo presenta varias fortalezas clave, ya que integra los momentos con y sin balón con la distancia recorrida a diferentes velocidades por min, lo que proporciona una visión completa de las exigencias del partido. A diferencia de investigaciones anteriores centradas en los equipos (Castellano et al., 2022), el jugador es la unidad de análisis, lo que permite una comprensión más precisa de las exigencias posicionales. La muestra incluye todos los equipos de una temporada completa de LaLiga, lo que garantiza una mayor generalización. Finalmente, la posesión del balón se midió en min absolutos, lo que proporciona una interpretación más contextualizada del rendimiento físico. Los resultados obtenidos mues-

tran en todas las variables analizadas (TDmin, TD21min y TD24min) un patrón consistente en todas las demarcaciones de juego y en ambas condiciones de juego, tanto en posesión del balón (POS) como en no posesión del balón (NOPOS), en el que el nivel alto de posesión se asocia sistemáticamente con valores inferiores en comparación con los niveles medio y bajo, mientras que estos últimos tienden a presentar valores similares entre sí. Este hallazgo se explica porque, cuando un equipo mantiene posesiones largas de balón, controla el ritmo del juego, minimiza las transiciones defensivas y reduce la necesidad de esfuerzos físicos intensos en todas las demarcaciones, distribuyendo las acciones de manera colectiva (Castellano & Pic, 2019). Por el contrario, en escenarios de posesión media o baja, los jugadores, independientemente de su demarcación, están más expuestos a fases prolongadas de no posesión, lo que incrementa las demandas físicas: mayor volumen de desplazamientos, más transiciones rápidas y un esfuerzo sostenido tanto en defensa como en ataque (Lago-Peñas & Dellal, 2010). El hecho de que este patrón se repita de forma sistemática en todas las demarcaciones confirma que la duración de la posesión del balón constituye un factor estructural del rendimiento físico, con implicaciones globales para el equipo más allá de las particularidades de cada demarcación de juego.

Agradecimientos: Los autores agradecen el apoyo de un proyecto del Gobierno español titulado Optimización del proceso de preparación y rendimiento en competición en deportes de equipo basada en integración de datos multimodales y multinivel mediante modelos inteligentes [PID2023-147577NB-I00] para el cuatrienio 2024-2027, en la convocatoria 2023 de ayudas a «PROYECTOS DE GENERACIÓN DE CONOCIMIENTO», en el marco del Programa Estatal para Impulsar la Investigación Científico-Técnica y su Transferencia, del Plan Estatal de Investigación Científica, Técnica y de Innovación del Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades (MCIU).

Referencias

Carling, C. (2013). Analysis of physical activity profiles when players are substituted in professional soccer matches. *International Journal of Sports Medicine, 34*(6), 538–543.

Castellano, J., Bellmunt, S., Resta, R., López-Del Campo, R., & Casamichana, D. (2025). Multivariate analysis of teams' physical performances in official football matches in LaLiga 2023–24. *Biology of Sport, 42*(3), 169–176. https://doi.org/10.5114/biolsport.2025.146784

Castellano, J., Blanco Villaseñor, A., & Álvarez, D. (2011). Contextual variables and time motion analysis in soccer. *International Journal of Sports Medicine, 32*(6), 415–421. https://doi.org/10.1055/s-0031-1271771

Castellano, J., & Echeazarra, I. (2019). Network based centrality measures and physical demands in football regarding player position: Is there a connection? A preliminary study. *Journal of Sports Sciences, 37*(23), 2631–2638. https://doi.org/10.1080/02640414.2019.1589919

Castellano, J., Errekagorri, I., Los Arcos, A., Casamichana, D., Martín-García, A., Clemente, F. M., López-Del Campo, R., Resta, R., & Echeazarra, I. (2022). Tell me how and where you play football and I'll tell you how much you have to run. *Biology of Sport, 39*(3), 607–614. https://doi.org/10.5114/biolsport.2022.106155

Castellano, J., & Pic, M. (2019). Identification and preference of game styles in LaLiga associated with match outcomes. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 16*(24), 5090. https://doi.org/10.3390/ijerph16245090

Di Salvo, V., Baron, R., Tschan, H., Calderón Montero, F. J., Bachl, N., & Pigozzi, F. (2007). Performance characteristics according to playing position in elite soccer. *International Journal of Sports Medicine, 28*(3), 222–227. https://doi.org/10.1055/s-2006-924294

Errekagorri, I., Castellano, J., Echeazarra, I., López-Del Campo, R., & Resta, R. (2022). A longitudinal analysis of technical-tactical and physical performance of the teams in the Spanish LaLiga Santander: An eight-season study. *Biology of Sport, 39*(2), 389–396. https://doi.org/10.5114/biolsport.2022.105331

García-Calvo, T., Ponce Bordón, J. C., Leo, F. M., López-del Campo, R., Nevado Garrosa, F., & Pulido, J. J. (2023). How does ball possession affect the physical demands in Spanish LaLiga? A multilevel approach. *Research Quarterly for Exercise and Sport, 94*(4), 931–939. https://doi.org/10.1080/02701367.2022.2072798

Lago-Peñas, C., & Dellal, A. (2010). Ball possession strategies in elite soccer according to the evolution of the match-score: the influence of situational variables. *Journal of Human Kinetics, 25*, 93–100. https://doi.org/10.2478/v10078-010-0036-z

Linke, D., Link, D., & Lames, M. (2020). Football-specific validity of TRACAB's optical video tracking systems. *PLOS ONE, 15*(3), e0230179. https://doi.org/10.1371/journal.pone.0230179

Morgans, R., Mandorino, M., Beato, M., Ryan, B., Zmijewski, P., Moreira, A., Ceylan, H. I., & Oliveira, R. (2025). Contextualized high speed running and sprinting during English Premier League match play with reference to possession, positional demands and opponent ranking. *Biology of Sport, 42*(3), 119–127. https://doi.org/10.5114/biolsport.2025.147011

Sarmento, H., Martinho, D. V., Gouveia, É. R., et al. (2024). The Influence of Playing Position on Physical, Physiological, and Technical Demands in Adult Male Soccer Matches: A Systematic Scoping Review with Evidence Gap Map. *Sports Medicine, 54*, 2841–2864. https://doi.org/10.1007/s40279-024-02088-z

The jamovi project. (2024). *Jamovi (Version 2.6)* [software]. https://www.jamovi.org

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 480-481
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DIFERENCIAS ENTRE EQUIPOS FINALISTAS Y NO FINALISTAS EN LAS RELACIONES DE PASES DURANTE EL MUNDIAL DE QATAR 2022

Jorge Polo-Tejada, Borja Sanabria-Pino, Rosa Ayuso-Moreno, Tomás García-Calvo

Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Extremadura, Cáceres, España.

jpolotej99@gmail.com, bsanabriapino@gmail.com, rmayusom@unex.com, tgarciac@unex.com

Introducción. Los sistemas de análisis de video utilizan cámaras de alta definición que registran el movimiento de los jugadores en tiempo real, conociendo sus parámetros físicos (ej., distancia total) y táctico-técnicos (ej., número de pases completados). Conocer que parámetros indican un mayor rendimiento en las competiciones es un aspecto importante en el fútbol actual (Iván-Baragaño et al., 2024). El número de pases realizado y su relación entre los jugadores ha permitido reconocer patrones tácticos del rendimiento de los equipos en las diferentes competiciones. El objetivo del presente estudio fue analizar las diferencias en las relaciones de pases y movimientos realizados entre los equipos Clasificados y No Clasificados para la fase final del Mundial de fútbol de Qatar en 2022.

Método. El diseño del estudio fue descriptivo y retrospectivo. Para ello, se analizaron 64 partidos de fútbol durante la Copa Mundial de la FIFA de Qatar 2022 para evaluar las diferencias en el rendimiento táctico-técnico entre los 32 equipos participantes. Estos equipos se dividieron en dos grupos: aquellos que clasificaron para la fase final (Clasificados; n = 16 equipos), y aquellos que no lo hicieron (No Clasificados; n = 16 equipos). Se incluyeron un total de 1,994 observaciones individuales de 727 futbolistas que compitieron en la Copa Mundial de la FIFA Qatar 2022. Así, se utilizaron Modelos Lineales Mixtos para analizar las diferencias en el rendimiento táctico-técnico entre aquellos equipos que alcanzaron la fase final y aquellos equipos que no lo lograron. Las variables táctico-técnicas se incluyeron como variables dependientes y el tipo de equipo (es decir, Clasificado y No Clasifi-

cado) fue la variable independiente en los modelos estadísticos, la cual se incluyó en el análisis como un efecto fijo. La variable equipo se consideró como efecto aleatorio en el análisis.

Resultados. En general, se encontró que los equipos Clasificados marcaron más goles ($p<.01$) y realizaron más desmarques de apoyo ($p<.05$) que los equipos No Clasificados. Además, con respecto al análisis de las variables táctico-técnicas, se observó que los equipos No Clasificados realizaron un mayor número de balones largos elevados y centros bombeados en comparación con los equipos Clasificados. También se observó que los equipos Clasificados realizaron un mayor número de pases por zonas centrales con las líneas cercanas, mientras que los equipos No Clasificados realizaron pases por zonas laterales con líneas cercanas.

Conclusiones. Los principales hallazgos de este estudio revelan que los equipos que consiguen la clasificación a una fase final de la Copa del Mundo realizan un mayor número de pases entre jugadores de líneas cercanas de juego caracterizado por los desmarques de apoyo, intentando continuar con la posesión del balón. Estos equipos tienen la intención de mover al rival para crear espacios, ofrecer líneas de pase y aumentar la movilidad del equipo. Por el contrario, los equipos que no lograron la clasificación a las fases finales de la Copa Mundial de la FIFA 2022 realizan un menor número de pases, buscando relacionar de manera rápida a su línea de defensa con su línea de delanteros y buscar ocasiones de gol a través de centros al área.

Referencias

Iván-Baragaño, I., Casal, C. A., Maneiro, R., & Losada, J. L. (2024). Comparative study of positioning and technical-tactical indicators between teams of different performance levels in the Qatar 2022 FIFA world cup. *Kinesiology, 56*(1), 101-116. https://doi.org/10.26582/k.56.1.15

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 482-486
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

VENTAJA LOCAL Y CASTIGO CROMÁTICO: SESGOS ARBITRALES EN EL FÚTBOL FEMENINO

José Baurre[1], M. Rocío Bohórquez[2]

[1]Xerez, C. D., [2]Universidad de Sevilla.

psicoselitodeportivo@gmail.com, rociobohorquez@us.es

Introducción. El fútbol femenino ha experimentado un crecimiento exponencial en las últimas décadas, transitando desde la marginalidad hasta convertirse en un fenómeno de masas con un seguimiento mediático y social sin precedentes (Torredabella, 2016). Sin embargo, este desarrollo no ha ido acompañado de un volumen de investigación académica equiparable al del fútbol masculino, persistiendo una notable brecha en el estudio de los factores psicosociales que operan en su contexto. Uno de los actores fundamentales en cualquier encuentro deportivo es la figura del árbitro, cuya función como juez y garante del reglamento le confiere una posición de máxima autoridad. La percepción social sobre esta figura es crucial, ya que puede influir en la dinámica del juego, la respuesta de los jugadores y la reacción del público. Otro factor perceptual de gran interés en el ámbito deportivo es la influencia del color. La teoría del «efecto rojo» (*red-win effect*) postula que el color rojo se asocia con la dominancia, la testosterona y la agresividad, pudiendo conferir una ventaja psicológica a quien lo viste (Hill y Barton, 2005). Estudios han demostrado que los deportistas de rojo son percibidos como más propensos a ganar y que los árbitros pueden, inconscientemente, sesgar sus decisiones a su favor (Hagemann et al., 2008). Aunque la universalidad y la magnitud de este efecto han sido objeto de debate (Sorokowski et al., 2014), el color del uniforme arbitral podría ser una variable relevante en la formación de impresiones, especialmente en la atribución de rasgos como la agresividad o la autoridad. En el análisis de los factores influyentes en el resultado final de una competición, el efecto de jugar de

local (*home advantage*) -entendido como una probabilidad mayor de victoria o mejor rendimiento cuando el equipo compite en su propio entorno- se ha relacionado positivamente con la victoria tanto en deporte masculino (Pollard y Gómez, 2014) como en el femenino (Depken y Globan, 2025). Este fenómeno ha sido atribuido a múltiples factores: el apoyo del público (influyendo en la motivación, presión social y posibles sesgos arbitrales), la familiaridad con el lugar (dimensiones del campo, condiciones, clima), la fatiga y viajes del rival, y la territorialidad psicológica.

Considerando la escasez de literatura científica sobre el arbitraje en el fútbol femenino y la potencial interacción de sesgos de género y efectos perceptuales como el del color, este estudio se plantea como objetivo principal analizar la percepción social de la figura arbitral en el contexto de un partido de fútbol femenino, atendiendo a la influencia del género del árbitro/a, el color de su equipación (rojo vs. negro) y el género de los observadores. Como objetivos específicos, se busca determinar si existen diferencias en la percepción de autoridad, competencia, confianza y agresividad en función de dichas variables.

Las hipótesis de partida fueron:

—H1. Los equipos de fútbol femenino con indumentaria roja o negra recibirán mayor número de sanciones que los equipos con indumentarias de otros colores.

—H2. Los equipos femeninos obtendrán mayor número de victorias jugando de local que de visitante.

Método. La muestra de datos del estudio estuvo conformada por la población de muestras arbitrales de la primera división de la liga española de fútbol femenino de la temporada 2022/2023. La liga estaba compuesta por 16 equipos femeninos y tuvo una duración de 30 jornadas de enfrentamientos entre los equipos. En cada jornada se dieron 8 enfrentamientos, resultando un total de 240 actas a analizar. Los datos se extrajeron de la web de la Real Federación Española de Fútbol durante los meses de marzo y abril de 2024; la veracidad y fiabilidad de la información extraída en lo que a color de la indumentaria se refiere fue comprobada mediante un proceso de volcado y comprobación aleatoria. Se desarrollaron análisis no paramétricos, H de Kruskal Wallis para la primera hipótesis y Chi cuadrado de Pearson para la segunda.

Resultados. En relación con la primera de las hipótesis, los resultados obtenidos mostraron que no existía relación entre el número de tarjetas amarillas recibidas por el equipo y el color de la indumentaria que vestían ($X2(3)=0.73$, $p=.87$, $np2=0.01$). A pesar de que los equipos con indumentaria de color negro presenta-

ron un menor número de tarjetas amarillas (M=1.37; DT=1.08) en comparación con el resto de los equipos (Mrojo=1.69; DT=1.35, Mblanco=1.61; DT=1.27, Mmixto=1.65; DT=1.34), los resultados no fueron significativos. Tampoco se encontraron diferencias significativas cuando la variable analizada fue el número de tarjetas rojas (X2 (3)=0.38, p=.94, np2=0.001). Se ha de comentar que las medias fueron más altas en rojo y negro (Figura 2; Mrojo=0.06; DT=0.28, Mnegro=0.04; DT=0.19) en comparación con los otros colores (Mblanco=0.03; DT=0.18, Mmixto=0.036; DT=0.20). En relación con la segunda de las hipótesis los resultados obtenidos mostraron que no existía relación entre la condición de local o visitante y el resultado deportivo (X2(2, N=480)=4.65, p=.01, V=0.01). El porcentaje de equipos que fueron derrotados y jugaron de local fue de (44.5%) y de visitante (55.5%). Por otro lado, el porcentaje de equipos que empataron y jugaron de local (51%) y de visitante (49%). Por último, el porcentaje de equipos que ganaron y jugaron de local fue de (55.5%) y de visitante (49.8%).

Discusión. Los resultados mostraron que existe una baja potencia en la asociación entre las variables planteadas tanto entre el color de la indumentaria y las sanciones recibidas como entre la condición de local o visitante y el resultado deportivo. El color de la indumentaria roja o negra del equipo parece no tener un efecto en el aumento en las sanciones recibidas por parte del árbitro en comparación con las indumentarias de otros colores. Este resultado es coherente con el encontrado en Patterson (2021) en el análisis de las Copas Mundiales Femeninas de 2011, 2015, 2019 y las Masculinas de 2010, 2014, 2018. En contraposición a los resultados del presente estudio, Frank y Gilovich (1988) mostraron que en jugadas de fútbol donde se manipularon las indumentarias de los jugadores defensivos, los árbitro y estudiantes evaluaron las acciones de los jugadores vestidos de negro con mayor agresividad. Por otro lado, no se encontraron diferencias en función de la ubicación del partido, es decir los equipos obtenían la victoria independientemente de si la condición del juego era de local o de visitante. La ventaja de jugar con condición de local o visitante parece estar demostrada empíricamente en muestras grandes y con cierta consistencia en todos los deportes tanto en deportes individuales como colectivos, categorías femeninas y masculinas, competiciones nacionales e internacionales (Eklund y Tenembaum, 2014). Existen ciertos estudios como el planteado por Clarke y Norman (1995) donde se encontraron resultados dispares; no todos los equipos gozaron de ventaja al jugar como locales en sus partidos. Cada uno de estos respectivos estudios, abordan distintos elementos y variables que podrían estar influyendo en los resultados obtenidos como pueden ser, los largos viajes en yuxtaposición con los viajes cortos, la familiaridad de los estadios y otras variables.

