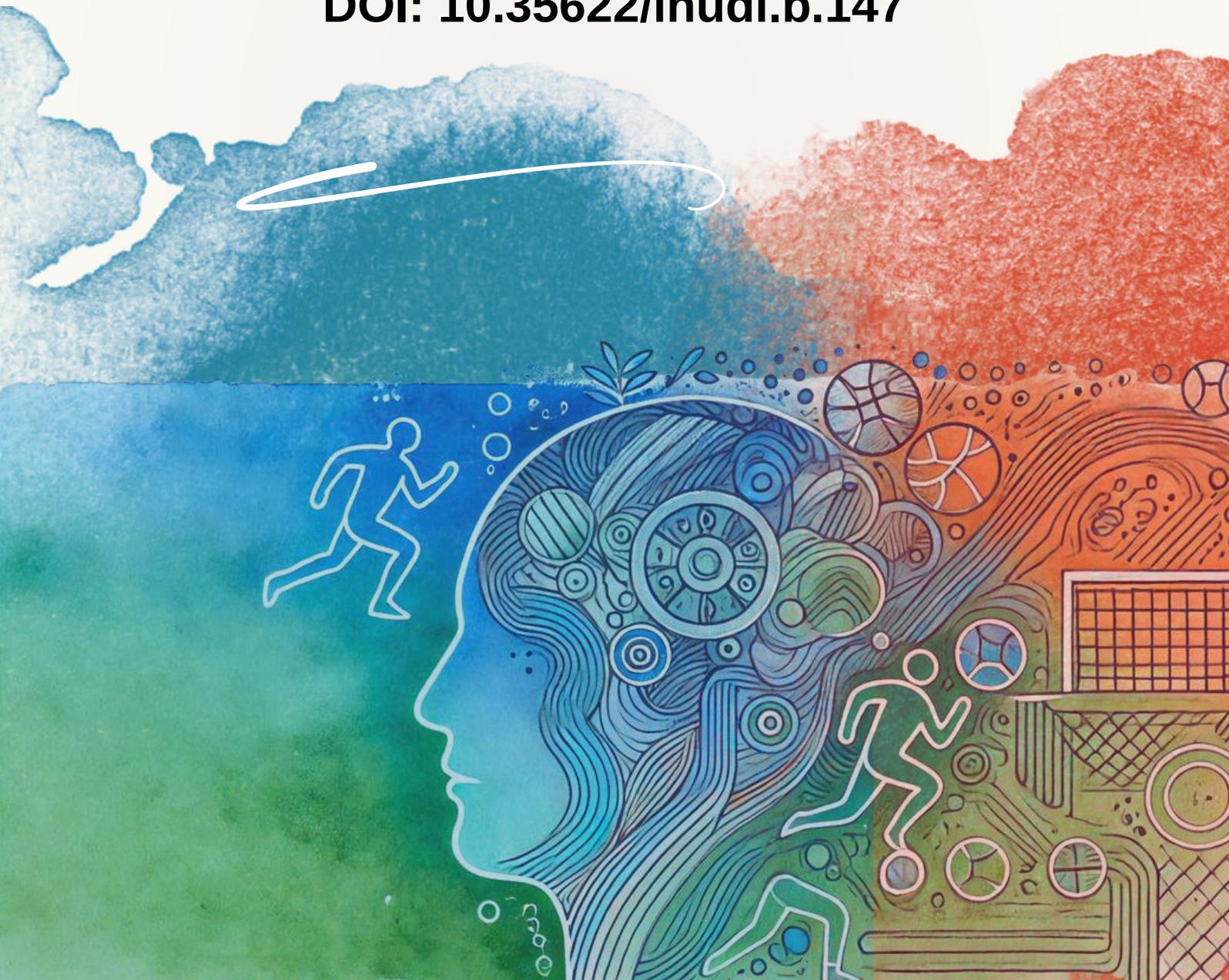


PSICOLOGÍA, DEPORTE Y EDUCACIÓN

Una visión desde
la contemporaneidad

DOI: [10.35622/inudi.b.147](https://doi.org/10.35622/inudi.b.147)



PSICOLOGÍA, DEPORTE Y EDUCACIÓN

**Una visión desde
la contemporaneidad**

DOI: 10.35622/inudi.b.147

Leonardo Eliecer Tarqui Silva
(editor)

Jorge Washington Jordán Sánchez
Víctor Amable Mallqui Quisintuña
Clelia Elizabeth Sisa Aguagallo
José Ernesto Garcés Mosquera
Marco Vinicio Sánchez Salinas



Psicología, deporte y educación: una visión desde la contemporaneidad

Coordinador editorial:
Leonardo Eliecer Tarqui Silva

Primera edición digital
Publicado en Puno, junio de 2024

Libro electrónico disponible en:
<https://editorial.inudi.edu.pe>

ISBN: 978-612-5130-40-2 (PDF)
Hecho el depósito legal en la Biblioteca Nacional del Perú N° 2024-06269
DOI: <https://doi.org/10.35622/inudi.b.147>
Categoría: Libro de resultado de investigación científica.

CONSEJO EDITORIAL

Director: Lic. Sergio Antonio Flores Vargas
Editor Jefe: Eddy Rodrigo Gonzales Huaman
Editores:

Dra. Bethzabe Cotrado Mendoza / Dra. Manuela Daishy Casa Coila / Dr. Edgar Estanislao Mancha Pineda / Dra. Luz Wilfreda Cusi Zamata / MSc. Rebeca Alanoca Gutiérrez / Dr. Wilson Gregorio Sucari Turpo / Dra. Yolanda Lujano Ortega / Dra. Sheyla Lenna Cervantes Alagón / Dra. Dometila Mamani Jilaja / Dr. Peregrino Melinton Lopez Paz / Dra. Nina Eleonor Vizcarra Herles / Mg. Lourdes Antonieta López Solano Cueva / Dr. Carlos Alfredo Castro Quispe / Dr. Edgar Darío Callohuanca Avalos / Dra. Diana Águeda Vargas Velásquez / MSc. Yésica Dominga Díaz Vilcanqui / Dra. Tania Carola Padilla Cáceres / Patty Samanta Aza Suaña.

Editado por:
Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú S.A.C.
Urb. Ciudad Jardín Mz. B3 Lt. 2, Puno - Perú
RUC: 20608044818
Email: editorial@inudi.edu.pe/info@inudi.edu.pe
Teléfono: +51 973668341
Sitio web: <https://editorial.inudi.edu.pe>

Publicado en Perú / Posted in Peru



Esta obra está bajo una licencia CC BY-NC-SA 4.0 DEED Atribución-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional

Evaluación de contenido: Esta obra ha sido evaluada por pares doble ciego, aprobada por el Consejo Editorial del Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú y editada bajo procedimientos que garantizan su normalización.

Los autores son moral y legalmente responsables de la información expresada en este libro, así como del respeto a los derechos de autor; por lo tanto, no comprometen en ningún sentido a la editorial.

Declaración conflictos de interés:

Los autores de esta publicación declaran la inexistencia de conflictos de interés de cualquier índole con instituciones o asociaciones comerciales.

Financiamiento:

Publicación autofinanciada.

Información adicional:

Este libro es una obra compilatoria de investigaciones psicopedagógicas en Ecuador.



Director Ejecutivo

Dr. Wilson Gregorio Sucari Turpo

Director Académico

Lic. Sergio Antonio Flores Vargas

Director de Investigación

Dr. Pedro Carlos Huayanca Medina

Director de Innovación y Transferencia Tecnológica

Lenin López Solano Yucra

Revisores Pares Externos

Se encuentra en el siguiente enlace:

<https://editorial.inudi.edu.pe/index.php/editorialinudi/about/editorialTeam>



**EDITORIAL INSTITUTO UNIVERSITARIO DE INNOVACIÓN
CIENCIA Y TECNOLOGÍA INUDI PERÚ S.A.C.**

— INDEXADA EN DOAB, DIALNET, WORLDCAT, JISC, REDIB, SCILIT, OPENDOAR, SHERPA/ROMEO—
CÓD. DE SELLO EDITORIAL.: 978-612-48813

DECLARACIÓN JURADA

Nosotros, los abajo firmantes, en calidad de autores de la investigación científica titulada **"Psicología, deporte y educación: una visión desde la contemporaneidad"**, que será publicada en la Editorial Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú, hacemos constar mediante la presente declaración jurada lo siguiente:

- Declaramos que no existen conflictos de intereses personales, institucionales ni financieros que impidan la publicación de la obra.
- Declaramos que el libro es el resultado de una investigación científica realizada bajo nuestra dirección y supervisión, y que todo el contenido del mismo es fruto de nuestro trabajo original y creativo, además las teorías y/o metodologías.
- Afirmamos que todas las ideas, teorías, conceptos, metodologías, resultados, conclusiones y cualquier otro contenido expresado en el libro son producto de nuestra autoría y están respaldados por los hallazgos obtenidos en la investigación, así como por la rigurosidad científica empleada en el proceso.
- Dejamos constancia que no hemos incurrido en plagio, es decir, no hemos copiado ni utilizado sin atribución adecuada ninguna obra, trabajo o investigación de terceros que pudiera comprometer la originalidad de los contenidos aquí presentados.
- Nos comprometemos a asumir la responsabilidad de cualquier controversia que pudiera surgir relacionada con la originalidad del contenido presentado en este libro y a colaborar con el Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú para resolver cualquier inquietud al respecto.
- Autorizamos al Instituto Universitario de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú a publicar y distribuir el libro bajo los términos y condiciones que se acuerden, manteniendo siempre los créditos y reconocimientos a nuestra autoría.
- Reconocemos que cualquier incumplimiento de estas declaraciones o de los principios éticos y académicos en la elaboración de este libro puede acarrear consecuencias legales y afectar nuestra reputación como investigadores.

Fecha: 28 de junio del 2024.