La principal limitación de este trabajo es el tamaño de la muestra, ya que se limita a una sola temporada. Estudios futuros deberían ampliar la muestra para abarcar múltiples temporadas o diferentes ligas para confirmar estos hallazgos. Además, sería valioso incluir análisis más detallados de variables contextuales, como el número de espectadores o la duración de los viajes, que podrían estar enmascarando los efectos esperados. Para comprender mejor los factores que influyen en las decisiones arbitrales, se sugiere investigar con diseños experimentales. Por ejemplo, analizar la percepción de los árbitros en un entorno controlado, utilizando vídeos o simulaciones, podría ayudar a aislar la influencia de variables como el género o el color. Este enfoque podría desentrañar los sesgos implícitos que no se manifiestan en los datos de la competición real. En definitiva, este estudio aporta una perspectiva valiosa sobre la complejidad de los factores psicosociales en el fútbol femenino y abre el camino para una investigación más profunda y rigurosa en este campo.

Conclusiones. Los resultados de este estudio no validan las hipótesis iniciales. No se encontró una relación significativa entre el color de la indumentaria de los equipos y el número de sanciones arbitrales recibidas, ni tampoco se observó una ventaja significativa para los equipos que jugaban como locales. Estos hallazgos contradicen la literatura previa que sugiere efectos como el del «efecto rojo» y la «ventaja de jugar en casa» en otros contextos deportivos. Esto sugiere que, en el fútbol femenino de la Primera División española, estos factores podrían no tener la misma influencia que en otras ligas o deportes.

Referencias

Clarke, S. R., & Norman, J. M. (1995). Home ground advantage of individual clubs in English soccer. *The Statistician, 44*(4), 509 – 521.

Depken, C. A., & Globan, T. (2025). Home field advantage in women's international football. *Zagreb International Review of Economics and Business, 28*(1), 197–217. https://doi.org/10.2478/zireb-2025-0009

Eklund, R. C. & Tenenbaum, G. (2014). E*ncyclopedia of Sport and Exercise Psychology*. SAGE.

Frank, M. G., & Gilovich, T. (1988). The dark side of self- and social perception: Black uniforms and aggression in professional sports. *Journal of Personality and Social Psychology, 54*(1), 74–85.

Hagemann, N., Strauss, B., & Leissing, J. (2008). When the referee sees red. *Psychological Science 19*(8), 769–771. https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02155.x

Hill, R. A., & Barton, R. A. (2005) Red enhances human performance in contests. *Nature, 435,* 293. https://doi.org/10.1038/435293a

Patterson, Z. D. (2021). *Referees seeing red: Uniform color and aggression in team sports* [Tesis doctoral]. Clemson University. https://www.proquest.com/dissertations-theses/referees-seeing-red-uniform-color-aggression-team/docview/2544913088/se-2

Pollard, R., & Gómez, M. A. (2014). Components of home advantage in 157 national soccer leagues worldwide. International *Journal of Sport and Exercise Psychology, 12(*3), 218–233. https://doi.org/10.1080/1612197X.2014.888245

Sorokowski, P., Szmajke, A., Hamamura, T., Jiang, F., & Sorokowska, A. (2014). «Red wins», «black wins» and «blue loses» effects are in the eye of beholder, but they are culturally universal: A cross-cultural analysis of the influence of outfit colours on sports performance. *Polish Psychological Bulletin, 45*(3), 318–325. https://doi.org/10.2478/ppb-2014-0039

Torredadella, X. (2016). Fútbol en femenino. Notas para la construcción de una historia social del deporte femenino en España, 1900-1936. *Investigaciones Feministas, 7(*1), 313-334.

PÓSTERES

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 488-489
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

VALIDACIÓN DE LA *COACH-ATHLETE ATTACHMENT SCALE* EN UNA MUESTRA DE FUTBOLISTAS ESPAÑOLES

Alejandro Magallares[1], María Valls-Barberá[1], Patricia Recio[1] y Louise Davis[2]

[1]Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED), [2]Umeå Universitet

amagallares@psi.uned.es, vallsbarbera@msn.com, reciop@psi.uned.es, louise.davis@umu.se

Introducción. El *Coach-Athlete Attachment Scale* (CAAS) (Davis & Jowett, 2013) se desarrolló en el contexto anglosajón para evaluar el apego de los deportistas hacia su entrenador. Este instrumento (19 ítems) fue diseñado para medir los estilos de apego seguro (5 ítems, p. ej., «Sé que puedo confiar en mi entrenador»), ansioso (7 ítems, p. ej., «Me preocupa no cumplir las expectativas de mi entrenador») y evitativo (7 ítems, p. ej., «No busco consuelo en mi entrenador») en los deportistas. El objetivo de esta investigación fue validar al castellano esta escala (Sp-CAAS).

Método. La muestra (n=301) estuvo compuesta por jugadores de fútbol de una academia de un club español (CD Castellón) (M_{edad} = 15.76, DT=3.61). La muestra incluyó 234 hombres ([77.7%], M_{edad} = 15.18, DT=2.95) y 67 mujeres ([22.3%], M_{edad} = 17.81, DT=4.81).

Del total de 301 participantes, 188 jugadores (62.5%) pertenecían al club principal (hombres = 121 [64.4%], mujeres = 67 [35.6%], M_{edad} = 16.68, DT = 4.07) y 113 (37.5%) eran jugadores del club filial (hombres = 113 [100%], M_{edad} = 14.24, DT = 1.89).

Resultados. Un análisis factorial confirmatorio (CFA) reveló que la estructura trifactorial del Sp-CAAS mostró un buen ajuste (CFI = .977, TLI = .974, RMSEA = .078 y SRMR = .073). Además, la consistencia interna de las tres subescalas (evitativa, ansiosa y segura) del Sp-CAAS exhibió una alta fiabilidad (con valores de entre

.83 y .89). Por otra parte, los coeficientes de correlación intraclase (con valores de entre .79 y .89) indicaron una gran estabilidad temporal o fiabilidad test-retest. Finalmente, las subescalas del Sp-CAAS mostraron correlaciones significativas con la Escala de Satisfacción de las Necesidades Básicas en el Deporte y el Cuestionario de la Relación Entrenador-Atleta ($p < .05$).

Conclusiones. Esta investigación demuestra que la escala Sp-CASS es una herramienta apropiada para medir los estilos de apego de los atletas hispanohablantes. El presente estudio resalta que solo existen diferencias marginales entre las versiones en inglés y español de la CAAS, lo que sugiere que esta escala puede captar los estilos de apego de los deportistas en distintos países.

Referencias

Davis, L., & Jowett, S. (2013). Attachment styles within the coach-athlete dyad: Preliminary investigation and assessment development. *Journal of Clinical Sport Psychology, 7*(2), 120–145. https://doi.org/10.1123/jcsp.7.2.120

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 490-491
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

IMPACTO DE UN PROGRAMA DE ESTIMULACIÓN COGNITIVA DE FUNCIONES EJECUTIVAS PARA REDUCIR LA ANSIEDAD COMPETITIVA DE FUTBOLISTAS INFANTILES

Héctor R. Martínez Menchaca[1] MC, Verónica Morales Sánchez[2] PhD,
Xóchitl Angélica Ortiz Jiménez[1] PhD

[1]*Facultad de Psicología-Facultad de Organización Deportiva. Universidad Autónoma de Nuevo León*
[2]*Universidad de Málaga*

Hector.martinez@louisville.edu, vomorales@uma.es, xochitl.ortizjme@uanl.edu.mx

Introducción. La ansiedad precompetitiva es frecuente en deportistas jóvenes; la presión por rendir y las expectativas incrementan el estrés y deterioran la atención, la toma de decisiones y la ejecución, con impacto negativo en el rendimiento. Las intervenciones psicológicas, en especial el entrenamiento cognitivo, se proponen como estrategias eficaces para regular esta respuesta. El objetivo es comparar el efecto de un programa de entrenamiento cognitivo para disminuir la ansiedad precompetitiva y favorecer el rendimiento, tanto en entrenamiento como en competencia.

Método. Diseño experimental con grupo control y mediciones pre y posintervención en futbolistas de 10 a 14 años, asignados a: (1) Experimental 1: ocho sesiones, dos por semana, de estimulación de funciones ejecutivas; (2) Experimental 2: intervención breve de 10 minutos antes de los partidos; y (3) Control: sin intervención. Se emplearán la Evaluación Cognitiva General (CAB) de *CogniFit* y el CSAI-2R. Las mediciones se realizarán en la semana 1 y en la 5 (competencia).

Resultados. En una prueba piloto (n = 50), quienes realizaron entrenamiento cognitivo reportaron menor ansiedad competitiva que el grupo control. La intervención breve prepartido no mostró diferencias estadísticamente significativas. Se anticipa un efecto dosis-dependiente: reducciones aproximadas del 30% (Grupo 1)

y del 15% (Grupo 2), junto con mejoras en atención y memoria, potencialmente transferibles al rendimiento.

Conclusiones. La estimulación cognitiva emerge como estrategia útil para modular la ansiedad precompetitiva y fortalecer procesos atencionales y mnésicos. Se recomienda ampliar la muestra, optimizar intensidad y duración, y profundizar en los mecanismos que vinculan capacidad cognitiva y ansiedad en contextos competitivos reales.

Referencias

Andrade Fernández E. M., Lois Río G., Arce Fernández C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema, 19*, 150–155.

Campbell, E., Irving, R., Bailey, J., Dilworth, L & Abel, W. (2018). Overview of psychophysiological stress and the implications for junior athletes. *American Journal of Sports Science and Medicine, 6*(3):72-78.

Chang, M. O., Peralta, A. O., & Corcho, O. J. P. de. (2020). Training with cognitive behavioral techniques for the control of precompetitive anxiety. *International Journal of Health & Medical Sciences*, *3*(1), 29-34.

Morales-Sánchez, V., Caballero-Cerbán, M., Postigo-Martín, C., Morillo-Baro, J. P., Hernández- Mendo, A., & Reigal, R. E. (2022). Perceived motivational climate determines self-confidence and precompetitive anxiety in young soccer players: Analysis by gender. *Sustainability, 14*(23), 15673. https://doi.org/10.3390/su142315673

Wilson, M. R., Wood, G., & Vine, S. J. (2009). Anxiety, attentional control, and performance impairment in penalty kicks. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, *31*(6), 761–775. https://doi.org/10.1123/jsep.31.6.761.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 492-495
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PERFIL PSICOLÓGICO DEPORTIVO Y ESTADO DE *FLOW* EN UNA MUESTRA DE FUTBOLISTAS JÓVENES

José A. Domínguez González, Verónica Morales Sánchez, Rafael E. Reigal, Cristian Ruiz Carrera, José Antonio Sepúlveda Peralta, Irene Peñalver Ruiz y Antonio Hernández-Mendo

Universidad de Málaga (España)

mendo@uma.es

Introducción. Las habilidades psicológicas son fundamentales para el éxito y progreso deportivo (Dean et al., 2022). Estas destrezas permiten al deportista una mejor adaptación a los entornos competitivos y determinan conductas más eficaces para estos ambientes con un alto nivel de estrés y ansiedad (Pettersen et al., 2022). Con el objetivo de abarcar un amplio espectro de factores psicológicos que influyen en el rendimiento de los atletas, se concibió el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) (Hernández Mendo, 2006). Este instrumento evalúa diversas facetas, como la autoconfianza, el control de afrontamiento negativo, el control atencional, el control visuoimaginativo, el nivel motivacional, el control de afrontamiento positivo y el control actitudinal. La utilidad de esta herramienta se ha mostrado en diferentes estudios (Reigal et al., 2020; Ríos Garit et al., 2021). Es esencial emplear este tipo de herramientas en deportistas jóvenes, dada la importancia en el rendimiento y la formación de los deportistas. Así, se ha observado que el entrenamiento de habilidades psicológicas implicadas en el rendimiento deportivo debe producirse progresivamente a medida que los deportistas se forman en otros aspectos técnico-tácticos (Sarmento et al., 2018; Tassi et al., 2023). De esta forma, será más probable que el atleta vaya desarrollando herramientas psicológicas que pueda poner en práctica en diferentes situaciones vinculadas a los entrenamientos y la competición (Vélez et al., 2017).

El estado de *Flow* es una experiencia subjetiva que relaciona el nivel de habilidad percibida y el reto que supone la realización de una actividad, posibilitando un estado óptimo para la práctica deportiva (Sánchez Vara et al., 2023). Durante este estado, los atletas sienten una conexión perfecta entre las demandas de la tarea y su capacidad para responder a ellas, experimentando una concentración total y un control absoluto sobre la acción, favoreciendo así el rendimiento deportivo (Goddard et al., 2023; Sánchez Vara et al., 2023). Además, se ha asociado con una mejor experiencia, mayor compromiso con la práctica deportiva y un mayor bienestar (Boudreau et al., 2022). Con el objetivo de abundar en las relaciones ente estos constructos, el propósito de esta investigación fue analizar las relaciones entre las habilidades psicológicas evaluadas por el IPED y la percepción del estado de *flow* en futbolistas, observando específicamente la capacidad predictiva del IPED sobre el estado de *flow*.

Método. Participaron 328 jugadores cadetes y juveniles con edades entre los 14 y 18 años (M= 15.85; DT= 1.44). Todos formaban parte de diferentes equipos de fútbol base de la provincia de Málaga (España), que participaban en ligas deportivas regionales y nacionales, y entrenaban entre tres y cuatro días a la semana durante 90 minutos aproximadamente. Para recoger la información se utilizó el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) y la Escala de Estado de *Flow* (FSS). Se realizaron análisis de correlación (Spearman) y de regresión lineal (por pasos) para explorar las relaciones entre las variables.

Resultados. Los resultados obtenidos en este estudio indicaron que el perfil psicológico deportivo se relacionó de forma positiva con el estado de *flow*. Los análisis de correlación indicaron relación positivas y estadísticamente significativas entre todas las variables, excepto con el factor transformación del sentido del tiempo, cuya relación fue residual (tabla 1). Además, los modelos de regresión lineal ejecutados mostraron que las variables del IPED predecían las puntuaciones de las dimensiones de la escala de estado de *flow*, salvo las dimensiones transformación del sentido del tiempo y experiencia autotélica.

Conclusiones. Se han obtenidos evidencias que relacionan las diferentes habilidades psicológicas evaluadas por el IPED con las dimensiones de la Escala de Estado de *Flow*. Estos resultados indican que los futbolistas que presentan mayores niveles de autoconfianza, control atencional o control actitudinal, entre otros, tienden a experimentar con mayor frecuencia estados de *flow* durante la práctica deportiva. Esto sugiere que el desarrollo de estas destrezas psicológicas (IPED) podría contribuir a una mejor experiencia deportiva y a un incremento del rendimiento en los futbolistas.

Tabla 1. *Matriz de correlaciones*

	Escala de Estado de Flow (FSS)								
	DA	FA	MC	RE	CT	SC	PA	TT	EA
AC (IPED)	.52***	.31***	.45***	.44***	.41***	.45***	.35***	.11*	.29***
CAN (IPED)	.41***	.19***	.39***	.33***	.38***	.38***	.36***	.04	.26***
CAT (IPED)	.33***	.11*	.38***	.28***	.44***	.32***	.24***	.05	.21***
CVI (IPED)	.33***	.25***	.39***	.28***	.31***	.32***	.23***	.10	.26***
NM (IPED)	.39***	.23***	.49***	.41***	.44***	.41***	.21***	.09	.35***
CAP (IPED)	.48***	.31***	.56***	.43***	.54***	.49***	.30***	.04	.37***
CACT (IPED)	.52***	.34***	.58***	.47***	.55***	.52***	.33***	.03	.34***

Nota. AC= Autoconfianza; CAN= Control afrontamiento negativo; CAT= Control atencional; CVI= Control visuo-imaginativo; NM= Nivel motivacional; CAP= Control afrontamiento positivo; CAT= Control actitudinal; DA = Equilibrio entre el desafío y la habilidad; FA = Fusión entre acción y conciencia; MC = Metas claras; RE = Retroalimentación sin ambigüedad; CT = Concentración en la tarea; SC = Sentido de control; PA = Pérdida de la autoconciencia; TT = Transformación del sentido del tiempo; EA = Experiencia autotélica

*p< .05; ***p<.001

Tabla 2. *Modelos de regresión lineal*

	M1: DA (FSS)		M2: FA (FSS)		M3: MC (FSS)		M4: RE (FSS)		M5: CT (FSS)		M6: SC (FSS)		M7: PA (FSS)		M8: TT (FSS)		M9: EA (FSS)	
	R	R^2c	*R*	R^2c	*R*	R^2c	*R*	R^2c	*R*	R^2c	*R*	R^2c	*R*	R^2c	*R*	R^2c	*R*	R^2c
	.59	.33	.38	.12	.62	.37	.52	.27	.61	.38	.56	.32	.45	.20	.19	.04	.35	.12
Pre	*B*	*t*	*B*	*t*	*B*	*t*	*B*	*t*	*B*	*t*	*B*	*t*	*B*	*t*	*B*	*t*	*B*	*t*
AC	.33	3.96***	.17	1.72	.01	.09	.16	1.68	.11	1.36	.05	.62	.37	3.17**	.17	1.25	.11	.99
CAN	.20	2.52*	.12	1.38	.10	1.44	.15	1.78	.04	.57	.16	2.03*	.42	3.95***	.05	.43	.16	1.52
CAT	.01	.18	.19	2.08*	.11	1.56	.01	.07	.24	3.15**	.03	.32	.03	.36	.11	1.05	.04	.34
CVI	.11	1.88	.14	2.13*	.09	1.81	.01	.17	.02	.30	.06	.90	.17	2.11*	.16	1.88	.09	1.07
NM	.09	.99	.06	.63	.27	3.39***	.22	2.30*	.22	2.56*	.09	.98	.07	.06	.04	.28	.21	1.73
CAP	.02	.17	.09	.78	.14	1.46	.03	.21	.21	2.01*	.16	1.45	.08	.05	.06	.41	.22	1.45
CACT	.20	1.86	.24	1.93	.26	2.77**	.33	2.84**	.39	3.88***	.39	3.57***	.06	.44	.14	.92	.16	1.12

Nota. Pre= Predictor; M= Modelo; R^2c= R Cuadrado corregido; B= Beta; AC= Autoconfianza; CAN= Control afrontamiento negativo; CAT= Control atencional; CVI= Control visuo-imaginativo; NM= Nivel motivacional; CAP= Control afrontamiento positivo; CAT= Control actitudinal; DA = Equilibrio entre el desafío y la habilidad; FA = Fusión entre acción y conciencia; MC = Metas claras; RE = Retroalimentación sin ambigüedad; CT = Concentración en la tarea; SC = Sentido de control; PA = Pérdida de la autoconciencia; TT = Transformación del sentido del tiempo; EA = Experiencia autotélica

*p< .05; **p< .01; ***p<.001.

Referencias

Boudreau, P., Mackenzie, S. H., & Hodge, K. (2022). Optimal psychological states in advanced climbers: Antecedents, characteristics, and consequences of flow and clutch states. *Psychology of Sport and Exercise, 60*, 102155. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102155

Dean, F., Kavanagh, E., Wilding, A., y Rees, T. (2022). An examination of the experiences of practitioners delivering sport psychology services within English Premier League soccer academies. *Sports, 10*(4), 60. http://dx.doi.org/10.3390/sports10040060

Goddard, S. G., Stevens, C. J., & Swann, C. (2023). Exploring runners' perspectives of potential strategies for flow interventions. *Journal of Applied Sport Psychology, 35(*5), 455–477. https://doi.org/10.1080/10413200.2022.2046205

Hernández Mendo, A. (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva. Estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte, 15*(1), 71-93.

Pettersen, S. D., Adolfsen, F., & Martinussen, M. (2022). Psychological factors and performance in women's football: A systematic review. Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 32, 161-175. https://doi.org/10.1111/sms.14043

Reigal, R. E., Vázquez-Diz, J. A., Morillo-Baro, J. P., Hernández-Mendo, A., & Morales-Sánchez, V. (2020). Psychological profile, competitive anxiety, moods and self-efficacy in beach handball players. I*nternational Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(2), 241. https://doi.org/10.3390/ijerph17010241

Ríos Garit, J., Pérez Surita, Y., Fuentes Domínguez, E., Soris Moya, Y., & Borges Castellanos, R. (2021). Anxiety and psychological variables of sports performance related to injuries in high-performance sportsmen. *Apunts Medicina de l'Esport, 56*(211), 100358. https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2021.100358

Sánchez Vara, A., Chamorro, J. L., Moreno Castellanos, R., y Alcaraz, S. (2023). Measuring optimal psychological states: Proposal of two brief versions to measure flow and clutch in athletes. *Frontiers in Psychology, 14,* 1066494. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1066494

Sarmento, H., Anguera, M. T., Pereira, A., & Araújo, D. (2018). Talent identification and development in male football: A systematic review. *Sports Medicine, 48,* 907–931. https://doi.org/10.1007/s40279-017-0851-7

Tassi, J. M., López Fajardo, M. Á., Delgado García, J., García Calvo, T., & Garrido Ponce, I. (2023). Attentional focus in team sports: Effects of an intervention program on football players. *European Journal of Human Movement, 50*, 52–61.

Vélez, M., Jiménez-Torres, M. G., Navarrón, E., Godoy-Izquierdo, D., & Ramírez-Molina, M. J. (2017). Implementación de una intervención psicológica en fútbol base, satisfacción subjetiva de los deportistas y experiencias de pasión, competencia percibida y compromiso deportivo en relación con la intención de práctica futura. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 12*(1), 59–69.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 496-499
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ROL MEDIADOR DE LA ORIENTACIÓN MOTIVACIONAL HACIA LA TAREA Y LA DUREZA MENTAL EN LAS RELACIONES ENTRE EL CLIMA *EMPOWERING* Y EL ESTADO DE *FLOW* EN JÓVENES FUTBOLISTAS

José A. Domínguez González[1], Rafael E. Reigal[1], Verónica Morales Sánchez[1], Alicia Victoria Manjarrés Bejarano[2], Susana de los Reyes López[2], Raquel Fernández Cabello[1] y Antonio Hernández-Mendo[1]

[1]Universidad de Málaga (España), [2]Universidad Europea (España)

mendo@uma.es

Introducción. El modelo de clima *empowering-disempowering* (Duda, 2013) considera el clima motivacional como multidimensional y jerárquico, identificando dos tipos: *empowering*, cuando los deportistas experimentan autonomía, apoyo social y satisfacción en la competencia relacionada con la tarea; y *disempowering*, cuando estas necesidades no se satisfacen o la competencia se percibe desde una perspectiva egoísta (Duda y Appleton, 2016). Se ha observado en investigaciones previas que el clima *empowering* desarrollado por los entrenadores está relacionado con la orientación motivacional orientado a la tarea de los deportistas y con el desarrollo de sus habilidades psicológicas de ejecución deportiva (Castillo Jiménez et al., 2022; Domínguez González et al., 2024). Esto se produciría al generarse un contexto más favorable para el aprendizaje y el desarrollo del deportista, se atenderían mejor sus necesidades individuales y se fomentarían relaciones interpersonales más adecuadas para proveer del apoyo necesario al deportista (Domínguez González et al., 2024). Esto, a su vez, estaría vinculado al nivel de estado de *flow*, al ser éste una experiencia subjetiva que relaciona el nivel de habilidad percibida y el reto que supone la realización de una actividad (Sánchez Vara et al., 2023). Así, al incrementarse el aprendizaje y la percepción de competencia, se produciría

una relación positiva con las tareas a desarrollar, viéndose como retos a superar para el que se poseen las habilidades necesarias. En este conjunto de relaciones, se considera clave el desarrollo de la orientación motivacional hacia la tarea y las habilidades psicológicas vinculadas al rendimiento deportivo (Kipp y Bolter, 2024) como elementos condicionantes de las relaciones entre el clima *empowering* con el estado de *flow,* aunque no existen investigaciones que lo hayan comprobado específicamente. Por lo tanto, esta investigación trata de analizar el efecto mediador de la orientación motivacional hacia la tarea y las habilidades psicológicas descritas en el IPED, utilizando un factor global de dureza mental, en las relaciones entre el clima *empowering* y el estado de *flow* en futbolistas.

Método. Participaron 328 jugadores cadetes y juveniles con edades entre los 14 y 18 años (M= 15.85; DT= 1.44). Todos formaban parte de diferentes equipos de fútbol base de la provincia de Málaga (España), que participaban en ligas deportivas regionales y nacionales, y entrenaban entre tres y cuatro días a la semana durante 90 minutos aproximadamente. Para recoger la información se utilizó el Cuestionario de clima *Empowering* y *Disempowering* (Appleton et al., 2016), el Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea (Duda and Nicholls, 1992), el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED) (Hernández-Mendo, 2006) y la Escala de Estado de Flow (FSS) (Jackson y Marsh, 1996). Se empleó un modelo de mediación serial con dos mediadores para explicar estas relaciones.

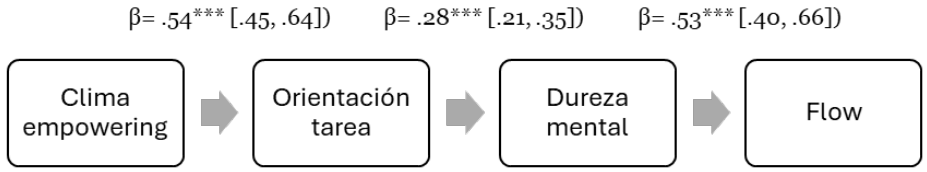
Resultados. Los resultados obtenidos en este estudio mostraron una asociación positiva y estadísticamente significativa entre las variables del modelo (tabla 1). Específicamente, los análisis de mediación indicaron un efecto de mediación total de la orientación motivacional hacia la tarea y la dureza mental en las relaciones entre el clima *empowering* y el estado de flow, dado que el efecto indirecto (β= .25 [.18, .32]) fue mayor que el directo (β= .22 [.12, .31]).

Tabla 1. *Análisis de correlaciones*

	Orientación a la tarea	Dureza mental	Flow
Clima empowering	.520***	.410***	.494***
Orientación a la tarea		.517***	.516***
Dureza mental			.589***

***$p < .001$

Figura 1. *Modelo de mediación serial.*



Efectos indirectos:
Ind1 (β= .09 [.04, .16]): Clima empowering -> Orientación tarea -> Flow
Ind2 (β= .07 [.02, .13]): Clima empowering -> Dureza mental -> Flow
Ind3 (β= .08 [.05, .12]): Clima empowering -> Orientación tarea -> Dureza mental -> Flow

***$p < .001$

Conclusiones. Los resultados mostraron un efecto de mediación total de la orientación motivacional hacia la tarea y la dureza mental en las relaciones entre el clima *empowering* y el estado de *flow*. Los resultados sugieren que el clima *empowering* creado por el entrenador se asociaría al estado de *flow* de los futbolistas, entre otros factores, por la asociación con la motivación orientada a la tarea y a las habilidades psicológicas descritas en el cuestionario IPED.

Referencias

Castillo Jiménez, N., López-Walle, J. M., Tomás, I., Tristán, J., Duda, J. L., & Balaguer, I. (2022). Empowering and disempowering motivational climates, mediating psychological processes, and future intentions of sport participation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *19*(2), 896. https://doi.org/10.3390/ijerph19020896

Domínguez González, J. A., Sánchez García, C., Morales Sánchez, V., Hernández Mendo, A., & Reigal Garrido, R. E. (2024). Empowering and disempowering climate generated by coaches is associated with negative coping control and attentional control in football players: The mediating role of self-confidence and competitive anxiety. International *Journal of Sports Science & Coaching, 19(*6), 2249-2260. https://doi.org/10.1177/17479541241269 31

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*(4), 311-318. https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414

Duda, J. L., & Appleton, P. R. (2016). Empowering and disempowering coaching cli-

mates: conceptualization, measurement considerations, and intervention implications. En M. Raab, P. Wylleman, R. Seiler, A.-M. Elbe, & A. Hatzigeorgiadis (Eds.), *Sport and Exercise Psychology Research: From theory to practice* (pp. 373–388). Elsevier. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-803634-1.00017-0

Duda J. L. & Nicholls J. G. (1992) Dimensions of achievement motivation in schoolwork and sport. *Journal of Educational Psychology, 84*(3), 290–299. https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.290

Hernández-Mendo, A. (2006). Un cuestionario para la evaluación psicológica de la ejecución deportiva: estudio complementario entre TCT y TRI. *Revista de Psicología del Deporte, 15,* 71-93.

Jackson, S. A., & Marsh, H. (1996). Development and validation of a scale to measure optimal experience: The Flow State Scale. *Journal of Sport & Exercise Psychology, 18,* 17-35. https://doi.org/10.1123/jsep.18.1.17

Kipp, L. E., & Bolter, N. D. (2024). Motivational climate dimensions predict youth soccer players' psychosocial well-being over time. *Psychology of Sport and Exercise, 70,* 102518. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102518

Sánchez Vara, A., Chamorro, J. L., Moreno Castellanos, R., & Alcaraz, S. (2023). Measuring optimal psychological states: Proposal of two brief versions to measure flow and clutch in athletes. *Frontiers in Psychology, 14,* 1066494. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1066494

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 500-501
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PERFIL PSICOLÓGICO, ANSIEDAD PRECOMPETITIVA Y PERFIL DECISIONAL EN UNA MUESTRA DE JUGADORAS DE FÚTBOL SALA

David Tomé-Lourido[1], Constantino Arce[2], Dolores Ponte[2], M. José Sampedro[2], Carla Gómez[2] y Sabela Ferrás[2]

[1]*UNIR,* [2]*Universidade de Santiago de Compostela*

dtomelourido@hotmail.com, constantino.arce@usc.gal, dolores.ponte@usc.gal, mariajose.sampedro@usc.gal

Introducción. Este estudio se plantea con el objetivo de establecer el perfil psicológico, decisional y ansiógeno en una muestra de jugadoras de fútbol sala femenino, explorando los cambios que pueden ocurrir en función de la experiencia deportiva, la cantidad de entrenamiento y el nivel de competición.

Método. Participaron 182 jugadoras de fútbol sala (edad media=25,67, D.T.=5,65), con una experiencia media jugando al futsal de 13,72 años. El perfil psicológico se estudió mediante la adaptación española del *Test of Performance Strategies* (TOPS-3; Tomé-Lourido et al., 2018), la ansiedad competitiva estado y autoconfianza se evaluó a través del *Inventario de Ansiedad Competitiva* (CSAI-2R; Andrade et al., 2007) y el perfil decisional se exploró con el *Cuestionario de Estilo Decisional en el Deporte* (CEDT; Ruiz y Graupera, 1998).

Resultados. Las jugadoras de fútsal poseen un perfil psicológico similar al que caracteriza a los deportistas de modalidades técnico-tácticas, destacando como fortalezas la Activación y Control Atencional. Sin embargo, su perfil decisional se aleja del **óptimo** debido a las altas puntuaciones alcanzadas en el componente de Ansiedad y Agobio al Decidir (AAD), ansiedad que también se manifiesta en niveles moderados en el componente de Ansiedad Cognitiva. Estos perfiles se optimizan con la experiencia y el éxito en el deporte, ampliándose la cantidad de fortalezas psicológicas,

disminuyendo los niveles de ansiedad cognitiva y/o somática, y aproximándose el perfil decisional al **óptimo** al disminuir sus puntuaciones en el componente AAD.

Conclusiones. Los perfiles explorados no son inmutables, sino que se optimizan con la experiencia y éxito deportivo. Aunque los resultados obtenidos son similares a los encontrados en otros estudios con muestras mixtas y que practicaban deportes englobados en la misma categoría que el futsal -modalidad técnico-táctica- (Tomé-Lourido, 2018), los perfiles de las jugadoras son algo más débiles, lo que podría reflejar una desigualdad debida al género (Aliendre y Contrera, 2019) por lo que consideramos de gran importancia que en las investigaciones se incluya esta variable -género- de forma que se pueda comprobar si los perfiles son diferenciales y si el aumento de la experiencia, del nivel de competición y de las horas de entrenamiento, promueven cambios similares en ambos grupos de deportistas.

Referencias

Aliendre, C. R., & Contrera, M. (2019). La discriminación de género en el deporte. El caso del fútbol femenino. *ScientiAmericana*, *6*(2), 81-90.

Andrade, E., Río, G., & Arce, C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del *Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R* en deportistas. *Psicothema*, *19*, 150-155.

Ruiz, L., Graupera, J., & Navarro, F. (1998). *Construcción, análisis psicométrico y tipificación de un cuestionario de estilos de tomas de decisión en el deporte*. CARID.

Tomé-Lourido, D., Arce, C., & Ponte, D. (2018). Adaptation of the Test of Performance Strategies Competition Subscale to Spanish. *Psicothema, 30*(1), 123-129.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2025, pp. 502-503
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PERFIL PSICOLÓGICO, ANSIEDAD PRECOMPETITIVA Y PERFIL DECISIONAL EN UNA MUESTRA DE ENTRENADORES DE FÚTBOL SALA

David Tomé-Lourido[1], Dolores Ponte[2], Constantino Arce[2], M. José Sampedro[2], Mateo Vázquez[2] y Sabela Ferrás[2]

[1]UNIR, [2]Universidade de Santiago de Compostela

dtomelourido@hotmail.com, dolores.ponte@usc.gal, constantino.arce@usc.gal, mariajose.sampedro@usc.gal

Introducción. La figura del entrenador en el fútbol sala es fundamental para el rendimiento del equipo, actuando como líder, estratega y gestor emocional e influyendo directamente en el desempeño individual y colectivo. Por ello, estudiar las habilidades psicológicas, el manejo de la ansiedad y el proceso decisional de los entrenadores es crucial, ya que su desempeño no solo afecta su propio bienestar, sino que el resultado final de una competición puede venir determinado por dichas características; así, un entrenador con buenas habilidades psicológicas puede gestionar mejor la presión, comunicarse eficazmente con sus jugadores y tomar decisiones estratégicas más acertadas en momentos clave.