Leonardo Eliecer Tarqui Silva

CI: 0103080818

Jorge Washington Jordán Sánchez

CI: 180230641-3



Firmado electrónicamente por:
JOSE ERNESTO GARCÉS
MOSQUERA

José Ernesto Garcés Mosquera

CI: 180249127-2

Marco Vinicio Sánchez Salinas

1104748122

Clelia Elizabeth Sisa Aguallo

CI: 039818077

AGRADECIMIENTOS

Es importante mencionar a los deportistas Katalina Paredes Nájera y Juan José Dávila Urgilés por su contribución a la investigación deportiva, siguiendo todos los protocolos éticos y con gran apertura y excelente disposición de los Sres. Manolo Paredes y Juan Andrés Dávila, padres de los campeones en escalada y racquetbol.

Por otra parte, se deja una constancia de profunda gratitud al Ministerio de Educación de Ecuador, a los colegios de la ciudad de Ambato: Unidad Educativa “Luis A. Martínez” Agropecuario y Escuela de Educación Básica “Georgina Oliva de Porras”.

Destaca la contribución a la investigación deportiva en escalada por parte de la Académica Formativa en Escalada “La Iguana” de la ciudad de Ambato. En este sentido se menciona el impulso al desarrollo investigativo generado por la Universidad Técnica de Ambato – UTA – Centro de Cultura Física y Deporte.

Finalmente es importante extender un reconocimiento por su labor de compilación y estructuración sistemática de la presente propuesta a María Soledad Tarqui Silva.

Contenido

SINOPSIS	8
ABSTRACT	9
PRÓLOGO.....	10
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO I: Consideraciones de elementos metodológicos, psicológicos y emocionales durante la planificación del entrenamiento deportivo de alto rendimiento	13
CAPÍTULO II: La lúdica y enseñanza deportiva, un reto para los educadores infantiles del siglo XXI	27
CAPÍTULO III: Determinantes socioeconómicos y psicoafectivos requeridos para un adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje en la primera infancia ...	41
CAPÍTULO IV: Componentes psicopedagógicos y emotivos en la planificación de la escalada a tempranas edades (estudio de caso).....	56
CAPÍTULO V: Impacto psicológico de la familia y el entorno social en el desempeño deportivo de atletas de alto rendimiento.....	73
CAPÍTULO VI: Microciclo de preparación psicoemocional en raquetbolista élite del Plan de Alto Rendimiento de Ecuador	86
INFORMACIÓN DE LOS AUTORES	105

SINOPSIS

La presente obra expone algunas investigaciones en el campo de la educación, el deporte competitivo, la lúdica, y la psicología. Se han considerado como trascendentales los elementos pedagógicos dentro de los abordajes teóricos, resaltando componentes estructurales de la personalidad de los docentes, al igual que en el caso de los atletas de competición, valorando los constructos psicológicos, afectivos y emocionales, tan determinantes en la estructura psíquica de las personas.

En la actualidad se destacan por su importancia las actividades psicológicas, pedagógicas, deportivas y educativas, siendo parte integral del engranaje cultural desde etapas tempranas. Entre los objetivos planteados se explora la educación primaria, por ser una de las bases piramidales que posteriormente tienen como fin la formación superior, siendo necesario considerar esta fase de desarrollo psicoevolutivo, los procesos psicopedagógicos, y determinados componentes socioeconómicos que afectan esta parcela. Se incluye el deporte de competición, analizando los factores psicosociales y personales del atleta de alto rendimiento, profundizando en aspectos psíquicos y emotivos, se consideran los programas de entrenamiento, y la necesidad de contemplar aspectos intrínsecos y extrínsecos de la vida del deportista.

Se presentan diversos enfoques metodológicos fundamentados en la investigación acción, estudios de caso y revisiones bibliográficas. En dos capítulos presentados, las investigaciones se realizaron en atletas de alto rendimiento, siendo los primeros trabajos en Ecuador en las disciplinas exploradas. Dentro de las conclusiones se obtienen datos de interés a nivel de las intervenciones psicopedagógicas, se consideran factores psíquicos y afectivos primordiales como la familia, el entorno, las condiciones socioeconómicas, culturales y ambientales, siendo elementos a considerar dentro de las planificaciones educativas y deportivas.

Palabras clave: educación, deporte, lúdica, psicología.

ABSTRACT

The present work presents various investigations in the fields of education, competitive sports, play, and psychology. Pedagogical elements are considered essential within the theoretical approaches, highlighting structural components of the personality of students, as well as in the case of competitive athletes, emphasizing psychological, affective, and emotional constructs, which are crucial in the psychic structure of individuals.

Currently, psychological, pedagogical, sports, and educational activities are highlighted for their importance, being an integral part of the cultural framework from early stages. Among the objectives set, primary education is explored, as it is one of the foundational bases for later higher education. It is necessary to consider this phase of psycho-evolutionary development, psychopedagogical processes, and certain socioeconomic components that affect this area. Competitive sports are also included, analyzing the psychosocial and personal factors of high-performance athletes, delving into psychic and emotional aspects, considering training programs, and the need to address intrinsic and extrinsic aspects of the athlete's life.

Various methodological approaches are presented, based on action research, case studies, and literature reviews. In two chapters, the investigations were conducted with high-performance athletes, being the first works in Ecuador in the explored disciplines. The conclusions provide interesting data regarding psychopedagogical interventions, considering fundamental psychic and affective factors such as family, environment, socioeconomic, cultural, and environmental conditions, which are elements to be considered within educational and sports planning.

Keywords: education, sports, play, psychology.

PRÓLOGO

La importancia de ciertas especialidades dentro de los diversos contextos sociales, su influencia, el impacto sobre la salud física y mental, la intervención dentro de los procesos sociales, y el hecho de ser parte de nuevas alternativas psicoterapéuticas, han sido la motivación para proponer la recopilación de investigaciones, plasmadas en la obra: *Psicología, deporte y educación: una visión desde la contemporaneidad*.

Se busca, a través de la experiencia adquirida por docentes investigadores de Ecuador, proyectar ciertas necesidades presentes en el campo de la educación, el deporte y la psicología. Es un análisis propositivo de distintas urgencias en las áreas analizadas, las mismas que se han visto presentes reiteradamente en otros países de Sudamérica, siendo un enfoque contemporáneo frente a los nuevos requerimientos del siglo XXI.

Existe una exploración a las necesidades dentro del deporte de competición, un área con deficiencias en cuanto a la planificación psicológica se refiere, se tratan de manera ética casos de atletas con proyecciones al alto rendimiento, por tal razón se abarca un capítulo dedicado a la programación del entrenamiento, adicionalmente se abordan temas lúdicos vinculados a la psicopedagogía actual, pues se identifican urgencias de actividad física a nivel de la estructura psicopedagógica. Se recalca el trabajo realizado con deportistas élite de Ecuador, menores de edad de las disciplinas de escalada deportiva y racquet, investigaciones pioneras en dicho país, y que se convierten en los primeros peldaños para establecer nuevas metodologías de preparación, donde se incluyan componentes psicoemocionales del atleta, se respete su personalidad y se busque su https://archivos.inudi.edu.pe/cert_posdoct/cert_posdoct-1%5bF%5d-50.pdf bienestar holístico.

Mst. Leonardo Eliecer Tarqui Silva
Doctorando en la Universidad Nacional de San Luis Argentina - UNSL
Investigador acreditado por la SENESCYT - Registro: 18 - 02951

INTRODUCCIÓN

La presente obra aborda temas relacionados con la educación, el deporte y la psicología, pues son áreas de suma importancia para el desarrollo de la sociedad, siendo estructuras que influyen en la consolidación de la personalidad de los seres humanos, las mismas que deben ser abordadas con ética y total respeto por su sensibilidad.

Se indican falencias dentro de la estructura educativa inicial, se proponen elementos psicopedagógicos de inclusión y desarrollo neurocognitivo basados en la lúdica, se consideran elementos psicosociales, existe un planteamiento de soluciones frente a las problemáticas identificadas.

Los resultados obtenidos coinciden con ciertos fenómenos educativos, psicológicos, culturales y deportivos que también se han visto presentes en países de Sudamérica, por tal razón este abordaje multidisciplinar identifica las áreas que deben ser fortalecidas a nivel de políticas gubernamentales en temas de deporte de alto rendimiento, educación en tempranas edades, e incluir elementos psicopedagógicos en sus planificaciones. Destacan los componentes de personalidad y la importancia de contemplar ciertos factores psicosociales como la familia y entorno cercano.

Dos capítulos se han dedicado al deporte de competición basados en casos reales y con atletas de elevadas proyecciones en sus especialidades, siendo los primeros trabajos de investigación en escalada deportiva y racquetbol. Un aporte a Ecuador que se espera permita una evolución dentro de los procesos deportivos de alto rendimiento, y se conformen verdaderos equipos multi y transdisciplinarios, donde la psicología del deporte gane terreno y extienda sus beneficios no solo a los competidores, sino también a dirigentes deportivos, periodistas y familiares.

En cuanto al entrenamiento deportivo se refiere, se ha reforzado el enfoque psicoemocional de la planificación deportiva en el alto rendimiento en conjunto con el abordaje familiar, y la importancia de las relaciones estructurales durante

la infancia y adolescencia en el deporte élite. Son propuestas pioneras para el modelo de funcionamiento deportivo ecuatoriano, las mismas que tienen como objetivo incentivar la investigación y generar progresos dentro del campo de las ciencias del deporte y afines.

CAPÍTULO I

Consideración de elementos metodológicos psicológicos y emocionales durante la planificación del entrenamiento deportivo de alto rendimiento

Consideration of psychological and emotional methodological elements during the planning of high-performance sports training

Consideração de elementos metodológicos psicológicos e emocionais durante o planejamento do treinamento esportivo de alto rendimento

Jorge Jordán-Sánchez

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, AMBATO - TUNGURAHUA, ECUADOR

jw.jordan@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0002-7256-8186>

Resumen

Introducción: entrenamiento a niveles competitivos y dentro del alto rendimiento requiere de una serie de propuestas psicológicas y pedagógicas pues las cargas físicas que recibe el organismo son reguladas por los estados emocionales en gran medida. **Objetivo:** determinar la importancia de los componentes metodológicos psicológicos y afectivos durante la planificación del entrenamiento deportivo en atletas de alto rendimiento. **Método:** se trató de una revisión sistemática, cuya estructura se fundamentó en la metodología PRISMA, con enfoque cualitativo. A partir de la cual se seleccionaron 13 artículos por su trascendencia con la temática, los mismos que fueron obtenidos de las siguientes bases de datos: SCIELO, Google Académico, EBSCO, Educación Recursos Información Center (ERIC), PsycINFO, Psycnet, y Dialnet. **Resultados:** se identificó la influencia de las cargas de entrenamiento sobre los aspectos psicológicos y emocionales del deportista. **Conclusiones:** se concluye que los elementos metodológicos psicológicos y emocionales son trascendentales durante la planificación del entrenamiento en atletas de alto rendimiento, pues toda función motriz, parte de las estructuras y conexiones cerebrales. La intensidad de los esfuerzos físicos tiene una repercusión directa en la composición psíquica y emocional del deportista, pudiendo influir en situaciones de sobre entrenamiento y en determinados aspectos de la personalidad.

Palabras clave: entrenamiento deportivo, competición, metodología, psicoafectividad.

Abstract

Introduction: training at competitive levels and within high performance requires a series of psychological and pedagogical proposals since the physical loads received by the body are largely regulated by emotional states. **Objective:** to determine the importance of psychological and affective methodological components during the planning of sports training in high-performance athletes. **Method:** this was a systematic review, whose structure was based on the PRISMA methodology, with a qualitative approach. From which 13 articles were selected for their relevance to the topic, obtained from the following databases: SCIELO, Google Scholar, EBSCO, Education Resources Information Center (ERIC), PsycINFO, Psycnet, and Dialnet. **Results:** the influence of training loads on the psychological and emotional aspects of the athlete was identified. **Conclusions:** It is concluded that psychological and emotional methodological elements are essential during the planning of training in high-performance athletes, as all motor functions originate from brain structures and connections. The intensity of physical efforts has a direct impact on the psychic and emotional composition of the athlete, potentially influencing overtraining situations and certain aspects of personality.

Keywords: creativity, innovation, university students, systematic review.

Resumo

Introdução: o treinamento em níveis competitivos e de alto rendimento requer uma série de propostas psicológicas e pedagógicas, pois as cargas físicas que o organismo recebe são reguladas em grande medida pelos estados emocionais. **Objetivo:** determinar a importância dos componentes metodológicos psicológicos e afetivos durante a planificação do treinamento esportivo em atletas de alto rendimento. **Método:** tratou-se de uma revisão sistemática, cuja estrutura foi fundamentada na metodologia PRISMA, com enfoque qualitativo. A partir dela, foram selecionados 13 artigos por sua relevância com o tema, os quais foram obtidos das seguintes bases de dados: SCIELO, Google Acadêmico, EBSCO, Education Resources Information Center (ERIC), PsycINFO, Psycnet e Dialnet. **Resultados:** Identificou-se a influência das cargas de treinamento sobre os aspectos psicológicos e emocionais do atleta. **Conclusões:** conclui-se que os elementos metodológicos psicológicos e emocionais são essenciais durante a planificação do treinamento em atletas de alto rendimento, pois toda função motora parte das estruturas e conexões cerebrais. A intensidade dos esforços físicos tem uma repercussão direta na composição psíquica e emocional do atleta, podendo influenciar em situações de sobrecarga de treinamento e em determinados aspectos da personalidade.

Palavras-chave: criatividade, inovação, estudantes universitários, revisão sistemática.

INTRODUCCIÓN

Capote-Lavandero et al. (2014) refieren que el deporte tiene un gran significado en la sociedad moderna. En este sentido los procesos pedagógicos del entrenamiento han ido evolucionando a lo largo del tiempo, inicialmente se contaba con trabajos empíricos, posteriormente surgió un periodo de pruebas y aplicaciones de elementos médicos, nutricionales, psicológicos y biomecánicos que han permitido en la actualidad exista una disputa tecnológica e investigativa en los deportes de competición de alto rendimiento.

Los vínculos emocionales que se puedan generar entre el entrenador, el equipo interdisciplinar, los compañeros de equipo, la prensa, la dirigencia deportiva, los sponsors y gente vinculada al entorno son trascendentales para el equilibrio psicológico y emocional del deportista. El entrenador en ocasiones cumple el rol de protector, supliendo en cierta forma la ausencia de alguno de los padres, incluso siendo un confidente con gran frecuencia (Rodríguez-Verdura et al., 2022).

Expertos dentro de las investigaciones deportivas como Cárdenas et al. (2015), destacan la necesidad de generar una fortaleza mental en el deportista, esta capacidad surge inicialmente de las cargas físicas de entrenamiento recibidas. Es precisamente cuando el deportista siente estados de agonía, decepción, frustración, enojo, y cuando alcanza sus máximos esfuerzos en entrenamiento, entonces es cuando surgen sus potencialidades psíquicas, emocionales y afectivas, las mismas que le permiten tolerar estas presiones y superar progresivamente estos estados.

La preparación deportiva busca explotar los componentes genéticos de la persona, todo esto mediante el desequilibrio bioquímico que ocurre cuando se experimentan estados aeróbicos y anaeróbicos, esto al momento de generar ácido láctico y presionar al cuerpo para que rinda en condiciones de agotamiento. Los estados de máximo consumo de oxígeno tienden a fortalecer las capacidades psicológicas del deportista en cuanto a la tolerancia del cansancio o sofocamiento que ocurre al llevar al máximo las capacidades cardiopulmonares (Bernal-Reyes et al., 2014).

Autores como Roldán-Aguilar (2009) nos recuerdan que las cargas físicas son regladas a nivel de intensidad, volumen, densidad y duración. La planificación varía de acuerdo a la edad, al deporte practicado, y a las condiciones individuales de cada atleta. Los estímulos aplicados al entrenamiento deben superar un determinado umbral, se requiere desestabilizar la homeostasis natural que mantiene el cuerpo y la mente. Estos umbrales son conocidos como estímulos físicos y deben ser individualizados, mientras que el estado de adaptación del organismo se lo conoce como bioadaptación.

Buceta (1999) quien dentro de sus experiencias ha preparado psicológicamente a atletas olímpicos, plasma la importancia de una estabilidad emocional en el deportista y cuerpo técnico. Los ensayos repetitivos de entrenamiento en algunos deportes pueden resultar extremadamente monótonos, allí se observa la necesidad de metodologías psicológicas afectivas aplicadas a la programación.

El trabajo realizado sobre las relaciones del entrenamiento, el rendimiento deportivo y las emociones, propuesto por Sáenz-López et al. (2023) en cambio indica que la distribución de cargas debe ser considerada en las etapas formativas. Las emociones son respuestas psicobiológicas frente a los distintos estímulos que recibe el organismo y condicionan la capacidad del individuo para resolver problemas.

Trabajos investigativos en psicología del deporte de alto rendimiento como el planteado por Tarqui-Silva (2021) proyecta la necesidad de realizar abordajes centrados en la familia, el técnico, las principales fuentes emocionales como los compañeros de equipo y familiares cercanos del atleta. El entrenamiento deportivo debe contemplar las necesidades psicológicas y emocionales de la persona, es decir, las cargas de entrenamiento deben ser compensadas en la planificación y en los vínculos afectivos que se hayan establecido con el competidor.

Un estudio ejecutado por Sánchez-Gombáu et al. (2005) en gimnastas de competición, prueba que es posible observar en atletas de alto nivel patologías psicológicas, que para su caso de estudio fueron fuertes síntomas de anorexia. Las presiones psicológicas a las que se encuentran expuestos los deportistas son variadas en intensidad y cualidades, las mismas que en ocasiones se convierten en situaciones poco tolerables o la persona no cuenta con herramientas psicológicas internas para sobrellevar las situaciones. Las fuentes de apoyo emocional son fundamentales en deportes de exigencias variadas como lo es la alimentación en la gimnasia.

Es necesario que el entrenador evalúe continuamente las capacidades emocionales de tolerancia a la frustración y presiones que tienen sus pupilos, esto dentro del deporte de competición y alto rendimiento. Diariamente es posible registrar las conductas del deportista, esto se puede aplicar más dentro de los periodos precompetitivos, o en los momentos más trascendentales donde suben las cargas de entrenamiento y los niveles de ácido láctico generaran desequilibrios bioquímicos en el organismo (Nieto-García & Olmedilla-Zafra, 2001).

Zarauz-Sancho y Ruiz-Juan (2013) recalcan la importancia de ejecutar bien la distribución de cargas, para lo cual es necesario en primera instancia tener una valoración del deportista, la edad, el sexo, el peso, las condiciones metabólicas, el desarrollo óseo, los niveles de grasa corporal, el grado de flexibilidad y otras valoraciones que permitirán hacer más científica la planificación deportiva. Los controles médicos suelen ir en concordancia con la planificación psicológica y de esta forma los equipos multidisciplinarios mantienen un control global del atleta.

La propuesta ejecutada por Ruiz-Juan et al. (2016) en corredores de fondo, de manera interesante plantea que el psiquismo de este grupo de deportistas, difiere en gran medida al de otras especialidades. Existe una tendencia a sobre exigir al cuerpo, aun latente en atletas que dejaron la competición. En cuanto a las características psíquicas se puede mencionar que son personas con inclinaciones a disfrutar los estados de soledad y el establecimiento de metas personales. Además, se encuentra marcado el impulso competitivo reflejado a través de auto presiones.

En base a estos antecedentes el objetivo de la actual investigación se centra en determinar la importancia de los componentes metodológicos, psicológicos y afectivos durante la planificación del entrenamiento deportivo en atletas de alto rendimiento.