Método. Participaron 35 entrenadores de la Federación Gallega (edad media=31,09, D.T.=10,71). Las habilidades psicológicas se estudiaron mediante la adaptación española del *Test of Performance Strategies* (TOPS-3; Tomé-Lourido et al., 2018), la evaluación de la ansiedad competitiva estado y autoconfianza se realizó a través del *Inventario de Ansiedad Competitiva* (CDAI-2R; Andrade et al., 2007) y el proceso decisional se exploró con el *Cuestionario de Estilo Decisional en el Deporte* (CEDT; Ruiz y Graupera, 1998).

Resultados. Las fortalezas psicológicas que caracterizan el perfil decisional se concentran en: Control emocional (EC), Control atencional (AT), Activación (AC) y Es-

tablecimiento de objetivos (GS), variando estas dos **últimas** en función de las horas de entrenamiento. Por lo que respecta a la ansiedad cognitiva y a la ansiedad somática sus niveles se encontrarían en torno a la media, mientras que la autoconfianza alcanza puntuaciones elevadas que mejoran con la categoría o nivel de competición. Por último, el perfil decisional encontrado se caracteriza por: puntuaciones altas en Compromiso con el Aprendizaje Decisional, moderadas en Competencia Decisional Percibida y bajas en Ansiedad y Agobio al Decidir.

Conclusiones. Los resultados indican que la muestra de entrenadores posee unas habilidades de control óptimas, se consideran capaces de regular satisfactoriamente sus niveles de *arousal* y fijar adecuadamente las metas que quieren alcanzar; además, consideran que tienen bien adquiridas las rutinas necesarias para el desempeño de su labor deportiva. Estas características contribuyen a que el entrenador pueda crear el clima motivacional adecuado, fomentar la cohesión grupal y tomar decisiones tácticas que podrían marcar la diferencia en situaciones de alta presión. En definitiva, su impacto trasciende lo técnico y lo táctico, siendo clave en la preparación mental y emocional del equipo.

Referencias

Andrade, E., Río, G., & Arce, C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, *19*(1), 150-155.

Ruiz, L., Graupera, J. y Navarro, F. (1998). *Construcción, análisis psicométrico y tipificación de un cuestionario de estilos de toma de decisión en el deporte*. CARID.

Tomé-Lourido, D., Arce, C. y Ponte, D. (2018). Adaptation of the Test of Performance Strategies Competition Subscale to Spanish. *Psicothema, 30*(1), 123-129.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 504-506
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ESTUDIO DE LA TÁCTICA DEL PORTERO DE FÚTBOL ANTE LOS LANZAMIENTOS DE PENALTIS EN EL MUNDIAL DE CATAR 2022

Yarisel Quiñones Rodríguez[1], Susana de los Reyes López[2], Irene Peñalver Ruiz[3], Diego Alejandro Arvizu Lozoya[4]

[1]Universidad de Granada, [2]Escuela Universitaria del Real Madrid, Universidad Europea, [3]Universidad de Málaga, [4]Universidad Autónoma de Nuevo León, México

yquignones_l@ugr.es, Susana.delosreyes@universidadeuropea.es, ipenalver80@gmail.com, diego.arvizul@uanl.edu.mx

Introducción. El portero de fútbol debe concebirse como un jugador con un rol único dentro de la estructura del juego. En cada encuentro es una figura clave en la protección de la portería y en la respuesta a los ataques rivales. Esta valoración se constata en los lanzamientos y tandas de penaltis. En cada encuentro, el portero se convierte en una figura clave en la protección de la portería y en la respuesta a los ataques rivales. Numeras competiciones importantes, incluyendo las finales de la Copa del Mundo 2006 y 2022, las finales de la Liga de Campeones de 2005, 2008, 2012 y 2016 se han decidido mediante tanda de penaltis. El estudio de Furley et al. (2017) constataron la importancia de tener una táctica propia en estas acciones de lanzamientos en fútbol. Para analizar esta valoración, la metodología observacional se presenta como un importante procedimiento para el estudio de vídeos en entrenamientos y competición. En la última década, muestra un crecimiento exponencial en investigaciones en el ámbito del deporte (Anguera y Hernández-Mendo, 2013, 2014; Morillo Baro y Hernández-Mendo, 2015; Vázquez-Diz, et al., 2019). La utilización del análisis de coordenadas polares es de gran importancia para mostrar las relaciones entre las diferentes conductas que conforman un instrumento observacional. Es una técnica analítica muy potente que incide en el análisis de la complejidad. El objetivo del estudio fue examinar los patrones de conducta y las interacciones técnico-tácticas de los porteros durante la ejecución de penaltis en el Mundial de Fútbol de Qatar 2022, a través del análisis de coordenadas polares.

Método. La herramienta fue diseñada ad hoc con un diseño observacional nomotético, de seguimiento y multidimensional. La conforman 12 criterios y 79 categorías. Para validar el instrumento de observación se realizó un análisis de calidad del dato y un análisis de generalizabilidad. Se seleccionaron seis equipos participantes en la Copa Mundial de Qatar 2022. Los partidos observados fueron, Países Bajos vs. Argentina, Arabia Saudí vs. Argentina, Brasil vs. Croacia, Argentina vs. Croacia y Argentina vs. Francia. Se seleccionaron cuatro conductas focales del portero: permanecer estático, realizar saltos en el centro de la portería, efectuar pequeños desplazamientos laterales y combinar dos o más tácticas. El análisis se llevó a cabo con ocho partidos del Mundial de Catar 2022, considerando significativos aquellos vectores con un módulo ≥1.96.

Resultados. El análisis de coordenadas polares, realizado con el software HOISAN, permitió identificar las relaciones significativas de las cuatro conductas focales seleccionadas (el portero se vence antes de tiempo, colocación del portero, el portero realiza pequeños desplazamientos laterales, combinación de dos o más tácticas) y el resto de las categorías de la herramienta de observación. Los resultados identificaron a la combinación de diferentes tácticas como la estrategia que ofrece mayor probabilidad de éxito frente a los lanzamientos de penalti, aportando información relevante para la toma de decisiones y el entrenamiento específico de los porteros desde una perspectiva psicológica y conductual.

Figura 1. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal el portero se vence antes de tiempo*

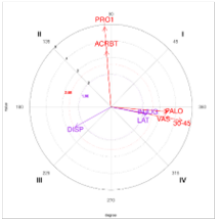


Figura 2. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal colocación del portero*

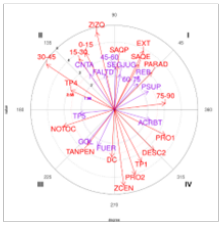


Figura 3. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal el portero realiza pequeños desplazamientos laterales*

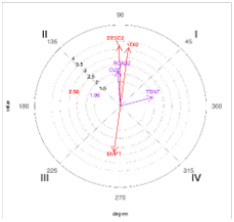
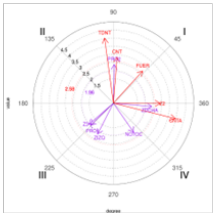


Figura 4. *Gráfico de coordenadas polares de la conducta focal combinación de dos o más tácticas*



Conclusiones. Los resultados del estudio permiten estudiar las diferentes tácticas que mayormente utilizan los porteros de élite ante los lanzamientos de penaltis. Del análisis realizado no queda definida ninguna táctica que garantice, al portero, poder detener el penalti con total seguridad. Se constataron algunas conductas o movimientos previos que podrían facilitar la tarea de detener un penalti por parte del portero. Las tácticas más efectivas o que presentan mayor probabilidad de éxito para el guardameta son la combinación de utilizar dos o más tácticas y pequeños desplazamientos laterales.

Referencias

Anguera, M. T., & Hernández-Mendo, A. (2013). La metodología observacional en el ámbito del deporte. E-balonmano.com: *Revista de Ciencias del Deporte 9*(3), 135-160. http://ojs.e-balonmano.com/index.php/revista/article/view/139.

Anguera, M. T., & Hernández-Mendo, A. (2014). Metodología observacional y psicología del deporte: estado de la cuestión. *Revista de Psicología del Deporte, 23*(1), 103-109.

Furley, P., Noël, B., & Memmert, D. (2017). Attention towards the goalkeeper and distraction during penalty shootouts in association football: a retrospective analysis of penalty shootouts from 1984 to 2012. *Journal of Sports Sciences, 35*(9), 873–879. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1195912.

Morillo Baro, J. P., & Hernández-Mendo, A. (2015). Análisis de la calidad del dato de un instrumento para la observación del ataque en balonmano playa. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 10*(1), 15-22.

Vázquez-Diz, J. A., Morillo-Baro, J. P., Reigal, R. E., Morales-Sánchez, V., & Hernández-Mendo, A. (2019). Mixed methods in decision-making through polar coordinate technique: Differences by gender on beach handball specialist. *Frontiers in Psychology*, *10*, 1627. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.01627

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 507-508
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LIDERAZGO TRANSFORMACIONAL DE ENTRENADORES Y COMPROMISO DEPORTIVO EN FUTBOLISTAS ADOLESCENTES ARGENTINOS

Celsi, Ignacio[1,2], Corti, Juan Facundo[1,2], Castro, Martina[3], Raimundi, María Julia[1,3,4], González Hernández, Juan[5] y Álvarez, Octavio[6]

[1]Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET), Argentina, [2]Instituto de investigaciones, Facultad de Psicología, Universidad de Buenos Aires, Argentina , [3]Facultad de Psicología y Relaciones Humanas, Universidad Abierta Interamericana, Argentina, [4]Instituto de Psicología Básica, Aplicada y Tecnología (IPSIBAT), Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina, [5]Facultad de Psicología, Universidad de Granada, España, [6]Facultad de Psicología y Logopedia, Universitat de València

ignaciocelsi@conicet.gov.ar, jfcorti@psi.uba.ar, martinacastropsi@gmail.com, juliaraimundi@mdp.edu.ar, jgonzalez@ugr.es, octavio.alvarez@uv.es

Introducción. El liderazgo transformacional asumido por los entrenadores es destacado por sus consecuencias favorables en las experiencias personales y de equipo que vivencian los deportistas. El compromiso deportivo, entendido como una experiencia positiva persistente caracterizada por la confianza, dedicación, vigor y entusiasmo por la práctica deportiva, representa un indicador clave de desarrollo positivo en la adolescencia. Este estudio explora la relación entre la percepción del liderazgo transformacional de entrenadores y el compromiso deportivo en futbolistas adolescentes.

Método. Participaron 186 adolescentes (M_{edad}=15.90, *DT*=1.36, 87% varones) que competían en equipos de fútbol federados en el Área Metropolitana de Buenos Aires, Argentina. Se utilizó el *Cuestionario de Liderazgo Transformacional para Entrenadores* (TCQ) y el *Cuestionario de Compromiso Deportivo* (AEQ).

Resultados. Mediante análisis de correlación, se encontraron asociaciones positivas entre las conductas de liderazgo transformacional del entrenador y las dimensiones del compromiso deportivo.

Conclusiones. Estos resultados aportan evidencia sobre cómo un entrenador transformacional puede contribuir a la calidad y continuidad de la experiencia deportiva juvenil, en un país como Argentina donde el fútbol no solo representa una identidad colectiva, sino que además se ofrece como uno de los ámbitos de socialización deportiva más frecuente.

Referencias

Álvarez, O., Tomás, I., Estevan, I., Molina-García, J., Queralt, A., & Castillo, I. (2018). Assessing teacher leadership in physical education: The Spanish version of the transformational teaching questionnaire. *Anales de Psicología, 34*(2), 405–411. https://doi.org/10.6018/analesps.34.2.291711

Lawrason, S., Turnnidge, J., & Côté, J. (2020). Coaching behaviors and team constructs in youth sport: A transformational leadership perspective. En M. W. Bruner, M. A. Eys, & L. J. Martin (Eds.), *The Power of Groups in Youth Sport* (pp. 49–71). Academic Press. https://doi.org/10.1016/B978-0-12-816336-8.00004-4

Observatorio de la Deuda Social Argentina. (2022). *Encuesta sobre Deporte y Actividad Física en Niños, Niñas y Adolescentes 2022.* https://www.argentina.gob.ar/turismoydeportes/observatorio-social-del-deporte/encuesta-sobre-deporte-y-actividad-fisica-en-ninos

Raimundi, M. J., Celsi, I., Pérez-Gaido, M., Schmidt, V., Castillo, I., & Alvarez, O. (2024). Engagement in youth athletes as a positive experience in sport: Implications of gender, age, and competitive level. *European Journal of Investigation in Health, Psychology, and Education, 14,* 1597-1613. https://doi.org/10.3390/ejihpe14060106

Vella, S. A., Oades, L. G., & Crowe, T. P. (2013). The relationship between coach leadership, the coach–athlete relationship, team success, and the positive developmental experiences of adolescent soccer players. *Physical Education and Sport Pedagogy, 18*(5), 549–561. https://doi.org/10.1080/17408989.2012.726976

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 509-514
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

INSQUADS. FORMANDO ENTRENADORES PARA MEJORAR LA INCLUSIÓN SOCIAL DE MIGRANTES A TRAVÉS DEL FÚTBOL

M Rocío Bohórquez[1], Jesús Fernández-Gavira[1], Cristina De Francisco[1], Alejandro Lara-Bocanegra[2]

[1]Universidad de Sevilla, [2]Universidad Loyola Andalucía

rociobohorquez@us.es, jesusfgavira@us.es, cdefrancisco@us.es, alara@uloyola.es

Introducción. La formación de entrenadores deportivos y trabajadores sociales es crucial para facilitar la inserción social de migrantes a través del deporte. Esta colaboración interdisciplinaria crea un entorno de apoyo que va más allá de la mera actividad física, abordando las complejas necesidades psicosociales y culturales de la población migrante.

Los entrenadores deportivos, cuando están adecuadamente formados, se convierten en catalizadores de la inclusión social. Su formación debe ir más allá de las técnicas deportivas, abarcando la sensibilidad cultural, la comunicación intercultural y la mediación de conflictos. Como señalan Spaaij et al. (2018) en su estudio «*Sport for Development and Peace*», los programas de entrenamiento que integran estas competencias permiten a los entrenadores crear entornos seguros y acogedores para los migrantes. Estos profesionales no solo enseñan reglas, sino que fomentan el desarrollo de habilidades sociales, el sentido de pertenencia y la resiliencia. El deporte se convierte así en un «terreno de juego» donde se pueden superar barreras lingüísticas y culturales, promoviendo la cohesión social de manera efectiva.

El papel de los trabajadores sociales es vital para abordar los desafíos sistémicos que enfrentan los migrantes. Su formación especializada en gestión de casos, derechos humanos y acceso a servicios les permite identificar y conectar a los participantes con recursos esenciales. La investigación de Nicholson et al.

(2019) sobre la integración de refugiados a través del deporte destaca cómo los trabajadores sociales colaboran con los entrenadores para ofrecer asistencia legal, apoyo psicológico y orientación laboral. Esta colaboración asegura que la participación en el deporte no sea una solución aislada, sino parte de un proceso integral que conduce a una integración sostenible y significativa. El deporte abre la puerta a la interacción, y los trabajadores sociales aseguran que esa interacción se traduzca en oportunidades reales para una vida mejor.

La combinación de ambos perfiles profesionales crea una sinergia poderosa. Mientras el entrenador fomenta la inclusión a nivel interpersonal y el desarrollo de habilidades blandas, el trabajador social se encarga de la inclusión a nivel estructural, garantizando el acceso a los servicios y la superación de obstáculos burocráticos. Esta cooperación holística, respaldada por la literatura científica, es la clave para que el deporte sea un verdadero vehículo de inserción social. La unión de la experiencia práctica del entrenador con el conocimiento especializado del trabajador social maximiza el impacto de los programas, transformando la vida de los migrantes y fortaleciendo a las comunidades de acogida.

Así, el programa de formación para entrenadores de fútbol de desarrollado en el marco del proyecto internacional *InSquads* —financiado por Erasmus+— se diseñó para promover la inclusión de menores en riesgo de exclusión a través del deporte, con un enfoque en los valores cívicos. La evaluación de necesidades realizada en los cuatro países participantes (España, Dinamarca, Polonia y Serbia) reveló desigualdades significativas en el acceso a recursos deportivos y de salud mental, especialmente en zonas rurales y entre comunidades migrantes. Por ello, y tras identificar el fútbol como una herramienta clave para la inclusión social, se diseñó una capacitación específica para técnicos deportivos con 4 módulos: (i) metodologías integradoras, (ii) entrenar habilidades sociales a través del fútbol, (iii) potenciar una autoestima sana en deporte, y (iv) entrenar resiliencia en fútbol base.

Método. *Participantes:* El curso de formación europeo *In-Squads* ha reunido a un grupo diverso de participantes (22 hombres y 14 mujeres) provenientes de varios países, cada uno con su propio perfil de participación en términos de género y profesión. En España, la participación se ha centrado principalmente en entrenadores y trabajadores sociales; desde la Federación de Fútbol de Murcia, han asistido cinco hombres en calidad de entrenadores. Por otro lado, la Asociación Columbares ha contribuido con tres mujeres que desempeñan el rol de trabajadoras sociales, destacando la presencia femenina en este ámbito.

En Polonia, la representación ha sido mixta en términos de género entre los entrenadores del *Klub Sportowy Beniaminek 03*, con cuatro hombres y una mujer

participando. Además, el municipio de Poviat ha aportado un notable grupo de siete mujeres que trabajan como trabajadoras sociales, subrayando una fuerte presencia femenina en este sector.