MÉTODO

El enfoque metodológico es cualitativo en cuanto se aplica una revisión sistemática por medio del método PRISMA consistente en la búsqueda de publicaciones relativas al tema de estudio en forma ordena y obedeciendo a parámetros de exploración previamente establecidos para ello, por lo que es pertinente establecer criterios de inclusión y exclusión, además de establecer un proceso de filtración y selección de publicaciones para los fines de análisis (Sánchez-Serrano et al., 2022).

Criterios de inclusión:

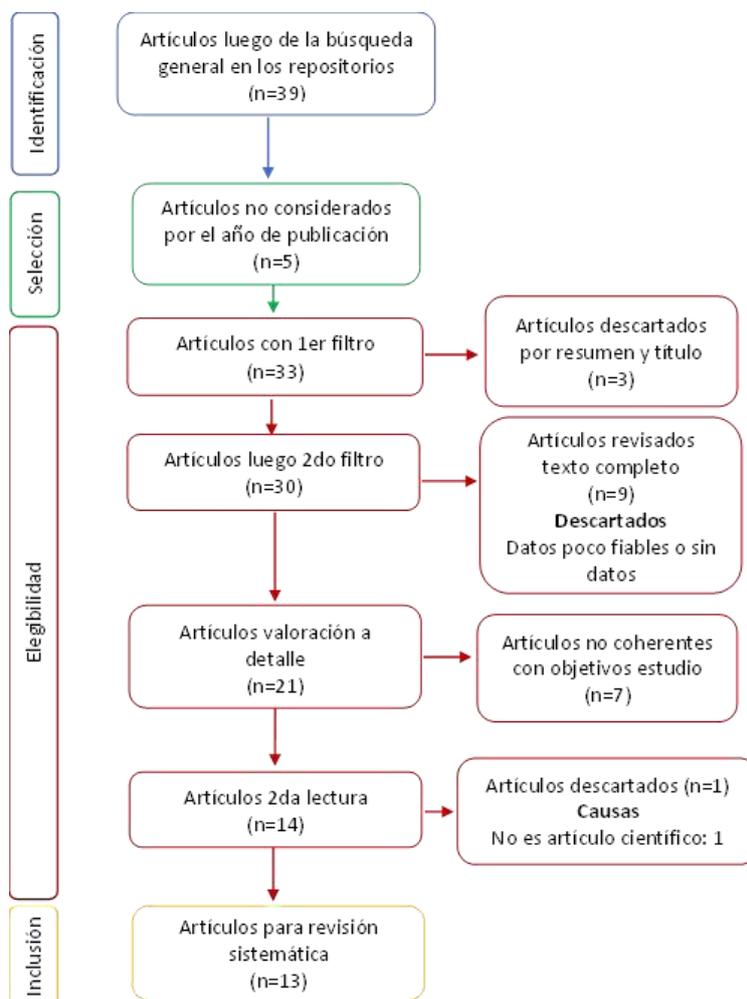
- Trabajos que tenían directa relación entre el entrenamiento deportivo y los factores psicológicos y emocionales.
- Artículos que mantenían relación con las palabras establecidas como claves, siendo las siguientes: entrenamiento deportivo, competición, metodología, psico afectividad.
- Artículos publicados en las bases de datos: SCIELO, Google Académico, EBSCO, Educación Recursos Información Center (ERIC), PsycINFO, Psycnet, y Dialnet.
- Artículos publicados en los años 1995 en adelante.

Criterios de exclusión:

- Fueron excluidas todas las investigaciones que no mantenían concordancia con el tema de estudio.
- Trabajos investigativos que no poseían carácter científico o se encontraban publicados en revistas científicas.
- Trabajos de tipo monográfico, tesis o de grado académico.

Considerando estos criterios, se incluyeron 13 estudios por su directa relación con la temática planteada, se consideraron como prioridad las investigaciones relacionadas con el entrenamiento deportivo y el impacto sobre los elementos psicológicos y emocionales de los atletas. Es importante mencionar que una de las limitaciones fue el margen de tiempo de publicación entre los artículos seleccionados. Existe un escaso abordaje sobre la relación entre cargas de entrenamiento y su impacto en los componentes psicológicos y emocionales de los atletas de alto rendimiento.

En cuanto al proceso de filtrado, siguiendo el método PRISMA, el flujograma del mismo se presenta en la Figura 1.

Figura 1*Proceso de indagación de los artículos*

RESULTADOS

El desarrollo de las capacidades físicas incluye la adquisición de condiciones aeróbicas, velocidad de desplazamiento, equilibrio, movilidad articular, coordinación motriz, tiempos de reacción, resistencia muscular y fuerza. Todas estas habilidades son obtenidas mediante la programación que realiza cada entrenador, sin embargo, los componentes psicológicos del deportista son los que permiten alcanzar los objetivos físicos. Ningún movimiento motriz ocurre sin el funcionamiento mental, allí radica la importancia de utilizar recursos psicopedagógicos (Rosa-Guillamón, 2013).

Uno de los recursos que dispone el psicólogo del deporte y el entrenador, lo constituye la observación, mediante la misma es posible identificar cambios conductuales, analizar la ejecución de gestos motores e identificar situaciones internas del deportista, pues las emociones tienden a proyectarse en las actitudes

y comportamientos. La motivación es identificable en las conductas deportivas (Medina & Delgado-Noguera, 1999).

Un abordaje psicológico y deportivo realizado en atletas de alto rendimiento y ejecutado por Mallqui-Quisintuña et al. (2024) orienta que se deben establecer metas de realización y metas de objetivos. Estas dentro del plano deportivo y a nivel de situaciones personales. Existen atletas cuya vida gira entorno al deporte, esto es un indicador que muestra la influencia de esta actividad en las vivencias relacionales, emocionales y afectivas de los atletas.

Por su parte, el trabajo investigativo sobre las relaciones entre identidad atlética y personalidad en los deportistas de competición propuesto por Cabrita et al. (2014) plantea que la estructura yoica o interna de la persona, se forma en gran medida con los estímulos que recibe del deporte y del entorno que lo rodea, es un ambiente específico el deportivo, pues requiere de cuidados especiales de recuperación donde las cargas de entrenamiento tienen una repercusión sobre los estados emocionales y en ciertas características de la personalidad.

En lo que se refiere al sobre entrenamiento, este ocurre por diversas condiciones, una mala alimentación, cargas indiscriminadas de esfuerzo, bajos periodos de compensación luego de exigencias máximas, pero también se encuentran factores psicológicos, emocionales y afectivos. Una de las modalidades más aplicadas por los técnicos de experiencia lo constituye la incorporación de microciclos de preparación, en estos espacios es posible intervenir psíquicamente con los deportistas y el entrenador (González-Boto et al, 2006).

Las valoraciones y análisis que el deportista realice sobre su propia vida y situación deportiva, pueden verse afectados positiva o negativamente por las actitudes y creencias que pueda tener el entrenador. Se recomienda realizar introyecciones temporales de los resultados deportivos, esto con el objetivo de escuchar las opiniones del atleta, conocer sus sentimientos y emociones, y rectificar la programación o incluir elementos en caso de requerirlos (Liberal et al. 2014).

Existen procesos atencionales y de concentración que se pueden ver afectados por las cargas elevadas aplicadas al organismo. Las funciones mentales superiores pueden sufrir alteraciones temporales en periodos críticos del entrenamiento, esto suele ser común en atletas que llevan al máximo su cuerpo. El dialogo entre el técnico y deportista permite una catarsis emocional, es por esta causa que los entrenadores deben mantener una preparación cultural holística, más en casos de atletas de alto rendimiento. El escuchar con atención se constituye en un elemento psicoafectivo del entrenamiento (Jaenes-Sánchez et al. 2012).

Un dato importante que destaca Riera-Riera (1997) es considerar la especialidad deportiva y sus características físicas y psicológicas. Existen deportes en los cuales el entrenamiento es muy distinto a otras especialidades, por ejemplo, el tiro con pistola y tiro con arco requieren de mayores esfuerzos cognitivos de concentración y focalización de la atención, además de conjugar focos atencionales amplios cortos, cercanos, distantes, se utilizan elementos perceptivos y de reacciones en milisegundos. En estos casos los procesos metodológicos psicológicos y afectivos diferirán en lo pedagógico.

Existen disciplinas deportivas como el tenis de campo, actividad en la cual influencia mucho la personalidad del deportista y los vínculos emocionales que mantenga con su entrenador, preparador físico, psicólogo y miembros del cuerpo interdisciplinario. Las características de este deporte requieren de serenidad, concentración, canalización de los focos atencionales y un arduo trabajo con uno mismo. El autocontrol y autorregulación psíquica es una de las habilidades que suelen desarrollar los tenistas, esto debido a las condiciones de su deporte (González-Hernández, 2017).

La estimulación neuronal aplicada al deporte es propuesta por Alfonso-Mantilla (2019) quien asegura que el uso de estímulos adecuados al cebero del deportista, le permite desarrollar capacidades cognitivas como mejorar los tiempos de reacción, tomar mejores decisiones en milésimas de segundo, reaccionar más eficientemente a los ataques del rival y en general fortalecer sus capacidades internas. El uso de aparatos como el biofeedback son empleados en los equipos psicológicos de atletas de elevado nivel competitivo.

Sentidos como la visión, el oído, el tacto y el olfato pueden ser desarrollados y condicionados a través de entrenamientos psicofisiológicos. De igual manera ocurren los procesos cognoscitivos en los deportistas de competición, mucho depende del grado de preparación pedagógica y los niveles de creatividad que disponga el técnico. Existen disciplinas deportivas como el atletismo y la marcha atlética, en donde se aprovechan las condiciones de la naturaleza y se utilizan materiales como piedras, palos y lo que proporcione el campo travieso (Correa-Recabal et al. 2021).

En lo que respecta al deporte de combate, Reyes-Bossio et al. (2012) refieren que la preparación técnica, táctica y física es muy diferente a otras disciplinas. Los aspectos psicológicos individuales y del colectivo tienen una gran trascendencia, por lo tanto es importante que exista una buena comunicación interna entre los jugadores y el cuerpo técnico, caso contrario se reflejarían estos impases dentro del juego al momento de la competición. La motivación y los aspectos afectivos de equipo tienen que ser trabajados en disciplinas como el rugby, vóleybol, fútbol, básquet, beisbol y en todos los deportes grupales.

Completando el planteamiento de la preparación en equipos colectivos, Reytor-Pérez et al. (2017) señalan que existen tareas grupales que se deben cumplir, esto en cuanto a la planificación física, técnica y psicológica. Al tratarse de deportes colectivos, existen roles de los jugadores de acuerdo a las ubicaciones que ocupan, en este caso el técnico debe prestar atención a las necesidades individuales y colectivas de su equipo. Las pretemporadas son espacios ideales para desarrollar programas de intervención cortos, es decir, son ideales para el trabajo de objetivos específicos en un tiempo determinado.

DISCUSIÓN

Capote-Lavandero et al. (2014) indica que los procesos pedagógicos del entrenamiento de competición son cada vez más complejos y científicos, a esto acota Rodríguez-Verdura et al. (2022) la importancia de los vínculos emocionales que se generan entre el atleta y el entrenador, situaciones que coinciden con los resultados encontrados.

De acuerdo a Cárdenas et al. (2015) es indispensable generar una fortaleza mental en el atleta, lo cual le permita superar los umbrales de dolor, agonía, enojo y frustración, elementos que no son especificados entre los hallazgos del trabajo, pero que si concuerdan con la preparación mental del deportista. Bernal-Reyes et al. (2014) acota que el entrenamiento busca un desequilibrio bioquímico para presionar al cuerpo a funcionar en estados de agotamiento, por lo cual es imprescindible el desarrollo de las capacidades psicológicas del competidor.

La bioadaptación es recalcada por Roldán-Aguilar (2009) que indica refiere al equilibrio del organismo luego de haber sido desestabilizado, resalta la importancia de las intensidades, volúmenes y densidad distribuidas por edad, elementos que no se encontraron presentes en los resultados de la investigación. A esto se suma Buceta (1999) que propone que el entrenamiento no debe ser monótono, situación que coincide con los hallazgos, donde se destaca la creatividad del técnico para manejar el entrenamiento.

Sáenz-López et al. (2023) menciona las emociones como respuestas psicobiológicas frente a los distintos estímulos de entrenamiento, condiciones presentes en los resultados de la investigación. Se agrega lo propuesto por Tarqui-Silva (2021) quien plantea que el entrenamiento debe contemplar las necesidades psicológicas y emocionales del atleta, factores identificados en la exploración.

Un dato de interés lo destaca Sánchez-Gombáu et al. (2005) sobre las patologías que pueden atravesar los atletas de alto rendimiento, esto debido a las elevadas presiones, datos que no se encontraron en los resultados, pero que son de enorme importancia para comprender los procesos de distribución de carga de entrenamiento. Nieto-García y Olmedilla-Zafra (2001) resaltan la necesidad de

llevar evoluciones conductuales del atleta con el fin de sondear continuamente su estado emocional, situación que concuerda con el planteamiento de registros y autorregistros de entrenamiento encontrados en la investigación.

Zarauz-Sancho y Ruiz-Juan (2013) resaltan la importancia de conformar equipos transdisciplinarios en el alto rendimiento, de tal forma que se realice un verdadero control de la evolución del atleta, factor que ha sido destacado en los hallazgos de este trabajo. Ruiz-Juan et al. (2016) refiere la personalidad del atleta de competición, la misma que debe ser considerada al momento de cualquier intervención, situación resaltada dentro de los resultados.

CONCLUSIÓN

Dentro de las principales conclusiones se destaca en primer término que el entrenamiento deportivo tiene como finalidad producir una serie de cambios en el organismo, desequilibrándolo, generando paralelamente un impacto sobre los factores psicológicos y emocionales del deportista, esto con mayor intensidad en los atletas de alto rendimiento, debido a que se ven expuestos a sobre esfuerzos físicos y emocionales.

Es necesario que los entrenadores de atletas de competición, mucho más en los técnicos de alto rendimiento, consideren dentro de su planificación deportiva, la importancia de incluir y contemplar factores psicológicos y emocionales. El deportista se ve afectado a nivel psicológico cuando existen extremas exigencias físicas, pudiendo verse afectada su motivación, estabilidad emocional, e incluso algunas funciones superiores como la atención y concentración, quedando claro que existe una directa relación entre esfuerzo físico y estados psicoemocionales.

Se concluye que los elementos metodológicos psicológicos y emocionales son trascendentales durante la planificación del entrenamiento en atletas de alto rendimiento, pues toda función motriz, parte de las estructuras y conexiones cerebrales. La intensidad de los esfuerzos físicos tiene una repercusión directa en la composición psíquica y emocional del deportista, pudiendo influir en situaciones de sobre entrenamiento y en determinados aspectos de la personalidad.

Al considerar metodológicamente dentro del entrenamiento deportivo los elementos psicológicos y emocionales, es posible evitar situaciones de sobre entrenamiento. Tanto los componentes psicológicos y emocionales tienen una importancia determinante en la homeostasis del deportista, influenciando el desempeño deportivo.

REFERENCIAS

Alfonso-Mantilla, J. (2019). Neurociencia y entrenamiento en el deporte de alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el*

- Deporte*, 8(2), 79-90.
<https://revistas.uma.es/index.php/riccafd/article/view/6698/6182>
- Bernal-Reyes, F., Peralta-Mendivil, A., Gavotto-Nogales, H., & Placencia-Camacho, L. (2014). Principios de entrenamiento deportivo para la mejora de las capacidades físicas. *Biotechnia*, 16(3), 42-49.
<https://www.redalyc.org/pdf/6729/672971121007.pdf>
- Buceta, J. (1999). Intervención psicológica en el entrenamiento deportivo: estrategias para optimizar el funcionamiento de jugadores de baloncesto en sesiones de ensayo repetitivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 8(1), 39-52.
<https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v8n1/19885636v8n1p39.pdf>
- Cabrita, T., Rosado, A., De La Vega, R., & Serpa, S. (2014). Relaciones entre identidad atlética y personalidad en el deporte de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 247-253.
<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235131674004.pdf>
- Capote-Lavandero, G., Rodríguez-Torres, Á., Analuiza-Analuiza, E., Cáceres-Sánchez, C., & Rendón-Morales, P. (2014). El deporte, el entrenamiento deportivo y los entrenadores. *EFDeportes*, 22(234), 1.
<https://www.efdeportes.com/efd234/el-deporte-el-entrenamiento-deportivo-y-los-entrenadores.htm>
- Cárdenas, D., Conde-González, J., & Perales, J. (2015). El papel de la carga mental en la planificación del entrenamiento deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 91-100.
<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235139639011.pdf>
- Correa-Recabal, M., Castelli-Correia de Campos, L., Campos-Campos, K., & Luarte-Rocha, C. (2021). Características Psicológicas del Rendimiento Deportivo en atletas de Boccia pertenecientes al Comité Paralímpico de Chile. *Revista Peruana de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 8(2), 1139-1146. <https://rpcafd.com/index.php/rpcafd/article/view/138/186>
- González-Boto, R., Molinero, O., & Márquez, S. (2006). El sobre entrenamiento en el deporte de competición: implicaciones psicológicas del desequilibrio entre estrés y recuperación. *Ansiedad y Estrés*, 12(1), 99-115.
<https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/ibc-046604>
- González-Hernández, J. (2017). Diseño del entrenamiento mental del tenista. De lo científico a lo aplicado. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 2(1), 1-14.
<https://www.redalyc.org/pdf/6138/613868611005.pdf>

- Jaenes-Sánchez, J., Caracuel-Tubío, J., & Peñaloza-Gómez, R. (2012). Intervención en psicología del deporte: un caso de remo de alta competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(1), 59-63. https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2012v21n1/revpsidep_a2012v21n1p59.pdf
- Liberal, R., Escudero, J., Cantallops, J., & Ponseti, J. (2014). Impacto psicológico de las lesiones deportivas en relación al bienestar psicológico y la ansiedad asociada a deportes de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(2), 451-456. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235131674026.pdf>
- Mallqui-Quisintuña, V., Jordan-Acosta, I., Santamaría-Morales, P., Sisa-Aguagallo, M., & Sisa-Agagallo, C. (2024). Fase inicial de la intervención psicológica clínico-deportiva en atletas de alto rendimiento de Ecuador. *Universidad y Sociedad*, 16(2), 511-516. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4423/4327>
- Medina, J., & Delgado-Noguera, M. (1999). Metodología de entrenamiento de observadores para investigaciones sobre Educación Física y Deporte en las que se utilice como método la observación. *European Journal of Human Movement* (5), 69-86. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2278295>
- Nieto-García, G., & Olmedilla-Zafra, A. (2001). Planificación del entrenamiento psicológico en atletas de élite: un caso en marcha atlética. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(1), 127-142. <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v10n1/19885636v10n1p127.pdf>
- Reyes-Bossio, M., Raimundi, M., & Gómez-Correa, L. (2012). Programa de Entrenamiento en Habilidades Psicológicas en jugadoras de voleibol de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 9-16. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/162581>
- Reytor-Pérez, P., Hernández-Hernández, M., & Lorenzo-Bertheau, E. (2017). El entrenamiento mental del equipo 1ra categoría de fútbol de Granma durante el campeonato nacional de ascenso de la temporada. *Olimpia*, 42, 24-34. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6210631>
- Riera-Riera, J. (1997). Acerca del deporte y el deportista. *Revista de Psicología del Deporte*, 6(1), 127-138. <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v6n1/19885636v6n1p127.pdf>
- Rodríguez-Verdura, H., León-Vázquez, L., & Paz-Ávila, J. (2022). La enseñanza deportiva y el entrenamiento deportivo. *Podium. Revista de Ciencia y*