La delegación serbia ha estado compuesta por participantes del *Fudbalski Klub Nacional* y el *Club for Youth Empowerment* 018. Cinco hombres han participado como entrenadores, mientras que el ámbito de trabajo social ha estado representado por dos hombres y una mujer, mostrando un equilibrio más cercano entre géneros en este último campo.

Desde Dinamarca, la *University of Southern Denmark* ha enviado tanto entrenadores como trabajadores sociales. En el grupo de entrenadores, participaron cuatro hombres y una mujer. En cuanto a los trabajadores sociales, la participación incluyó a dos hombres y una mujer, reflejando una diversidad de género en ambas profesiones.

Programa de formación: La formación constó de un módulo introductorio y cinco módulos temáticos (inclusión social, metodología de trabajo en fútbol, habilidades sociales, autoestima y resiliencia), con un total de 40 horas (4 ECTS), combinando teoría y práctica en una plataforma virtual. Los participantes avanzaron de manera autónoma, realizaron tareas aplicadas y obtuvieron un certificado final.

Cada módulo incluyó apartados de conceptos clave, desarrollo teórico, lecturas, bibliografía y anexos con materiales prácticos. Además, incorporaba cuestionarios que promovían la reflexión crítica sobre la exclusión social, el deporte como herramienta inclusiva, el fomento de habilidades sociales y la autoestima en jóvenes en riesgo. Se presentaron metodologías innovadoras como el Modelo de Educación Deportiva, *Teaching Games For Understanding, SportNet* y Football3, junto a ejemplos de buenas prácticas europeas.

El fútbol se plantea como un medio educativo y de integración, siempre que se gestione adecuadamente, favoreciendo relaciones positivas, superación de estereotipos y continuidad de programas. Las estrategias propuestas buscan capacitar a profesionales para crear entornos inclusivos y sostenibles, fomentar la autonomía, potenciar habilidades sociales y promover una autoestima saludable en menores vulnerables. Así, el curso promovió herramientas para trabajar con jóvenes en riesgo y contribuir a su desarrollo personal y social.

Resultados. A continuación, se presentan los principales resultados de las evaluaciones iniciales y finales por países. En España, las puntuaciones globales en el curso oscilaron entre 9.4 y 9.8. Las trabajadoras sociales femeninas mostraron un desempeño consistentemente alto en todas las evaluaciones, alcanzando puntuaciones perfectas en varios módulos. Las entrenadoras mantuvieron una puntuación

constante de 10 en todas las evaluaciones, lo que indicó un desempeño excepcional y constante a lo largo del curso. Los entrenadores masculinos tuvieron puntuaciones mas variables, con un promedio total del curso de 8.4.

En Polonia las trabajadoras sociales mostraron una puntuación total de 9.6, destacándose como uno de los roles con mejor desempeño en dicho país. Las puntuaciones en el curso total de los entrenadores hombres variaron entre 8.4 y 8.8, mostrando un desempeño relativamente estable pero no tan alto como otros roles. Por su parte, las entrenadoras mujeres obtuvieron una puntuación total de 7.4, lo que indica un área de mejora en comparación con otros roles.

En Serbia, las trabajadoras sociales mostraron puntuaciones totales de 8.4 y 9.4, reflejando un buen desempeño general, aunque con cierta variabilidad entre participantes. Para los entrenadores -todos ellos hombres-hombres, las puntuaciones totales oscilaron entre 7.0 y 8.8, indicando una variabilidad significativa en el desempeño.

En Dinamarca las puntuaciones de los entrenadores oscilaron entre el 9.4 y el 6.2, con una gran variabilidad entre participantes.

El análisis revela que las trabajadoras sociales femeninas tienden a obtener puntuaciones más altas en comparación con otros roles en la mayoría de los países. Las entrenadoras femeninas en España destacan por sus puntuaciones perfectas, lo que sugiere un alto nivel de competencia en este grupo. Los entrenadores masculinos muestran una mayor variabilidad en sus resultados, lo que podría indicar diferencias en la formación o experiencia previa. La falta de datos en Dinamarca impide un análisis exhaustivo, pero los resultados disponibles son prometedores. Se ha realizado un análisis detallado del tiempo empleado por los participantes en las distintas evaluaciones. Este análisis nos ofrece una visión clara de la dedicación temporal requerida para completar cada sección del curso, proporcionando así una base para futuras mejoras en la planificación y estructuración del contenido. A continuación, se presenta un desglose del tiempo promedio dedicado a cada evaluación:

a) Tarea de Evaluación Inicial: Los participantes dedicaron un promedio de 39 minutos a completar esta evaluación preliminar. Este tiempo refleja el esfuerzo necesario para establecer un punto de partida sólido que permita medir el progreso a lo largo del curso.

b) Cuestionario del Módulo 1: La evaluación correspondiente al primer módulo del curso tomó aproximadamente 6 minutos en completarse. Este breve tiempo sugiere que el contenido del módulo fue asimilado de manera eficaz, permitiendo a los participantes responder con rapidez y confianza.

c) Cuestionario del Módulo 2: Para este módulo, los participantes emplearon alrededor de 10 minutos. Este incremento en el tiempo puede indicar una mayor complejidad en el material presentado o un enfoque más detallado en el cuestionario.

d) Cuestionario del Módulo 3: La evaluación del tercer módulo requirió un promedio de 8 minutos. Este tiempo es indicativo de una comprensión eficiente del contenido, manteniendo un equilibrio entre la dificultad del material y la capacidad de respuesta de los participantes.

e) Cuestionario del Módulo 4: El tiempo dedicado a esta evaluación fue de aproximadamente 7 minutos. La estabilidad en el tiempo de respuesta sugiere que los participantes continuaron demostrando una buena comprensión del material del curso.

f) Cuestionario del Módulo 5: La última evaluación del curso demandó un promedio de 12 minutos para su finalización. Este aumento en el tiempo puede reflejar la complejidad acumulativa del curso o la necesidad de una reflexión más profunda sobre los temas abordados.

En resumen, el análisis del tiempo dedicado a las evaluaciones revela una tendencia general de eficiencia en la comprensión y respuesta de los participantes a lo largo del curso. Estos datos son esenciales para identificar áreas donde el contenido podría ser ajustado para optimizar el aprendizaje y asegurar que los participantes puedan manejar el material con confianza y eficacia. Este informe servirá como guía para futuras iteraciones del curso, ayudando a mejorar la experiencia educativa y los resultados de aprendizaje.

Conclusiones. El curso de formación ha supuesto un esfuerzo significativo en la promoción de la inclusión social a través del deporte. Este programa ha reunido a un grupo diverso de participantes de varios países europeos, cada uno con su propio perfil en términos de género y profesión, lo que ha enriquecido el proceso de aprendizaje y ha proporcionado una perspectiva amplia sobre las prácticas inclusivas en el deporte.

El curso *In-Squads* ha sido exitoso en su objetivo de capacitar a profesionales para trabajar con niños en situaciones vulnerables, promoviendo la inclusión social a través del deporte. Sin embargo, el análisis revela áreas de mejora, particularmente en la inclusión de género en los roles de entrenadores y en la evaluación del tiempo dedicado a las tareas y evaluaciones.

Para futuras iteraciones del curso, se recomienda considerar la implementación de herramientas de seguimiento más precisas dentro de la plataforma para

proporcionar datos más exactos sobre el tiempo real dedicado a cada tarea. Además, sería beneficioso fomentar una mayor participación femenina en los roles de entrenadores y continuar apoyando la representación de hombres en el ámbito del trabajo social.

Referencias

Nicholson, M., Hoye, R., & Houlihan, B. (2019). Sport, social inclusion and the integration of refugees. *International Review for the Sociology of Sport, 54*(5), 580-598. doi:10.1177/1012690217737353

Parr, N., & O'Brien, W. (2020). The role of social workers in sports-based interventions for migrant integration. *Journal of Social Inclusion, 11*(2), 1-15.

Spaaij, R., Oxford, S., & Jeanes, R. (2018). *Sport for Development and Peace: A critical sociology.* Routledge.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 515-517
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

LOS EFECTOS DE LA ELABORACIÓN Y LA AUTOVALIDACIÓN DE LA AUTOHABLA SOBRE EL RENDIMIENTO FÍSICO DE FUTBOLISTAS

Rafael Mateos y Javier Horcajo

Universidad Autónoma de Madrid

rafael.mateos@uam.es, javier.horcajo@uam.es

Introducción. La investigación sobre la autohabla ha mostrado que lo que los deportistas se dicen a sí mismos puede influir en su rendimiento. No obstante, las investigaciones actuales tienden a centrarse en preguntas de «segunda generación», como cuándo o para quién se producen los efectos de la autohabla, buscando encontrar, por ejemplo, posibles moderadores de los efectos de la autohabla sobre el rendimiento. Además, la autohabla puede entenderse como un proceso de autopersuasión, lo que permite su análisis desde los marcos teóricos del Modelo de Probabilidad de Elaboración (ELM; Estudio 1) y la Teoría de la Autovalidación (SVT; Estudio 2). Así, este trabajo examina cómo una autohabla estratégica y motivacional —diferenciada también según la valencia de su contenido (positiva o negativa)— influye en el rendimiento físico de futbolistas en función de distintas variables y procesos psicológicos.

Objetivos. El objetivo principal del Estudio 1 fue analizar el papel moderador de la necesidad de cognición (NC; i.e., tendencia a involucrarse y disfrutar en actividades que requieren esfuerzo cognitivo) sobre la relación entre la autohabla (i.e., positiva vs. negativa) y el rendimiento físico en futbolistas. Por otro lado, el objetivo principal del Estudio 2 fue analizar el papel moderador de la postura corporal durante la autohabla (i.e., erguida vs. encorvada) sobre la relación entre la autohabla (i.e., positiva vs. negativa) y el rendimiento físico en futbolistas.

Hipótesis. En el Estudio 1, de acuerdo con el ELM, esperábamos que el impacto de la autohabla (positiva vs. negativa) sobre el rendimiento físico fuese mayor cuanto mayor fuera la NC de los futbolistas, es decir, cuando elaborasen y reflexionasen más al generar e implementar su autohabla. Por otro lado, en el Estudio 2, de acuerdo con la SVT, hipotetizamos que los efectos de la autohabla (positiva vs. negativa) sobre el rendimiento físico serían mayores para los futbolistas en la condición de postura erguida (validación) que para los futbolistas en la condición de postura encorvada (invalidación).

Estudio 1. En el estudio participaron 126 futbolistas federados. Se consideraron como variables independientes la autohabla, diferenciada entre positiva y negativa, y la necesidad de cognición, entendida como una variable continua. La variable dependiente fue el salto vertical, medido en centímetros en dos momentos, pre y post.

Resultados. En el Estudio 1, los resultados mostraron que, de acuerdo con el ELM, el impacto de la autohabla en el rendimiento físico (i.e., salto vertical) fue mayor cuanto mayor fue la NC de los jugadores, es decir, cuando elaboraban y reflexionaban más al generar e implementar sus verbalizaciones. Entre los futbolistas con alta NC, obtuvieron mejores resultados con autohabla positiva que con negativa. En cambio, entre los futbolistas con baja NC, no se observaron diferencias significativas.

Estudio 2. En el segundo estudio participaron 120 futbolistas federados. Las variables independientes fueron la autohabla, diferenciada entre positiva y negativa, y la postura corporal durante la autohabla, que se clasificó como erguida o encorvada. La variable dependiente fue el slalom, medido en segundos en dos momentos, pre y post.

Resultados. El Estudio 2 analizó la autovalidación de la autohabla mediante la postura corporal. Tal como predice la SVT, el rendimiento físico (i.e., prueba de slalom) fue mayor cuando los futbolistas mantenían una postura erguida (i.e., validación) al verbalizar autohabla positiva (en comparación con autohabla negativa). En contraste, entre quienes adoptaron una postura encorvada (i.e., invalidación), no se encontraron diferencias significativas entre autohabla positiva y negativa.

Conclusiones. En conclusión, más allá del contenido de la autohabla de los futbolistas, es fundamental considerar el grado de reflexión invertido en su creación y aplicación, así como la percepción de validez de las verbalizaciones, la cual puede estar influida por el hecho de adoptar una postura corporal más asociada a confianza (e.g., postura erguida) o a duda (e.g., postura encorvada). Por tanto, los procesos y variables aquí analizados (e.g., NC, postura corporal) pueden ayudar a entender

y explicar cuándo o para quién una determinada autohabla tendrá un impacto real en el rendimiento físico posterior, lo que reviste claras implicaciones prácticas para futbolistas, entrenadores y psicólogos del deporte.

Referencias

Los estudios descritos en este resumen han sido publicados previamente en:

Estudio 1: Horcajo, J., & Mateos, R. (2024). The effects of positive versus negative self-talk on vertical jump in soccer players: the moderating role of need for cognition. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, *46*(2), 73–83. https://doi.org/10.1123/jsep.2023-0079

Estudio 2: Horcajo, J., Mateos, R., & Tannion, K. (2024). The interplay between self-talk and body posture on physical performance: Analyzing a moderated serial multiple mediation model. *Psychology of Sport and Exercise*, *70*. 102534. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102534

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 518-519
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PERFIL PSICOLÓGICO, ANSIÓGENO Y NIVELES DE AGRESIÓN EN UNA MUESTRA DE JUGADORES/AS DE FÚTBOL

Sabela Ferrás[1], Dolores Ponte[1], David Tomé-Lourido[2], Constantino Arce[1] y M. José Sampedro[1]

[1]Universidade de Santiago de Compostela, [2]UNIR

dolores.ponte@usc.gal, dtomelourido@hotmail.com, constantino.arce@usc.gal, mariajose.sampedro@usc.gal

Introducción. Este estudio se plantea con el propósito de establecer los perfiles psicológicos y ansiógenos, así como los niveles de agresividad en una muestra de jugadores/as de fútbol, explorando los cambios que pueden ocurrir en función de la experiencia deportiva y el nivel de competición de los/as futbolistas. Además, se analizan las relaciones que ocurren entre los componentes de dichos perfiles y los niveles de agresividad.

Método. Participaron 40 futbolistas con edades comprendidas entre los 17 y los 35 años (M= 22,7; D.T.= 4), de los cuales 9 eran mujeres y 31 eran hombres con una experiencia deportiva media de 11,82 años y compitiendo en distintos niveles. El perfil psicológico se estableció mediante el *Test of Performance Strategies* (TOPS-3; Tomé-Lourido et al., 2018), el perfil ansiógeno mediante el Inventario de Ansiedad Competitiva (Andrade et al., 2007) y las conductas agresivas se exploraron con la versión corta del *Agresión Questionnaire* (AQ; Andreu Rodríguez et al., 2002).

Resultados. Las fortalezas psicológicas se concentran en las habilidades de control emocional, automaticidad, activación y control atencional que se optimizan con la experiencia y el éxito de los jugadores. Por lo que respecta a la ansiedad, se han encontrado niveles de ansiedad cognitiva medio altos y una autoconfianza media alta, mejorando los niveles de autoconfianza con la experiencia deportiva. Por otra parte, los niveles encontrados en el Cuestionario de Agresividad arrojan puntuaciones moderadas sin que ocurran cambios ni con la experiencia ni con el

nivel de competición. Por último, se han encontrado correlaciones significativas entre algunos de los componentes de los constructos estudiados.

Conclusiones. Se han encontrado perfiles psicológicos diferenciados en función de la experiencia y del éxito deportivo. Los/as futbolistas con trayectorias más prolongadas y exitosas presentan mayor estabilidad emocional, mejor control atencional y un uso más eficaz de estrategias psicológicas como el autodiálogo o la visualización. Además, aunque presentan niveles de ansiedad y autoconfianza moderados, parece que una mayor experiencia favorece la autoconfianza y reduce la ansiedad somática. Por otra parte, los futbolistas con mayores niveles de ansiedad -especialmente somática-muestran peores habilidades de autorregulación emocional y atencional y tienden a generar pensamientos autocríticos o catastróficos. En conjunto, los resultados obtenidos, aunque preliminares, sugieren que, no solo es importante entrenar los aspectos técnicos, tácticos y físicos, sino que el entrenamiento psicológico también resulta importante para mejorar el rendimiento de los jugadores y prevenir comportamientos disruptivos favoreciendo un afrontamiento emocional más eficaz.

Referencias

Andrade, E., Río, G., & Arce, C. (2007). Propiedades psicométricas de la versión española del Inventario de Ansiedad Competitiva CSAI-2R en deportistas. *Psicothema*, *19*, 150-155.

Andreu Rodríguez, J. M., Peña Fernández, M. E., & Graña Gómez, J. L. (2002). Adaptación psicométrica de la versión española del Cuestionario de Agresión. *Psicothema, 14,* 476-482.