- Tecnología en la Cultura Física*, 17(2), 823-838.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-24522022000200823&script=sci_arttext
- Roldán-Aguilar, E. (2009). Bases fisiológicas de los principios del entrenamiento deportivo. *Revista Politécnica*, 5(8), 84-93.
<https://revistas.elpoli.edu.co/index.php/pol/article/view/129>
- Rosa-Guillamón, A. (2013). Metodología de entrenamiento de la fuerza. *EFDeportes*, 18(186), 1.
<https://www.efdeportes.com/efd186/metodologia-de-entrenamiento-de-la-fuerza.htm>
- Ruiz-Juan, F., Zarauz-Sancho, A., & Flores-Allende, G. (2016). Dependencia al entrenamiento y competición en corredores de fondo en ruta. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 11(32), 149-155.
<https://www.redalyc.org/pdf/1630/163046240007.pdf>
- Sáenz-López, P., Moncada-Jiménez, J., & Cordero, R. (2023). Relación de la intensidad en los entrenamientos con el rendimiento deportivo, la condición física y variables emocionales. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación* (47), 156-163.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8621886>
- Sánchez-Gombáu, M., Vila, I., Garcia-Buades, E., Ferrer, A., & Domínguez, N. (2005). Influencia del estilo de entrenamiento en la disposición a desarrollar un trastorno de la conducta alimentaria en gimnastas de competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5, 19-28.
<https://revistas.um.es/cpd/article/view/93371/89951>
- Sánchez-Serrano, S., Pedraza-Navarro, I., & Donoso-González, M. (2022). ¿Cómo hacer una revisión sistemática siguiendo el protocolo PRISMA? Usos y estrategias fundamentales para su aplicación en el ámbito educativo a través de un caso práctico. *Bordón. Revista de pedagogía*, 74(3), 51-66.
<https://10.13042/BORDON.2022.95090>
- Tarqui-Silva, L. (2021). Microciclo de psicodiagnóstico deportivo y entrenamiento mental en atletas de alto rendimiento de Ecuador. *PODIUM. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(3), 881-891.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8112782>
- Zarauz-Sancho, A., & Ruiz-Juan, F. (2013). Variables predictoras de la adicción al entrenamiento en atletas veteranos españoles. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (24), 33-35.
<https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732290007.pdf>

CAPÍTULO II

La lúdica y enseñanza deportiva, un reto para los educadores infantiles del siglo XXI

Play and sports education: a challenge for 21st century early childhood educators

A ludicidade e o ensino esportivo: um desafio para os educadores infantis do século XX

Víctor Mallqui-Quisintuña

MINISTERIO DE EDUCACIÓN DE ECUADOR

victor.mallqui@educacion.gob.ec

<https://orcid.org/0000-0002-4202-1462>

Resumen

Introducción: entre las principales necesidades educativas que se presentan al momento de intervenir psicológica y pedagógicamente a edades tempranas, se encuentra una planificación educativa fundamentada en elementos lúdicos y psicodeportivos, los mismos que permiten plantear procesos dinámicos donde se desarrollan las capacidades motrices, psicoafectivas, sociales, de lenguaje y cognitivas. **Objetivo:** identificar las principales necesidades lúdicas y de enseñanza deportiva que deben satisfacer los educadores infantiles del siglo XXI al momento de realizar sus intervenciones psicopedagógicas. **Método:** la investigación se constituye en una revisión bibliográfica de carácter sistémico, se siguieron parámetros de la metodología PRISMA. Se mantuvo un enfoque cualitativo, se obtuvieron catorce artículos que contenían información directa con el tema planteado de las bases de datos: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC) y Dialnet. **Resultados:** existen concordancias entre autores que las actividades lúdicas son indispensables en los procesos de aprendizaje, fundamentalmente a edades tempranas, el desarrollo de capacidades psicomotrices, coordinativas y de equilibrio son parte fundamental en los procesos evolutivo-madurativos, que posteriormente son reforzados con actividades físico-deportivas y deportivas de mayor complejidad. **Conclusiones:** los educadores infantiles deben considerar dentro de sus intervenciones psicopedagógicas el incluir un extenso repertorio de propuestas y dinámicas con características lúdicas y de actividad física. Esto con el fin de mejorar sus estrategias psicoeducativas, promover el desarrollo integral del niño, potencializar sus capacidades físicas y cognitivas, su autoestima, impulsar los procesos de socialización y resolución de conflictos.

Palabras clave: educación, enseñanza deportiva, infancia, lúdica.

Abstract

Introduction: among the main educational needs that arise when intervening psychologically and pedagogically at early ages is an educational plan based on playful and psycho-sporting elements, which allow the creation of dynamic processes where motor, psycho-affective, social, language, and cognitive abilities develop. **Objective:** identify the main playful and sports education needs that 21st-century early childhood educators must meet when carrying out their psychopedagogical interventions. **Method:** this research is a systematic review, following the PRISMA methodology. A qualitative approach was maintained, and fourteen articles containing direct information on the proposed topic were obtained from the databases: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC), and Dialnet. **Results:** there is agreement among authors that playful activities are essential in learning processes, especially at early ages. The development of psychomotor, coordination, and balance abilities is fundamental in evolutionary-maturational processes, which are later reinforced with more complex physical-sport and sports activities. **Conclusions:** early childhood educators should consider including an extensive repertoire of playful and physical activity proposals and dynamics in their psychopedagogical interventions. This aims to improve their psychoeducational strategies, promote the child's integral development, enhance their physical and cognitive abilities, self-esteem, and drive socialization and conflict resolution processes.

Keywords: education, sports teaching, childhood, play.

Resumo

Introdução: entre as principais necessidades educativas que surgem ao intervir psicologicamente e pedagogicamente em idades precoces, encontra-se uma planificação educativa fundamentada em elementos lúdicos e psicoesportivos, que permitem a elaboração de processos dinâmicos onde se desenvolvem as capacidades motoras, psicoafetivas, sociais, de linguagem e cognitivas. **Objetivo:** o objetivo deste trabalho é identificar as principais necessidades lúdicas e de ensino esportivo que os educadores infantis do século XXI devem atender ao realizar suas intervenções psicopedagógicas. **Método:** A presente pesquisa constitui uma revisão bibliográfica de caráter sistêmico, seguindo os parâmetros da metodologia PRISMA. Foi mantido um enfoque qualitativo, obtendo-se catorze artigos que continham informações diretamente relacionadas ao tema proposto, das bases de dados: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC) e Dialnet. Resultados: há concordância entre os autores de que as atividades lúdicas são indispensáveis nos processos de aprendizagem, especialmente em idades precoces. O desenvolvimento das capacidades psicomotoras, coordenativas e de equilíbrio é parte fundamental nos

processos evolutivo-maturativos, que posteriormente são reforçados com atividades físico-esportivas e esportivas de maior complexidade. **Conclusões:** Os educadores infantis devem considerar, dentro de suas intervenções psicopedagógicas, a inclusão de um extenso repertório de propostas e dinâmicas com características lúdicas e de atividade física. Isso com o objetivo de melhorar suas estratégias psicoeducativas, promover o desenvolvimento integral da criança, potencializar suas capacidades físicas e cognitivas, sua autoestima, e impulsionar os processos de socialização e resolução de conflitos.

Palavras-chave: educação, ensino do esporte, infância, ludicidade.

.....

INTRODUCCIÓN

De acuerdo con Summo et al. (2016) en la educación contemporánea, es necesario un impulso emocional y pedagógico para que se propicien una serie de capacidades cognoscitivas y psicosociales. La creatividad es un elemento que debe surgir desde el docente, pues este es el responsable de planificar y ejecutar una serie de intervenciones que deben satisfacer las necesidades del educando.

La visión de Peralta-Espinoza (2008) recalca la urgencia de mantener nuevas propuestas pedagógicas y psicológicas en la educación del Siglo XXI, es necesario generar experiencias educativas que se fundamenten en actividades donde se desarrolle el pensamiento creativo y el dominio de nuevas habilidades que se van adquiriendo con los años, tanto cognitivas como motrices.

Juárez-Pulido et al. (2019) resaltan que la escuela es el escenario primordial para preparar al individuo para afrontar nuevos procesos de aprendizaje, cada vez más complejos y abstractos, de tal manera que se requiere de un análisis profundo sobre los modelos de enseñanza aplicados, siendo evidente que existe una evolución marcada en los países.

Estos precedentes son los que marcan de alguna manera, ciertas necesidades que se reflejan dentro del campo educativo. Por lo que, en este escenario, uno de los retos más importantes establecidos dentro de la educación lo constituye el potenciar las capacidades creativas de los estudiantes, es así que la educación preescolar debe fundamentarse en parámetros lúdicos y pedagógicos (Klimenko, 2008).

Los niveles educativos de inicial y primaria, tienen ciertas características especiales en los procesos metodológicos de enseñanza-aprendizaje, por lo que el juego permite el desarrollo y crecimiento afectivo, social, motriz, cognitivo y moral del niño. El aprendizaje durante los primeros años se lo realiza en base a

refuerzos positivos y determinados condicionantes de la conducta como los que se puede encontrar en la lúdica (Caballero-Calderón, 2021).

Es importante destacar que, durante la etapa de la infancia, los juegos y actividades lúdicas tienen un impacto sobre la personalidad del niño y en el desarrollo de su psiquismo, mientras más crece dispone de distintos y variados recursos motrices, cognitivos, motivacionales y emocionales. Al tomar mayor consciencia, es el niño el que debe elegir la disciplina deportiva que quiere practicar, esto facilitará los procesos de aprendizaje y adhesión al deporte (Saldarriaga-Taborda et al., 2016).