Tomé-Lourido, D., Arce, C., & Ponte, D. (2018). Adaptation of the Test of Performance Strategies Competition Subscale to Spanish. *Psicothema, 30*(1), 123-129

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 520-521
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

REGULACIÓN MOTIVACIONAL Y MOTIVOS PARA LA PRÁCTICA DEPORTIVA EN FUTBOLISTAS FEDERADOS: UN ANÁLISIS DIFERENCIAL

Ariana Nicolás[1], M. José Sampedro[1], David Tomé-Lourido[2], Constantino Arce[1], Dolores Ponte[1] y Sabela Ferrás[1]

[1]Universidade de Santiago de Compostela, [2]UNIR

mariajose.sampedro@usc.gal, dtomelourido@hotmail.com, constantino.arce@usc.gal, dolores.ponte@usc.gal

Introducción. La motivación representa un componente esencial en el ámbito deportivo, especialmente en disciplinas como el fútbol, donde las exigencias físicas, técnicas, tácticas y emocionales requieren una implicación sostenida en el tiempo. Así, es fundamental comprender qué impulsa a los futbolistas a entrenar y competir, y cómo regulan dicha motivación, este conocimiento permitirá establecer programas de entrenamiento que consigan mejorar no solo su rendimiento, sino también su bienestar psicológico y su adherencia a la práctica deportiva. Disponer de información actualizada de su perfil motivacional puede contribuir al diseño de intervenciones eficaces para prevenir el abandono, reducir el agotamiento psicológico y optimizar el compromiso deportivo.

Método. Participaron 40 futbolistas (edad media=22,7, D.T.=4). La regulación motivacional se midió a través del *Cuestionario de Regulación de la Conducta en el Ejercicio* (González Cutre et al., 2010). Para explorar los motivos de la práctica deportiva se utilizó la *Escala de Medida de los Motivos para la Actividad Física-Revisada* (Moreno et al., 2007).

Resultados. Los futbolistas que participaron en este estudio presentan puntuaciones elevadas en las formas de regulación más autónomas: intrínseca, integrada

e identificada, sobre todo en quienes tienen mayor experiencia, compiten a nivel autonómico o nacional o entrenan con mayor frecuencia. Este perfil de regulación motivacional se ve reforzado por los resultados obtenidos en cuanto a los motivos para la realización de actividad física ya que los más valorados fueron la diversión, la salud y la competencia, seguidos por el motivo social y finalmente la apariencia. Estos resultados indican que la práctica deportiva se sostiene fundamentalmente por razones intrínsecas, funcionales y personales más que por presiones externas o preocupaciones estéticas.

Conclusiones. En conjunto, los resultados obtenidos indican la presencia de un perfil fundamentalmente autodeterminado y adaptativo, caracterizado por motivaciones intrínsecas que están orientadas al bienestar y rendimiento personal, especialmente en quienes tienen mayor experiencia, compiten a nivel autonómico o nacional o entrenan con mayor frecuencia. Estos resultados están en línea con los presupuestos de la Teoría de la Autodeterminación (Deci y Ryan, 2000) desde la que se propone que la satisfacción de las necesidades de autonomía, competencia y relación social favorecen una motivación más saludable y sostenible en el tiempo.

Referencias

González, D., Sicilia, Á., & Fernández, A. (2010). Hacia una mayor comprensión de la motivación en el ejercicio físico: medición de la regulación integrada en el contexto español. *Psicothema*, *22*(4), 841–847.

Moreno Murcia, J. A., Cervelló, E., & Martínez, A. (2007). Validación de la Escala de Medida de los Motivos para la Actividad Física-Revisada en españoles: diferencias por motivos de participación. *Anales de Psicología, 23*(1), 167-176.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 522-523
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

IMPACTO DE FACTORES PSICOLÓGICOS EN LA COHESIÓN Y TOMA DE DECISIONES EN EQUIPOS DE FÚTBOL SALA

Salvador Pérez Ruiz[1], Juan Jesús Martínez Oller[1], Sofía Carceller del Castillo[1], Juan González Hernández[2]

[1]Universidad Europea de Madrid, [2]Universidad de Granada

salva2908.spr@gmail.com, juanjemo21@gmail.com, jgonzalez@ugr.es

El presente trabajo tiene como objetivo analizar cómo las variables psicológicas influyen en la toma de decisiones dentro de equipos de fútbol sala. Las variables clave a medir incluyen la cohesión grupal, los comportamientos prosociales y el perfeccionismo. La cohesión grupal, entendida como el grado de unidad y sentido de pertenencia entre los miembros del equipo, se espera que favorezca un ambiente colaborativo que mejore la toma de decisiones en situaciones de presión. Los comportamientos prosociales, como la cooperación y el apoyo mutuo, son esenciales para la creación de un clima emocionalmente positivo que facilite decisiones acertadas. Por otro lado, el perfeccionismo, asociado con la rigidez mental, podría dificultar la adaptación y limitar la efectividad de las decisiones.

La muestra estará compuesta aproximadamente por 150 participantes, jugadores de equipos de fútbol sala de categorías territorial y nacional. Se han aplicado cuestionarios de cohesión grupal, perfeccionismo y toma de decisiones. Aquellos jugadores con mayores niveles de cohesión grupal y comportamientos prosociales presentarán una menor ansiedad y mayor competencia para tomar decisiones deportivas. A su vez, se anticipa que un perfil perfeccionista interfiere negativamente en la percepción de la cohesión grupal y en la toma de decisiones.

Referencias

Carlo, G., & Randall, B. A. (2002). The development of a measure of prosocial behaviors for late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence, 31*(1), 31-44. https://doi.org/10.1023/A:1014033032440

Carron, A.V. (1982). Cohesiveness in sport groups: Interpretations and considerations. *Journal of Sport Psychology, 4,* 123-128.

Carron, A.V., & Eys, M.A. (2012). *Group Dynamics in Sport* (4th ed.). Fitness Information Technology.

Hewitt, P. L., Flett, G. L., Sherry, S. B., Habke, M., Parkin, M., Lam, R. W., McMurtry, B., Ediger, E., Fairlie, P., & Stein, M. B. (2003). The interpersonal expression of perfection: Perfectionistic self-presentation and psychological distress. *Journal of Personality and Social Psychology, 84(*6), 1303-1325. https://doi.org/10.1037/0022-3514.84.6.1303

Leo-Marcos, F. M., González-Ponce, I., Sánchez-Oliva, D., Pulido, J. J., & García-Calvo, T. (2015). Adaptation and validation in Spanish of the Group Environment Questionnaire (GEQ) with professional football players. *Psicothema, 27*(3), 261-268.

Mestre, M. V., Carlo, G., Samper, P., Tur-Porcar, A. M., & Mestre, A. L. (2015). Psychometric evidence of a multidimensional measure of prosocial behaviors for Spanish adolescents. *Journal of Genetic Psychology, 176*(4), 260-271. https://doi.org/10.1080/00221325.2015.1052726

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 524-525
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DIFERENCIAS EN LA PERCEPCIÓN DE JÓVENES FUTBOLISTAS DEL CLIMA MOTIVACIONAL CREADO POR EL ENTRENADOR EN DOS MOMENTOS DE LA TEMPORADA

Amparo Fernández-Machado, Natalia Martínez-González, Alba Carrillo-Marín, Andrés Tudela-Desantes, Francisco Atienza-González

Unidad de Investigación de Psicología del Deporte (UIPD), Universitat de València

amparofdezmac@gmail.com, natalia.martinez@uv.es, alba_cm5@hotmail.com, andres.tudela@uv.es, francisco.l.atienza@uv.es

Introducción. En el marco de las teorías contemporáneas de la motivación, los estudios han reportado que a medida que avanza la temporada deportiva se dan cambios en los climas motivacionales que crean los entrenadores en sus equipos, observándose que éstos suelen recurrir a un estilo más controlador (Smith et al., 2016). Se considera que estos cambios pueden deberse a la presión de la competición y a que el entrenador trata de influir «erróneamente» en el resultado del partido. A la base del modelo de climas *empowering/disempowering* (Duda, 2013), el objetivo de este estudio fue explorar si existían diferencias significativas entre el clima motivacional *empowering* y *disempowering* percibido por los jugadores al inicio de la temporada deportiva y al final de la misma.

Método. Los participantes fueron 462 jugadoras y jugadores de fútbol base [M = 14.32; DT = 1.21] de edades comprendidas entre 12 y 19 años que completaron un cuestionario al inicio y final de la temporada deportiva.

Instrumentos: Clima motivacional percibido creado por el entrenador: Versión reducida del *Cuestionario de Climas Motivacionales Empowering y Disempowering para Entrenadores* (EDMCQC-R; Atienza-González et al., 2024). El cuestionario está compuesto por 15 ítems (9 ítems para clima *empowering* y 6 ítems para clima *disempowering*).

Resultados. Los resultados mostraron diferencias significativas entre la percepción del clima motivacional al inicio de la temporada y al final de la misma, indicando que este último era significativamente menos *empowering* [$t_{(461)}$=9.26; p<.001] y más *disempowering* [t(461)=-9.27; p<.001] que el inicial. Los valores de *d* de Cohen indicaron que los tamaños del efecto fueron moderados, aunque ligeramente por debajo del umbral de un efecto mediano (.50).

Conclusiones. Este estudio aporta evidencia sobre la tendencia de los entrenadores a utilizar, a medida que avanza la temporada, menos apoyo a la autonomía y a la relación y crear menos climas de implicación a la tarea mientras que aumentan las conductas controladoras y la creación de climas de implicación en el ego. Estos hallazgos ponen de manifiesto la necesidad de estrategias que ayuden a los entrenadores a mantener climas motivacionales adaptativos a lo largo de toda la temporada.

Referencias

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of empowering coaching: How the stage was set for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*(4), 311-318. https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414

González-García, L. (2014). *La teoría de las necesidades psicológicas básicas en jugadores de fútbol base: un estudio desde diferentes aproximaciones metodológicas* [Tesis doctoral]. Universitat de València. RODERIC. http://hdl.handle.net/10550/41095_

Smith, N., Quested, E., Appleton, P. R., & Duda, J. L. (2016). Observing the coach-created motivational environment across training and competition in youth sport. *Journal of Sports Sciences, 35*(2), 149-158. https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1159714

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 526-528
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ANÁLISIS DIFERENCIAL Y COMBINADO DE LA PERCEPCIÓN DE JÓVENES FUTBOLISTAS DEL CLIMA MOTIVACIONAL CREADO POR ENTRENADORES, PARES Y PADRES SOBRE LAS ORIENTACIONES DISPOSICIONALES DE META DE LOS FUTBOLISTAS

Alba Carrillo-Marín[1], Natalia Martínez-González[1], Amparo Fernández-Machado[1], Luis Ródenas[2], Francisco Atienza-González[1]

[1]Unidad de Investigación de Psicología del Deporte (UIPD), Universitat de València, [2]Universidad Autónoma de Nuevo León

alba_cm5@hotmail.com, natalia.martinez@uw.es, amparofdezmac@gmail.com, luis.rodenascn@uanl.edu.mx, francisco.l.atienza@uw.es

Introducción. El modelo jerárquico y multidimensional del clima motivacional (Duda, 2013) postula que el clima percibido por el deportista influye en sus orientaciones disposicionales de meta. La Teoría de las metas de logro (AGT) (Ames, 1992; Nicholls, 1989) postula que los deportistas orientados a la tarea se sienten competentes al mejorar y adquirir maestría a través del esfuerzo, mientras que los orientados al ego basan su competencia en demostrar ser mejores que los demás. El objetivo de este estudio es explorar la relación entre los climas motivacionales *empowering* y *disempowering* creados por entrenadores, compañeros de equipo y padres, sobre la orientación a la tarea y la orientación al ego de jóvenes jugadores de fútbol.

Método. En el estudio participaron 569 jugadoras y jugadores de fútbol base (M=14.32; DT=1.21) de edades comprendidas entre 12 y 19 años los cuales cumplimentaron los cuestionarios del estudio al inicio de la temporada deportiva.

Los instrumentos empleados fueron: *Versión reducida del Cuestionario de Climas Motivacionales Empowering y Disempowering para Entrenadores*

(EDMCQC-R; Atienza-González et al., 2024); *Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering creado por el padre y la madre* (EDMCQF/M; Martínez-González et al., 2024); *Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering creado por los iguales* (EDMCQF/P; González-García et al., 2024); *Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte* (TEOSQ; Duda, 1989) en su versión castellana (Balaguer, Castillo y Tomás, 1996).

Resultados. Al analizar de manera independiente la relación de cada clima con las orientaciones disposicionales, se encontraron relaciones significativas tanto para el clima *empowering* como para el clima *disempowering* para cada uno de los agentes sociales (entrenador, pares y padres). Al analizar los climas creados por los distintos agentes de manera conjunta, se encontró que: (a) en climas *empowering*, la contribución del clima de los pares sobre la orientación a la tarea se redujo drásticamente, perdiendo significación estadística; (b) en climas *disempowering*, el clima creado por los padres perdió su significación sobre la orientación al ego de los jugadores.

Conclusiones. En este estudio se destaca la importancia de analizar de forma conjunta la relación de los climas motivacionales creados por los distintos agentes sociales, para predecir las orientaciones de meta de los jóvenes futbolistas.

Referencias

Ames, C. (1992). Classrooms: Goals, structures, and student motivation. *Journal of Educational Psychology, 84,* 261–271. https://doi.org/10.1037/0022-0663.84.3.261

Atienza-González, F. L., González-García, L., Carrillo-Marín, A., Fernández-Machado, A., & Balaguer, I. (2024). Validación psicométrica de la versión reducida del cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering–Entrenador (EDMCQC-R) [póster]. En *9.º Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte*, Vigo, España.

Balaguer, I., Castillo, I., & Tomás, I. (1996). Análisis de las propiedades psicométricas del Cuestionario de Orientación al Ego y a la Tarea en el Deporte (TEOSQ) en su traducción al castellano. *Psicológica, 17,* 71-81.

Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of empowering coaching: How the stage was set for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology, 11*(4), 311–318. https://doi.org/10.1080/1612197X.2013.839414

González-García, L., Atiénzar, M. A., Carrillo-Marín, A., Fabra, P., & Tudela-Desantes, A. (2024). Construcción y validación psicométrica del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering para Iguales (EDMCQP) [póster]. En *9.º Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte*, Vigo, España.

Martínez-González, N., Atienza-González, F. L., Fernández-Machado, A., Morales, V., & Tudela-Desantes, A. (2024). Desarrollo y validación del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering creado por el padre y la madre (EDMCQF/M) de jóvenes deportistas. [póster]. En *9.º Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte*, Vigo, España.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 529-531
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EL DESARROLLO DE HABILIDADES SOCIOEMOCIONALES A TRAVÉS DEL DEPORTE EN CONTEXTOS DESFAVORECIDOS: ESTUDIO CON NIÑOS Y JÓVENES INTEGRADOS EN EL PROYECTO SCIENCE4ACTIVAR

João Rocha[1,2], António Sampaio[1], Pedro Teques[1,3], Joana Carreiro[4] y Daniel Duarte[1,3]

[1]N2i, Núcleo de Investigação do Instituto Politécnico da Maia, Instituto Politécnico da Maia, Maia, Portugal, [2]Talentos de Campeão, [3]Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, CIDESD, Universidade da Maia, Maia, Portugal, [4]Universidade da Maia

dfduarte@ipmaia.pt

Introducción. Este proyecto pretende aportar valor científico mediante la evaluación de la metodología aplicada en un programa de desarrollo de habilidades, analizando el impacto de la intervención en los niveles psicosocial y motor de niños/jóvenes de entornos vulnerables (10-15 años). Las habilidades socioemocionales, de naturaleza multidimensional, abarcan habilidades intra e interpersonales esenciales para el bienestar, la empatía y la toma de decisiones responsable (Domitrovich et al., 2017; Weissberg et al., 2015). Se identificaron los siguientes problemas sociales en los niños/jóvenes intervenidos: (1) Abandono escolar temprano; (2) Sendentarismo; (3) Falta de hábitos y estilos de vida saludables; y (4) Exclusión social. Esta investigación surge de la intervención realizada por el proyecto social «ATIVAR+» en 7 Empresas Sociales de VN Gaia: Avintes, Canelas, Canidelo, Olival, Perosinho, Serzedo y Valadares. Los objetivos de este documento son (1) Caracterizar las competencias socioemocionales de 50 niños y jóvenes (entre 10 y 15 años) que viven en contextos vulnerables en Vila Nova de Gaia, y (2) verificar la evolución de dichas competencias socioemocionales a lo largo de un período de seis meses de intervención regular con los niños y jóvenes.

Método. Este estudio contó con 50 participantes (32 hombres y 18 mujeres) de edades comprendidas entre los 10 y los 15 años, que se sometieron a una evaluación inicial (física y psicoemocional) y a otras dos en el transcurso de la intervención. Aquí sólo se muestran los dos primeros momentos de evaluación. Para el análisis socioemocional se utilizó el Cuestionario de Habilidades Sociales y Emocionales (CES) validado por la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico (OCDE). La metodología sigue la validación de Castro et al. (2023), que demostró la eficacia del instrumento en contextos socialmente desfavorecidos. Este cuestionario se compone de seis dimensiones: Optimismo, Resiliencia, Persistencia, Resistencia al estrés, Confianza y Empatía. Cada dimensión incluye un conjunto de 8 preguntas que se evalúan en una escala Linkert de 1 a 5: 1-»Totalmente en desacuerdo», 2-»En desacuerdo», 3-»Ni de acuerdo ni en desacuerdo», 4-»De acuerdo» y 5-»Totalmente de acuerdo». La recogida de datos se realizó en cada una de las Empresas Sociales, disponiendo de una sala para ello y siempre con la presencia de un miembro del equipo de investigación. El cuestionario se completó en 10-15 minutos.