A nivel pedagógico a edades tempranas Grondona (2009) destaca la necesidad de incluir elementos lúdicos y recreativos, pues estos permiten la expresión psicológica y emocional, además de mejorar elementos de psicomotricidad y facultades coordinativas. La creatividad y desarrollo del pensamiento son componentes que deben ser estimulados de manera correcta, el deporte y el juego son necesarios durante las primeras fases de vida, inclusive se extiende hasta finales de la adolescencia, pues es un canalizador de los impulsos de la psique.

Padilla-Cañña (2012) destaca la relevancia de los componentes lúdicos en el desarrollo cognitivo del niño; es importante durante los primeros años de formación, el recibir estímulos adecuados, los cuales inicialmente se fundamentan en juegos. El uso de distintos materiales, texturas y el desarrollo de la fantasía, son elementos que se deben considerar al momento de intervenir pedagógicamente en edades tempranas.

En cuanto a motricidad se refiere, Parraga-Quijije & Zambrano-Acosta (2023) indican que existen diversas maneras de estimular tanto los elementos motrices finos como gruesos, mediante la aplicación de estrategias como juegos de construcción, dinámicas de imitación, actividades artísticas y música, considerando los lineamientos curriculares. En edades un tanto más avanzadas, entre los 5 y 6 años, es incluida la enseñanza deportiva, una vez que ha existido un crecimiento coordinativo general del cuerpo.

Antes de realizar actividades deportivas, Arse et al. (2017) indican que existen periodos críticos en el desarrollo, los mismos que se deben aprovechar para potenciar todo el crecimiento deportivo. Existen fases sensibles de formación, siendo importantes durante los periodos iniciales de aprendizaje, adquirir una excelente precisión de los gestos motores, característicos de cada disciplina deportiva.

Es importante mencionar el criterio de Carrasco-Coca et al. (2021) quienes plantean que debe existir un proceso de transición entre el dominio de las

habilidades motrices y práctica de actividades físico-deportivas. La primera infancia, establecida entre los 0 y 6 años debe ser un periodo en el cual se hayan adquirido las suficientes destrezas motoras, tanto finas como gruesas, un dominio del cuerpo, para posteriormente practicar un deporte, donde existen exigencias coordinativas, de fuerza, tensión y equilibrio.

En cuanto al tema de iniciación deportiva, Uribe-Pareja (2010) indican que estos procesos de aprendizaje se basan en la metodología y teoría de la educación física y el deporte. Se estructuran etapas, las cuales se encuentran organizadas secuencialmente, elaboradas de acuerdo a la edad, maduración, crecimiento, desarrollo cognitivo y emocional. Es importante mencionar que el deporte inculca valores, normas, regula y canaliza conductas, interviniendo en el proceso madurativo físico y de personalidad.

En base a estos antecedentes el objetivo del presente trabajo se centra en identificar las principales necesidades lúdicas y de enseñanza deportiva que deben satisfacer los educadores infantiles del siglo XXI al momento de realizar sus intervenciones psicopedagógicas.

MÉTODO

El estudio se caracteriza por el enfoque cualitativo en el cual se realizó una revisión sistémica consistente en la recopilación de información de investigaciones acerca del tema en estudio, con el fin de efectuar una síntesis de un número relevante de indagaciones de una forma clara, por ello se acude al método PRISMA (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*) (Sánchez-Serrano et al., 2022).

Para ello se consideraron los siguientes criterios de elegibilidad:

Criterios de inclusión:

- Artículos científicos y trabajos investigativos en español publicados entre el año 2000 en adelante.
- Se incluyeron todos los trabajos que tenían directa relación entre la lúdica y enseñanza deportiva dentro de la educación infantil.
- Se incorporaron artículos y trabajos investigativos que mantenían relación con las palabras establecidas como claves, siendo las siguientes: educación, enseñanza deportiva, infancia, lúdica.

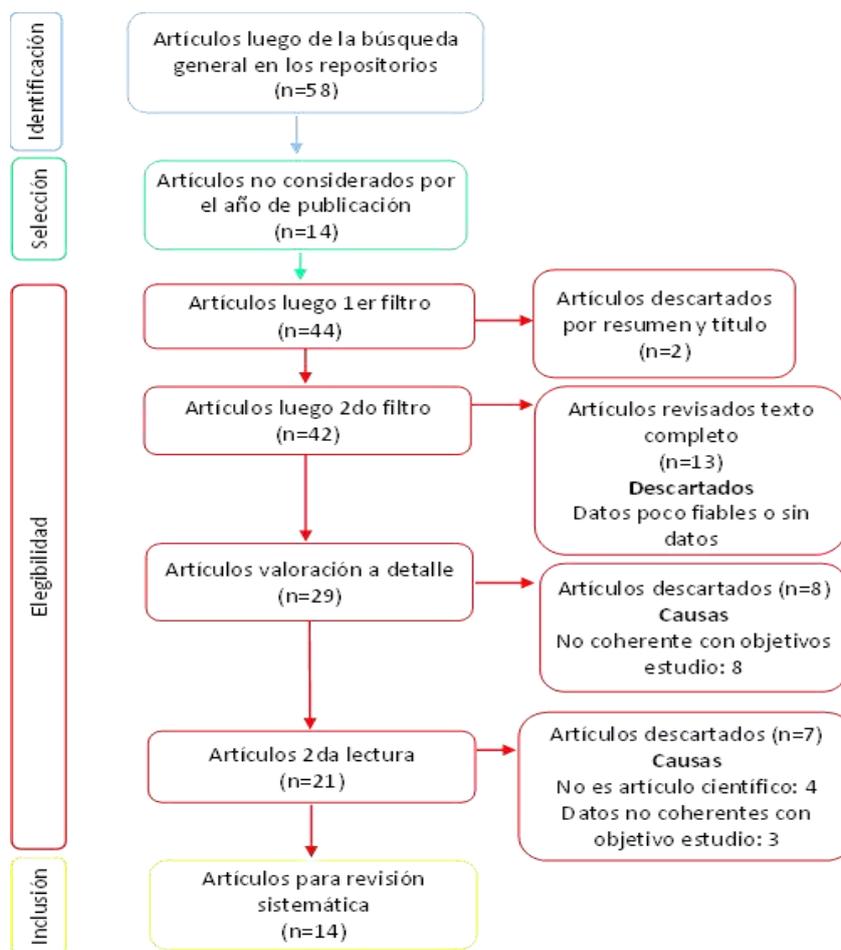
Criterios de exclusión:

- Fueron separadas todas las investigaciones que no mantenían concordancia entre la lúdica y enseñanza deportiva dentro de la educación infantil.
- Trabajos investigativos cuya publicación se encontrase fuera del rango de años de indagación.

Las fuentes de información que se emplearon correspondieron a las bases de datos: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC) y Dialnet. El periodo de consulta ejecutado en estas fuentes de información se extendió entre los meses marzo, abril y mayo del 2024.

Para evitar el riesgo de sesgo de los estudios, se realizó una valoración crítica de forma no organizada. Los artículos seleccionados fueron valorados de forma numérica en base al número de características o condiciones de elegibilidad que estos cumplieran luego de haber sido revisados y analizados. Los artículos fueron clasificados en orden jerárquico, reduciendo el riesgo de sesgo.

En cuanto a la síntesis de resultados, se plateó el diseño de un flujograma (figura 1) donde se evidenció el procedimiento de búsqueda y depuración del material aplicado en la revisión sistémica. Para ello, se incluyeron 14 estudios por su directa relación con la temática propuesta, considerándose como prioridad las investigaciones relacionadas con las actividades lúdicas y deportivas dentro de la educación infantil.

Figura 1*Proceso de indagación de los artículos*

RESULTADOS

Andreu y García-Casas (2000) hacen alusión a que también se encuentran presentes conductas de juego en mamíferos y otras especies de animales, estas actividades permiten mejorar las conductas de caza, la persecución y la lucha. En el caso específico de los seres humanos, el juego es un elemento catártico de la personalidad, permite mejorar los procesos de socialización, desarrolla la creatividad, resolución de conflictos, permite canalizar la agresividad, ayuda en gran medida a equilibrar las frustraciones y tensiones acumuladas.

Por su parte, Posada-González (2014), invita a la inclusión de elementos lúdicos dentro de las planificaciones educativas desde tempranas edades. La lúdica es una estrategia didáctica que busca la formación integral de sujetos activos y está ligada a las actividades físicas, por lo que las propuestas lúdicas dentro del proceso enseñanza-aprendizaje pueden ser incluidas en todos los niveles educativos.

La escuela es uno de los principales escenarios culturales responsables de proponer un desarrollo holístico para la persona, considerando las necesidades lúdicas, recreativas y de desarrollo físico que se necesitan durante las primeras estructuras de formación educativa. El deporte permite educar el tiempo libre del niño, encaminándolo para la realización de actividades positivas (Luengo-Vaquero, 2007).

La aplicación de estrategias lúdicas permite un aprendizaje significativo de asignaturas que pueden presentar dificultad al momento de asimilar conceptos, esta postura ha sido analizada por Farias y Rojas-Velásquez (2010), quienes han utilizado recursos pedagógicos basados en el juego, ellos hablan acerca de facilitar los procesos de asimilación mental de una determinada tarea, desglosando el conocimiento y relacionándolo con actividades lúdico-recreativas.

La trascendencia de considerar elementos pedagógicos lúdicos como estrategia curricular para la convivencia escolar es expuesta por Noy-Martínez y Jaimes-Jaimes (2019), quienes indican que estas estrategias disminuyen los niveles de conductas agresivas, mejoran la resolución de conflictos escolares, el sentido del humor en los infantes y la intercomunicación con los integrantes del grupo educativo, permitiendo una mejor interacción grupal y con el educando.