Resultados. Para evaluar el impacto de la intervención en seis dimensiones psicosociales -optimismo, resiliencia, persistencia, resistencia al estrés, empatía y confianza- se realizaron pruebas t para muestras emparejadas con una muestra de 50 participantes. Se observó un ligero aumento de la media de optimismo entre antes (M=3,92) y después de la intervención (M=4,04). Sin embargo, esta diferencia no fue estadísticamente significativa ($t_{(49)}$=- 1,364, p=0,179), y el tamaño del efecto fue pequeño (d de Cohen=-,193). Del mismo modo, se produjo un pequeño aumento de la resiliencia (M=3,44 a M=3,57), que tampoco fue estadísticamente significativo ($t_{(49)}$=-1,380, p=0,174; d=-,195). En cuanto a la persistencia, los resultados indicaron una diferencia media modesta (M=3,65 a M=3,74), que no fue significativa (p=0,337), con un tamaño del efecto pequeño (d=-,137). La resistencia al estrés prácticamente no varió (diferencia de medias=0,0025), con valores muy próximos en ambos momentos (M=2,91), no significativos (p=.983) y con un efecto nulo (d=.003). La empatía mostró una variación mínima (M=3,68 a M=3,69), sin evidencia de un efecto significativo (p=.926; d=-.013). La única dimensión que mostró un cambio estadísticamente significativo fue la confianza, que aumentó de M=3,54 en la preprueba a M=3,76 en la posprueba. Esta diferencia fue marginalmente significativa ($t_{(49)}$=-2,008, p=0,050) y estuvo acompañada de un tamaño del efecto entre pequeño y moderado (d de Cohen=-,284), con un intervalo de confianza inferior a cero. La implementación del aprendizaje social y emocional mejora las competencias socioemocionales de los alumnos/participantes (Ahmed et al., 2020). Varios

estudios también refuerzan una relación positiva entre el nível de actividad física y algunas variables emocionales (Laborde et al., 2016). Uno de los posibles factores que puede haber contribuido a este resultado es la creación de una estrecha relación entre los profesores y los jóvenes participantes. Este vínculo puede haberse visto favorecido por el hecho de que las actividades regulares fueron dirigidas en su mayoría por los mismos dos profesores, lo que permitió el desarrollo de una relación de continuidad y confianza mutua.

Conclusiones. Hubo una mejora general en los componentes analizados (a excepción de la resistencia al estrés), con un aumento estadísticamente significativo en la Confianza. Se puede concluir que las actividades deportivas tuvieron un impacto positivo en la confianza de los niños y jóvenes en un contexto de vulnerabilidad social en Vila Nova de Gaia, reforzando su potencial para promover las competencias socioemocionales.

Referencias

Ahmed, I., Hamzah, A. B., & Abdullah, M. N. L. Y. (2020). Effect of Social and Emotional Learning Approach on Students' Social-Emotional Competence. *International Journal of Instruction, 13*(4), 663-676. https://doi.org/10.29333/iji.2020.13441a

Castro, J., Barata, C., Colaço, C., & Alexandre, J. (2023). Validação da versão portuguesa do questionário de competências sociais e emocionais para crianças e jovens. *Frontiers in Psychology, 14, 1214032. https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1214032*

Domitrovich, C. E., Syvertsen, A. K., & Calin, S. S. (2017). *Promoting social and emotional learning in the middle and high school years.* Edna Bennett Pierce Prevention Research Center, The Pennsylvania State University.

Henriques-Neto, D., Minderico, C., Peralta, M., Marques, A., & Sardinha, L.B. (2020) Test–retest reliability of physical fitness tests among young athletes: The FITescola® battery. *International Journal of Environmental Research and Public Health, 17*(11), 4047. https://doi.org/10.1111/cpf.12624

Laborde, S., Dosseville, F., & Allen, M. (2016). Emotional intelligence in sport and exercise: A systematic review. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports, 26*(8), 862–874. https://doi.org/10.1111/sms.12510

Weissberg, R. P., Durlak, J. A., Domitrovich, C. E., & Gullotta, T. P. (Eds.). (2015). *Handbook of social and emotional learning: Research and practice*. Guilford Press.

TALLERES

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 533-534
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DEPÓRVIDA: UN PROGRAMA DE INTERVENCIÓN PARA LA MEJORA DEL CARÁCTER DE JÓVENES FUTBOLISTAS

Elkin A. Flórez Domínguez[1], Laura Mella Boullón[1], Seydiba Mendes[1], David Tomé-Lourido[2]

[1]Real Club Deportivo de La Coruña S. A. D., [2]UNIR

elkin.florez@rcdeportivo.es, david.tome@unir.net

Introducción. En los últimos años se han implementado diversos programas de intervención con el objetivo de mejorar la calidad de vida de los deportistas jóvenes, especialmente de aquellos que residen en centros de formación de clubes profesionales y se encuentran alejados de sus familias. En este contexto, se desarrolló un programa de intervención basado en la psicología positiva denominado DÉPORVIDA, cuyo propósito es potenciar las fortalezas del carácter en jóvenes futbolistas.

Método. Para evaluar la eficacia del programa, se llevó a cabo una intervención de ocho semanas con la participación de 28 jóvenes futbolistas pertenecientes a un club profesional español. El programa se fundamentó en un enfoque centrado en las fortalezas del modelo *Values in Action* (VIA) y fue implementado por personal del club con formación académica en ciencias del comportamiento y de la educación. El análisis de los datos se realizó mediante ANOVAs de diseño mixto 2 × 2 (intervención × tiempo).

Resultados. Los resultados mostraron patrones diferenciados entre el grupo de intervención y el grupo control en variables como la satisfacción con el rendimiento durante la temporada y el porcentaje de tiempo en que los participantes se sentían felices o infelices. Estos cambios se produjeron de manera consistente en la dirección esperada para los deportistas que participaron en el programa.
Conclusiones. En conjunto, los resultados obtenidos sugieren que el programa DÉPORVIDA constituye una herramienta eficaz para promover el desarrollo positivo

y el bienestar psicológico en deportistas jóvenes. La intervención basada en el fortalecimiento de las fortalezas del carácter parece contribuir a mejoras relevantes en la percepción del rendimiento deportivo y en los niveles de bienestar subjetivo, aspectos clave en contextos de formación deportiva de alto nivel. Asimismo, el hecho de que el programa haya sido implementado por personal del propio club con formación académica refuerza su viabilidad y aplicabilidad en entornos profesionales. Estos hallazgos respaldan la utilidad de las intervenciones fundamentadas en la psicología positiva como estrategias complementarias para favorecer no solo el rendimiento, sino también la calidad de vida y el desarrollo integral de jóvenes deportistas.

Referencias

Côté, J., & Hancock, D. J. (2016). Evidence-based policies for youth sport programmes. *International Journal of Sport Policy and Politics*, *8*(1), 51-65. https://doi.org/10.1080/19406940.2014.919338

Littlewood, M., Mullen, C., & Richardson, D. (2011). Football labour migration: An examination of the player recruitment strategies of the 'big five' European football leagues 2004–5 to 2008–9. *Soccer & Society, 12*(6), 788–805. https://doi.org/10.1080/14660970.2011.609680

Ng, V., Cao, M., Marsh, H. W., Tay, L., & Seligman, M. E. P. (2017). The factor structure of the Values in Action Inventory of Strengths (VIA-IS): An item-level exploratory structural equation modeling (ESEM) bifactor analysis. *Psychological Assessment, 29(8), 1053–1058.* https://doi.org/10.1037/pas0000396

Tomé-Lourido, D., Flórez-Domínguez, E. A., Fraga-García, L., Salanova, M., Sors, F., & Murgia, M. (2022). DÉPORVIDA: A character strengths positive intervention among young soccer players. *Sport Sciences for Health*, 1*8(3), 807–821.* https://doi.org/10.1007/s11332-021-00859-z

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 535-536
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

PSICOLOGÍA DE LA TRANSICIÓN A LA ÉLITE EN FÚTBOL: ABORDAJE APLICADO DEL MIEDO AL ÉXITO

Santiago Rivera

Centro Excelentia

santiago@centroexcelentia.com

Introducción. El miedo al éxito se ha descrito como un conflicto motivacional en el que rendir bien se asocia a costes anticipados (p. e. consecuencias sociales), dentro de un marco de expectativa–valor (Horner, 1972). En deporte, el éxito como amenaza se ha operacionalizado psicométricamente, aportando un marco útil para su identificación en contextos de rendimiento (Metzler & Conroy, 2004; André & Metzler, 2011). Además, se ha estudiado en muestras deportivas concretas, como luchadores de élite (Hardy & Silva, 1986) y atletas de diversas disciplinas desde enfoques cualitativos (Urrea Cuéllar et al., 2022).

Método. El taller se desarrolló en tres bloques: 1) clarificación conceptual y límites del constructo (p.e. miedo al éxito vs. procesos adyacentes); 2) guía de indicadores funcionales observables en transiciones (p.e. evitación de responsabilidad, prudencia excesiva, inhibición de iniciativa, narrativas de coste anticipado); y 3) diseño de intervención aplicada centrada en hipótesis funcionales y estrategias transferibles a entrenamiento y competición (p.e autorregulación, exposición progresiva a responsabilidad, comunicación funcional). El autor aportó criterios y ejemplos aplicados basados en su experiencia profesional en fútbol.

Resultados. Debido al carácter aplicado del taller, no se recogieron ni supervisaron sistemáticamente los resultados de mismo. No obstante, su diseño se orientó a que los participantes desarrollasen un marco conceptual, criterios de observación y propuestas de intervención ajustadas a su contexto de trabajo.

Conclusiones. El miedo al éxito puede utilizarse de forma útil si se define con rigurosidad y se integra con una evaluación funcional. Para la práctica del fútbol, el valor está en convertir el constructo en indicadores, hipótesis y decisiones de intervención consistentes.

Referencias

André, N., & Metzler, J. N. (2011). Gender differences in fear of success: A preliminary validation of the Performance Success Threat Appraisal Inventory (PSTAI). *Psychology of Sport and Exercise, 12*(4), 415–422. https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2011.02.006

Hardy, C. J., & Silva, J. M. (1986). The relationship between selected psychological traits and fear of success in senior elite level wrestlers. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences, 11*(4), 205–210.

Horner, M. S. (1972). Toward an understanding of achievement-related conflicts in women. *Journal of Social Issues, 28*(2), 157–175.

Metzler, J. N., & Conroy, D. E. (2004). Structural validity of the Fear of Success Scale. *Measurement in Physical Education and Exercise Science, 8*(2), 89–108.

Urrea Cuéllar, Á. M., García, C. P., & Patiño Torres, J. F. (2022). Fear of success in competitive athletes: A study from the theory of subjectivity. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 17*(6), 448–454.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 537-538
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DEPORTIVIDAD Y VIOLENCIA EN EL FÚTBOL BASE

Alfredo Sáenz Ibáñez[1], Héctor Gutiérrez Pablo[2], Jonas Holst[2]

[1]Gesto Deportivo, [2] Universidad San Jorge

alfredo@gestodeportivo.com, hgutierrez@usj.es, jholst@usj.es

TALLER

1.- Actividad con los jugadores: la tolerancia a la frustración a través del remate y despeje de cabeza.

1.1. Objetivos de la actividad

A nivel técnico: rematar de cabeza (ataque) y despeje de cabeza (defensa).

A nivel conductual: tolerar/gestionar la frustración.

1.2. Explicación de la actividad

Partido con la cabeza. La norma es que los jugadores sólo pueden coger el balón con la mano cuando está por debajo de su cintura.

En campo reducido, dentro del área, una portería en frente de la otra.

Se limitan, con los conos, dos bandas (en cada banda hay dos jugadores. Uno de cada equipo, que siempre hace de apoyo. No se pueden quitar entre ellos el balón). A los jugadores de las bandas, hay que pasarles el balón también a la cabeza. Pero nunca disputan el balón.

Dentro de los límites de los conos, hay dos equipos que juegan un partido exclusivamente con la cabeza. Cada vez que el balón cae debajo de la cintura, los jugadores lo cogen con la mano y deben pasar a la banda.

Los balones están dentro de cada portería. Si el balón se va lejos, el portero coge un balón rápido y continúa el partido, pasando a una banda o de frente (es el único jugador que puede jugar con los que no están en banda).

1.3. Información a los jugadores antes de comenzar la actividad

a) El ejercicio tiene como objetivo la mejora de la técnica de remate y despeje de cabeza, a partir de un partido de fútbol.

b) Las infracciones se penalizan con 2 minutos de expulsión del ejercicio. Cuando se produce una infracción, el árbitro para el partido (5 segundos), señala el jugador expulsado, éste sale del campo y continúa el juego (tiene que ser muy dinámico).

c) El equipo que pierda 3 de los 4 partidos tendrá una penalización a nivel físico (20 progresiones al finalizar el entrenamiento).

1.4. Pautas de la actividad

— El «árbitro» se posiciona a favor de uno de los dos equipos durante las cuatro fases de la actividad.

— El árbitro sanciona faltas en contra de uno de los dos equipos, aunque no se produzcan. La sanción, a cada jugador, acarrea dos minutos de expulsión de la actividad.

— A los jugadores del equipo perjudicado, a la mínima protesta, se les expulsa dos minutos.

— No se sanciona nada en contra del equipo beneficiario. Aunque protesten, no se les expulsa.

1.5. Preguntas para la reflexión después de la actividad

— Pregunta al equipo perjudicado: «¿Cómo os habéis sentido en cada uno de los partidos?». En el primero, en el segundo, en el tercero, ¿en el cuarto?

— Pregunta al equipo beneficiado: «¿Cómo os habéis sentido en cada uno de los partidos?». En el primero, en el segundo, en el tercero, ¿en el cuarto?

— Pregunta al equipo perjudicado y beneficiado: ¿os ha ocurrido alguna vez en algún partido de liga que os habéis sentido como habéis indicado?, ¿qué actitud/conducta tuvisteis?; ¿cómo reaccionaste?; ¿qué consecuencias hubo?

— Pregunta al equipo perjudicado y beneficiado: ¿qué consecuencias han tenido algunas de vuestras reacciones en este ejercicio? Si hay más aspectos negativos que positivos, ¿merecen la pena las actitudes/conductas inadecuadas, aunque creamos que el árbitro se equivoca?

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2025, pp. 539-540
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

ENTRENANDO *FAIR PLAY*, FORTALECIENDO VALORES PARA LA INTEGRIDAD DE JÓVENES FUTBOLISTAS

Antonio J. Muñoz-Villena, A.J.[1] y Juan González-Hernández[2]

[1]Universidad de Alicante, [2]Universidad de Granada

munnozvillena@ua.es, jgonzalez@ugr.es

El taller práctico titulado *«Entrenando fair play, fortaleciendo valores para la integridad de jóvenes futbolistas»* tuvo como objetivo principal promover la reflexión y el aprendizaje experiencial en torno a los valores éticos y sociales vinculados a la práctica del fútbol en jóvenes deportistas. A través de metodologías activas y participativas, se buscó favorecer la interiorización de principios como el respeto, la responsabilidad, el liderazgo, la cooperación y la toma de decisiones éticas en contextos deportivos.

En primer lugar, se desarrolló una dinámica de valores en el campo de juego, en la que participaron dos equipos diferenciados. Cada participante asumió un rol específico dentro de una alineación, diseñado para generar situaciones de interacción, conflicto y cooperación propias del contexto futbolístico. Esta actividad permitió analizar conductas individuales y colectivas, así como reflexionar sobre la influencia de los roles, las normas y la presión del grupo en el comportamiento deportivo.

A continuación, se llevaron a cabo dos dinámicas: la primera estuvo basada en el experimento de conformidad de Asch, adaptado al ámbito deportivo, con el fin de evidenciar cómo la presión grupal puede condicionar las decisiones y opiniones de los jugadores, incluso cuando estas entran en conflicto con criterios personales o normativos. La segunda, consistió en un «pasapalabra» de contenidos futbolísticos y normas de juego, orientado a reforzar de manera lúdica el conocimiento reglamentario y fomentar el aprendizaje significativo a través del trabajo en equipo.

Así bien, el taller permitió integrar la dimensión ética y educativa en el entrenamiento deportivo, destacando el valor del fútbol como herramienta formativa para el desarrollo integral de jóvenes futbolistas y la promoción de una cultura de *fair play* e integridad.

Referencias

Asch, S. E. (1951). Effects of group pressure upon the modification and distortion of judgments. En H. Guetzkow (Ed.), *Groups, leadership and men* (pp. 177–190). Carnegie Press.

Côté, J., & Gilbert, W. (2009). An integrative definition of coaching effectiveness. *International Journal of Sports Science & Coaching, 4(3), 307–323*. https://doi.org/10.1260/174795409789623892

Muñoz-Villena, A. J., & González Hernández, J. (2024). La formación deportiva en edades tempranas: El rol del psicólogo en un equipo de fútbol base. En J. Dosil, J. García-Naveira, & F. J. Gimeno (Eds.), *Fundamentos de Psicología del Deporte* (pp. 107–117). Panamericana.

Renson, R. (2019). Fair play: Sus orígenes y significados en el deporte y la sociedad. *Citius, Altius, Fortius: Humanismo, Sociedad y Deporte*, *12*(1). https://doi.org/10.15366/citius2019.12.1.001

Wixey, D., Kingston, K., Shearer, D., & Cropley, B. (2024). Coaching strategies to develop desired psychological attributes within academy soccer players. *Journal of Applied Sport Psychology, 36*(4), 580-605. https://doi.org/10.1080/10413200.2023.2286954

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 541-542
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

EN BÚSQUEDA DE LA «MEJOR VERSIÓN»: IDENTIFICACIÓN Y DESARROLLO DE LAS DESTREZAS Y HABILIDADES PSICOLÓGICAS INVOLUCRADAS

Rudy Daini

Psicólogo deportivo

rudydaini.asesoria@gmail.com

Introducción. La expresión «Buscar la Mejor Versión» ha sido muy empleada por algunos entrenadores de fútbol, pero nunca se ha precisado con detalle lo que realmente implica y lo que debe hacerse para alcanzarla. El propósito del taller es que los participantes logren identificar qué aspectos son necesarios tomar en cuenta para lograr ese objetivo.

Método. La metodología empleada en el taller fue teórico-practico-vivencial.

Resultados. Al inicio del taller los participantes realizaron algunos ejercicios cuyo objetivo fue la toma de conciencia de que cualquier emprendimiento que se realice, incluyendo por supuesto el entrenamiento de un equipo de fútbol requiere para lograr el éxito, de la habilidad de visualizar las tareas a seguir de una manera novedosa y creativa. La capacidad del manejo adecuado de las propias emociones y de la RND (Red Neuronal por Defecto) se estableció como una condición necesaria para lograr dicha habilidad. Un breve repaso sobre lo que se entiende es el entrenamiento de un equipo de futbol y las destrezas que se esperan de un jugador, hizo resaltar que muchas definiciones son ambiguas y faltas de precisión operativa. En relación a las habilidades técnicas, físicas y tácticas que se esperan de un jugador, los entrenamientos sobre todo en las categorías infantiles tienden a ser genéricos y no específicos para cada jugador y habilidad. El establecimiento de metas específicas, medibles y relevantes con la retroalimentación adecuada se entendieron como

indispensables. En relación al trabajo en equipo, algunos participantes señalaron que más allá del rol que se espera tradicionalmente de los jugadores, sería muy conveniente tomar en cuenta la inteligencia y la experiencia personal de cada uno de ellos (según los principios de la Toma de Decisión en Grupo, TDG) haciéndolos participar activamente en el desarrollo de las estrategias y tácticas de cada juego. En relación a la nutrición, se estableció la importancia de tomar en consideración la influencia de los alimentos en el desarrollo de un microbiota saludable, (el intestino considerado el segundo cerebro). Por último, los participantes reunidos en grupos de seis personas y trabajando bajo los principios de la TDG sugirieron algunas alternativas para ser desarrolladas por cualquier entrenador de un equipo de fútbol.

Conclusiones. «Buscar la mejor Versión» implica tener entrenadores y jugadores capaces de tener una buena inteligencia emocional y habilidad en el manejo de la RED (Red Neuronal por Defecto) vinculada a la falta de concentración, autocontrol, y la resolución de problemas. Implica también, tomar en cuenta el aporte global de cada pieza del equipo: entrenadores, jugadores y técnicos. (la experiencia y la inteligencia de una persona va mucho más allá del rol que puede tener asignado en una organización). La influencia de la alimentación en el bienestar intestinal (microbiota) y mental es clave para alcanzar la mejor condición física y mental de un jugador.

Referencias

Castellanos, N. (2022). *Neurociencia del cuerpo*. Kairós.
De Bono, E. (1994). *El pensamiento creativo*. Paidós.
Maier, N. R. F. (1980). *Toma de decisiones en grupo*. Trillas
Naidoo, U. (2021). *Lo que la comida le hace a tu cuerpo*. Grijalbo.
Navarro Ardoy, D., & Collado Martínez, J. A. (2018). Neurociencia de la alimentación y el segundo cerebro. En *Neurociencia, deporte y educación* (p. 67). Wanceulen.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 543-544
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

DISEÑO Y COMUNICACIÓN PARA LAS TAREAS SEGÚN LA ETAPA EVOLUTIVA DEL JUGADOR

Gonzalo Goyanes López y Nuno Lima Temprano

Sociedad Deportiva Compostela

nuno.lima97@gmail.com

La charla presentada en el marco del Congreso de Fútbol y Psicología tuvo como eje central la importancia de la comunicación en el fútbol formativo y las adaptaciones necesarias según la etapa evolutiva en la que se encuentre el jugador. Desde una perspectiva interdisciplinaria entre el deporte y la psicología, se destacó que la manera en que entrenadores y cuerpos técnicos diseñan las tareas y se comunican con los futbolistas influye directamente tanto en el rendimiento deportivo como en el desarrollo personal y emocional de los jugadores.

Uno de los principales puntos abordados fue que el proceso formativo en el fútbol no es lineal ni homogéneo, sino que atraviesa distintas etapas con características específicas. Cada una de estas etapas requiere estrategias comunicacionales y metodológicas diferenciadas, ya que los jugadores presentan distintos niveles de madurez cognitiva, emocional y social. En este sentido, se remarcó que una comunicación adecuada debe contemplar no solo la edad cronológica, sino también el contexto, la experiencia deportiva y las particularidades individuales de cada jugador.

En las etapas iniciales de formación, generalmente asociadas a la niñez, el diseño de las tareas y la comunicación deben estar orientados principalmente al acompañamiento y al disfrute de la práctica deportiva. Se subrayó la importancia del refuerzo positivo, el reconocimiento del esfuerzo y la creación de un clima emocional seguro, donde el error sea entendido como parte del aprendizaje. En esta etapa, el rol del entrenador se asemeja al de un guía que fomenta la confianza, la motivación intrínseca y el vínculo positivo con el deporte, evitando mensajes excesivamente técnicos que puedan generar presión innecesaria.

A medida que los jugadores avanzan hacia etapas intermedias de formación, como la adolescencia, la comunicación comienza a adquirir mayor complejidad. En este período, los futbolistas desarrollan una mayor capacidad de comprensión, análisis y reflexión, por lo que se vuelve fundamental incorporar explicaciones más detalladas, consignas claras y feedback específico. El diseño de las tareas debe favorecer la participación activa del jugador, promoviendo la toma de decisiones, la autonomía y la responsabilidad tanto individual como colectiva. Asimismo, se destacó la necesidad de una comunicación empática, teniendo en cuenta los cambios emocionales y sociales propios de esta etapa evolutiva.

En las etapas avanzadas o vinculadas al alto rendimiento, la comunicación se orienta de manera más directa hacia el rendimiento y la competencia, sin dejar de lado el aspecto humano. En estos contextos, el diseño de las tareas suele ser más específico y exigente, por lo que el *feedback* del entrenador debe ser claro y honesto. Se remarcó la importancia de que el jugador comprenda su rol dentro del equipo, los objetivos planteados y las expectativas del cuerpo técnico, considerando al mismo tiempo la gestión emocional y la presión propia del entorno competitivo.

Otro aspecto relevante abordado durante la charla fue la coherencia comunicacional. Se destacó que los mensajes verbales deben estar alineados con las acciones y actitudes del entrenador, ya que las incongruencias pueden generar confusión, desmotivación o pérdida de confianza en los jugadores. Además, se señaló la importancia de adaptar el lenguaje, el tono y el momento de la comunicación, diferenciando situaciones de entrenamiento, competencia y espacios individuales o grupales.

Finalmente, se concluyó que el diseño adecuado de las tareas y una comunicación coherente con la etapa evolutiva del jugador no solo potencian el rendimiento deportivo, sino que también contribuyen al desarrollo integral del futbolista. Una comunicación eficaz favorece el bienestar psicológico, fortalece el vínculo entre entrenador y jugador y promueve valores fundamentales como el respeto, la responsabilidad y el compromiso. En este sentido, se destacó que el rol del entrenador trasciende lo técnico y táctico, consolidándose como una figura clave en la formación deportiva y personal de los jugadores.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 545-546
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

TALLER PRÁCTICO DE HIPNOSIS APLICADA AL *SOCCER* Y AL FÚTBOL AMERICANO

Dr. Arnoldo Tellez López[1] y Dr. Antonio Hernández Mendo[2]

[1]Universidad Autonoma de Nuevo León (México) y [2]Universidad de Málaga (España)

El taller propuesto se fundamenta en un creciente cuerpo de evidencia científica que respalda la eficacia de la hipnosis en el ámbito deportivo. A continuación, se vinculan los módulos del taller con los hallazgos principales de cuatro estudios de referencia.

Los módulos iniciales del taller, centrados en los fundamentos de la hipnosis y su aplicación deportiva, encuentran respaldo en la revisión sistemática de Franquelo, Hernández-Mendo y Capafons (2022). Dicho estudio analizó 45 investigaciones y concluyó que la mayoría reporta **efectos positivos del uso de la hipnosis** en comparación con otras técnicas, aunque señala debilidades metodológicas como la falta de evaluación de la sugestibilidad hipnótica y del tamaño del efecto. Por su parte, HernándezMendo et al. (2017) revisan la evolución histórica de la hipnosis, los principales modelos explicativos y subrayan que, utilizada como coadyuvante de tratamientos médicos y psicológicos, **incrementa la eficacia de estos,** destacando la relevancia de la relación de comunicación entre el profesional y el deportista.

El taller distingue entre hipnosis clásica e hipnosis activaalerta, e incluye ejercicios prácticos (manos imanes, pesadez y levitación de manos). Estos ejercicios se basan en los principios de la sugestión y la comunicación hipnótica, aspectos centrales en los trabajos de HernándezMendo et al. (2017), quienes presentan un estudio de casos (3 atletas y 1 futbolista) en el que se lograron **resultados óptimos** mediante el uso combinado de hipnosis con otras técnicas.

El núcleo del taller se centra en una **estrategia práctica** que integra la metodología de las 5'Ps y SMART para el establecimiento de metas, la identificación de autolimitaciones cognitivas y emocionales, y el uso combinado de hipnosis

activaalerta y clásica. Esta propuesta se ve fortalecida por el estudio experimental de MuñozAvendaño, TéllezLópez, AlmarazCastruita y TellezRamos (2024), que comparó la eficacia de la hipnosis activaalerta y el mindfulness sobre el rendimiento en baloncesto. Los resultados mostraron **diferencias significativas** en el porcentaje de tiros anotados con un **tamaño del efecto grande** en el grupo de hipnosis frente al grupo control, lo que confirma que la hipnosis constituye una herramienta útil para mejorar el rendimiento deportivo.

Aunque el taller se enfoca en el fútbol *soccer* y el fútbol americano, es relevante considerar que los beneficios de la hipnosis no se limitan al ámbito deportivo. El estudio de Aravena, García, Téllez y Arias (2025) demostró que la hipnosis autoadministrada, grabada en audio, reduce la intensidad del dolor y preserva el afecto positivo y la calidad de vida relacionada con la salud mental en pacientes con fibromialgia. Esta evidencia sugiere que las técnicas hipnóticas enseñadas en el taller podrían tener **aplicaciones transversales** en el manejo del dolor y la recuperación psicológica de los deportistas.

El taller integra los fundamentos teóricos, los tipos de hipnosis y una estrategia práctica para el logro de metas, todo ello respaldado por la literatura científica actual. Las referencias citadas confirman la eficacia de la hipnosis para mejorar el rendimiento deportivo, destacan la importancia de la comunicación y la sugestión, y sugieren su utilidad más allá del deporte, en ámbitos como el manejo del dolor y la calidad de vida.

Referencias

Aravena, V., García, F. E., Téllez, A., & Arias, P. R. (2025). Hipnosis, dolor, afectividad y calidad de vida en pacientes con fibromialgia: un ensayo controlado aleatorizado. *Terapia Psicológica, 43*(2), 203-222.

Franquelo, M. A., Hernández-Mendo, A., & Capafons, A. (2022). Eficacia de la hipnosis en psicología del deporte: una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 22*(1), 81-99.

Hernández Mendo, A., Delgado Giralt, J., Fernández de Motta, M. D. M., & Carranque Chaves, G. A. (2017). Eficacia de la hipnosis en psicología del deporte: importancia de la comunicación y estudio de casos. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 17*(3), 73-94.

Muñoz-Avendaño, M., Téllez-López, A., Almaraz-Castruita, D., & Tellez-Ramos, M. (2024). Efecto de la hipnosis y mindfulness sobre el rendimiento deportivo en baloncesto. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 24*(3), 145-160.

IV CONGRESO INTERNACIONAL SOBRE FÚTBOL, INNOVACIÓN Y PSICOLOGÍA
Universidade de Santiago de Compostela, 2026, pp. 547-548
DOI: https://dx.doi.org/10.15304/9791388118388
ISBN 979-13-88118-38-8

GESTIÓN DE EQUIPOS DE ALTO RENDIMIENTO EN FÚTBOL

Jacobo Ceide Franqueira[1], Santiago López Roel[2]

[1]Real Federación Gallega de Fútbol, [2]Universidade de Vigo

jacoboceide@gmail.com, iagoroel@clinicason.com

Introducción. Actualmente, la gestión de equipos de alto rendimiento en fútbol es mucho más que la preparación física o la táctica, ya que implica sin ninguna duda conocimientos de liderazgo y gestión de grupos, esto es, coordinar a numerosos profesionales, gestionar los conflictos existentes y, en el caso del primer entrenador, la responsabilidad sobre la toma de decisiones finales. Con esta premisa, el taller práctico realizado tenía como objetivo sensibilizar y hacer reflexionar a los asistentes acerca de las dificultades que entraña la gestión de equipos de alto rendimiento en fútbol desde el punto de vista del primer entrenador, concretamente en referencia a su cuerpo técnico y a todo el entorno que rodea al fútbol.

Método/Desarrollo. La metodología utilizada en el taller consta de dos apartados. El primero consistió en una exposición teórica acerca de las 5 claves que la bibliografía cita como las más relevantes en la gestión de equipos de alto rendimiento: comunicación, claridad de roles, confianza, adaptación y normas grupales (Fletcher y Arnold,2011). El segundo apartado consistió en una dinámica en la que se planteó a los asistentes un caso práctico acerca de la participación de un jugador en un partido, caso que debían tratar de resolver de manera conjunta, tal y como se haría en un cuerpo técnico de alto rendimiento. Con esta premisa, se repartió a los asistentes papeles con los distintos roles que pueden existir en un equipo de alto rendimiento (cuerpo técnico y jugadores) y en su entorno más cercano (directiva, prensa, afición, ...), de manera que cada uno tenía que cumplir con los objetivos asignados en su rol, pero a su vez buscar la mejor decisión posible para el equipo. Tras un tiempo de estudio de sus respectivos roles, empezó el debate de manera

libre entre todos los participantes, pudiéndose mover libremente por el aula. Una vez transcurridos 15 minutos, la personal con el rol de primer entrenador debía dar una respuesta única y grupal a la participación o no del jugador en dicho partido.

Resultados. Los participantes identificaron como elementos clave para el éxito del equipo la comunicación abierta y fluida, la definición clara de funciones y responsabilidades (Weinberg y McDermott, 2002). y en el lado opuesto, el egoísmo de algunos roles por encima del bien común en el fútbol de alto rendimiento. También se hizo patente la gran responsabilidad del entrenador en la toma de decisiones que afectan al grupo y a todos los agentes implicados en un equipo de fútbol de alto rendimiento. Por último, emergió la conciencia de que los conflictos son inevitables, pero una gestión adecuada puede convertirlo, por un lado, en una oportunidad para cohesionar el equipo, y, por otro lado, para reforzar el liderazgo del entrenador.

Conclusiones. El taller evidenció que la gestión de equipos de alto rendimiento en fútbol no puede entenderse únicamente desde la figura del entrenador, sino como una tarea compartida por todo el cuerpo técnico y en la que también participan de manera más o menos activa el grupo de jugadores y una serie de agentes externos que también ejercen su influencia (Ramírez, 2015). Se concluyó que el primer entrenador debe ejercer un liderazgo integrador capaz de alinear objetivos, gestionar conflictos y establecer una comunicación fluida entre las distintas áreas de trabajo (Aguilera Rivera, 2025) Igualmente, se evidenció la oportunidad que ofrece contar un psicólogo en un cuerpo técnico con el objetivo de asesorar el entrenador en la gestión de los conflictos.

Referencias

Aguilera Rivera, A.R. (2025). Comunicación, liderazgo e inteligencia emocional en la gestión de equipo: conocimientos fundamentales para el futuro entrenador deportivo. *Revista Educación Física Chile, 280*.

Fletcher, D., & Arnold, R. (2011). A qualitative study of performance leadership and management in elite sport. *Journal of Applied Sport Psychology, 23*(2), 223–242. https://doi.org/10.1080/10413200.2011.559184

Ramírez, P. (2015). *Así lideras, así compites*. Conecta.

Weinberg, R., & McDermott, M. (2002). A comparative analysis of sport and business organizations: Factors perceived critical for organizational success. *Journal of Applied Sport Psychology, 14*(4), 282–298. https://doi.org/10.1080/10413200290103563

CURSOS E CONGRESOS
Nº 286