La importancia de aplicar recursos pedagógicos lúdicos y fundamentados en actividades deportivas se orienta al acrecentamiento del dominio corporal, del control de la respiración, a la mejora del sentido del ritmo, maneja la estructura espacio-temporal, permite la adquisición de flexibilidad muscular. A nivel psíquico interviene en los mecanismos de socialización, de dialogo, en la adquisición de diversas destrezas sociales que le permitirán acoplarse a la cultura y entorno social (Candela-Borja & Benavides-Bailón, 2020).

Torreadella-Flix y Domínguez-Montes (2018) se introducen en el campo de la educación física escolar, pues uno de los primeros pilares fundamentales en la formación de los individuos, quienes explican que esta difiere mucho del deporte, pues se encuentra sujeta a mallas curriculares, donde se deben cumplir ciertos parámetros establecidos de manera general, los cuales son un complemento de la educación. El deporte tiene otra finalidad, la de expresión, superación, dominio de la tarea, búsqueda de logros, además tiene un carácter competitivo muy marcado.

El deporte de iniciación tiene algunas posturas desde una visión pedagógica y de formación psicológica y emocional, tal como lo describen Tuero-Del Prado et al. (2002). Por una parte, se destaca los valores positivos del deporte, pero existen críticas sobre las exigencias que este plantea a tempranas edades, generando un ambiente nocivo de competición. Es importante en este contexto el rol del entrenador y la visión formativa que tenga sobre el deporte de iniciación.

En cuanto a las metodologías de la enseñanza, Peraza-Zamora et al. (2018) presentan una propuesta en la cual indica la inclusión del atletismo como elemento lúdico y deportivo que acompaña a todo el proceso educativo. En su trabajo utilizan como herramienta el aprendizaje de la práctica atlética, obtienen una mejoría en las coordinaciones motrices, óculo-manuales, en la marcha y dentro de los procesos de socialización, los niños experimentan mayores niveles de motivación por la ejecución de las tareas.

Existen visiones diferentes como las de Benavides-Nieto et al. (2017), quienes consideran que la inclusión de actividades recreativas y deportivas dentro de los planes de educación, no solo desarrollan las cualidades antes mencionadas, sino que también permiten un aprendizaje social. Los niños al momento de entablar juegos y actividades lúdicas, comprenden las reglas sociales, mejoran su aprendizaje a través de la imitación, descubren sus roles sociales mediante el contacto con otros niños, aprenden a tolerar la frustración.

En lo que respecta a la iniciación deportiva González-Víllora et al. (2009) destacan que es un periodo que inicia entre los seis y tiene años, logrando extenderse hasta los catorce y quince años, etapas donde la coordinación motriz, el equilibrio, la flexibilidad, resistencia física se van acrecentando paulatinamente con los años. Son periodos sensibles del desarrollo, donde existe una predisposición para el aprendizaje de actividades motrices complejas. Esto se constituye en el primer paso para el desarrollo deportivo, estrechamente ligado a los procesos evolutivos-madurativos, se puede definir al proceso de iniciación deportiva en tres etapas: fase de iniciación, fase de desarrollo y fase perfeccionamiento, el cual incluye la competición.

La inclusión de actividades deportivas en poblaciones que presentan características especiales, ya sean de carácter cognitivo o físico como en el caso de las discapacidades, se constituyen como excelentes recursos psicológicos y pedagógicos para generar ambientes de empatía y solidaridad (Durán-Lluisaca et al., 2020).

Las investigaciones ejecutadas por Gamonales-Puerto (2016) sobre la educación física infantil, presentan una clara diferenciación entre los grupos de estudio que recibieron una estimulación, lúdica y deportiva versus la población que mantuvo procesos educativos comunes. Las percepciones internas y externas son desarrolladas, la resistencia, fuerza, velocidad y flexibilidad son acrecentadas drásticamente cuando tienen los estímulos correctos. Recordemos que entre los 0 y 5 años se presenta la plasticidad cerebral, razón por la cual es un periodo de estimulación y motivación trascendental.

La educación física dentro de los programas educativos tiene la finalidad de preparar al niño para afrontar una serie de retos que le asignará la vida, sin embargo, no existen planificaciones estructuradas de acuerdo a las necesidades

reales de los educandos. Este es un fenómeno que se ha marcado en Sudamérica, se ha descuidado la educación infantil y el desarrollo psicológico, motriz y afectivo que se requiere, esto como parte de todo un complejo engranaje que implica la educación integral (Gambau y Pinasa, 2015).

DISCUSIÓN

Los hallazgos del estudio han permitido identificar que las principales necesidades lúdicas y de enseñanza deportiva que deben satisfacer los educadores infantiles del siglo XXI al momento de realizar sus intervenciones psicopedagógicas implican acciones que trabajen las habilidades psicomotrices, coordinativas y de equilibrio pues son éstas las que repercuten en procesos de evolución y maduración y que en lo posterior se refuerzan con las actividades físico-deportivas más complejas. Por ende, los educadores infantiles deben tener presente en su intervención psicopedagógica la inclusión de acciones lúdicas y actividades físicas que promuevan el desarrollo integral de los niños, potenciando las capacidades a nivel físico, cognitivo, además del autoestima, se impulse la socialización, resolución de conflictos, entre otras habilidades.

En relación a los resultados expuestos, existe una concordancia con los conceptos expresados por Summo et al. (2016) quienes resaltan la necesidad de un impulso pedagógico y emocional en la educación y lo planteado por Peralta-Espinoza (2008) quienes indican la urgencia de desarrollar el pensamiento creativo junto a las nuevas destrezas motrices y cognitivas.

Juárez-Pulido et al. (2019) refieren en cambio que la escuela es el lugar propicio para la generación de aprendizajes, cada vez más abstractos y complejos, mientras que, Klimenko (2008) acota que las necesidades pedagógicas son necesarias en la educación preescolar, donde resaltan los componentes lúdicos y pedagógicos. Factores que son mencionados en los resultados encontrados, agregando que la escuela es el principal escenario cultural idóneo para el desarrollo del pensamiento.

Lo niveles de inicial y primaria son los escenarios idóneos para el crecimiento afectivo, social, motriz, cognitivo y moral del niño, que conforman sus conductas (Caballero-Calderón, 2021). Durante la infancia los juegos y actividades lúdicas son indispensables para el desarrollo de capacidades integrales (Saldarriaga-Taborda et al., 2016). Determinantes que concuerdan con algunos de los resultados encontrados, sumado que los procesos pedagógicos son condicionantes del aprendizaje.

Los componentes lúdicos y recreativos facilitan la expresión de emociones y sentimientos, permiten el desarrollo de las potencialidades motrices, cognitivas, y coordinativas (Grondona, 2009). Es importante el uso de texturas y distintos materiales que permitan el crecimiento de la fantasía (Padilla-Cañña, 2012). Todo

esto recae en los resultados encontrados, donde se valora sobre manera la pedagogía y recursos que utilice el docente.

Parraga-Quijje y Zambrano-Acosta (2023) propone el uso de diversas estrategias como los juegos y dinámicas artísticas y de imitación para los crecimientos cognitivos y coordinativos. Alternativas psicopedagógicas que dispone el docente, elementos mencionados en los resultados y que son complementados con el planteamiento de Arse et al. (2017) quienes acotan que existen periodos críticos del desarrollo que deben ser aprovechados para la introducción al deporte.

La etapa de la primera infancia (0 a 6 años) es trascendental para el desarrollo de las destrezas motoras, coordinativas, de fuerza, tensión y equilibrio, que son la base para la transición al deporte (Carrasco-Coca et al., 2021). Esta transición es abordada por Uribe-Pareja (2010) quienes resaltan que existen etapas en el deporte fundamentadas en la edad, maduración, crecimiento, desarrollo cognitivo y emocional, aspectos que también fueron identificados dentro de los resultados.

CONCLUSIÓN

Dentro de las principales conclusiones se destaca en primer término que el entrenamiento deportivo tiene como finalidad producir una serie de cambios en el organismo, desequilibrándolo, generando paralelamente un impacto sobre los factores psicológicos y emocionales del deportista, esto con mayor intensidad en los atletas de alto rendimiento, debido a que se ven expuestos a sobre esfuerzos físicos y emocionales.

Es necesario que los entrenadores de atletas de competición, mucho más en los técnicos de alto rendimiento, consideren dentro de su planificación deportiva, la importancia de incluir y contemplar factores psicológicos y emocionales. El deportista se ve afectado a nivel psicológico cuando existen extremas exigencias físicas, pudiendo verse afectada su motivación, estabilidad emocional, e incluso algunas funciones superiores como la atención y concentración, quedando claro que existe una directa relación entre esfuerzo físico y estados psicoemocionales.

Se concluye que los elementos metodológicos psicológicos y emocionales son trascendentales durante la planificación del entrenamiento en atletas de alto rendimiento, pues toda función motriz, parte de las estructuras y conexiones cerebrales. La intensidad de los esfuerzos físicos tiene una repercusión directa en la composición psíquica y emocional del deportista, pudiendo influir en situaciones de sobre entrenamiento y en determinados aspectos de la personalidad.

Al considerar metodológicamente dentro del entrenamiento deportivo los elementos psicológicos y emocionales, es posible evitar situaciones de sobre

entrenamiento. Tanto los componentes psicológicos y emocionales tienen una importancia determinante en la homeostasis del deportista, influenciando el desempeño deportivo.

REFERENCIAS

- Andreu, Á., García-Casas, & Miguel. (2000). *Actividades lúdicas en la enseñanza de LFE: el juego didáctico*. Valencia: Universidad Politécnica Valencia. https://cvc.cervantes.es/ENSEÑANZA/biblioteca_ele/ciefe/pdf/01/cvc_ciefe_01_0016.pdf
- Arse, D., Escobar-Casaran, Y., Vergara, S., & Solís, A. (2017). *Fases sensibles: deporte y edad*. [Tesis de grado, Escuela Nacional de Deporte,]. <https://cutt.ly/MeazglXH>
- Benavides-Nieto, A., Romero-López, M., Fernández-Cabezas, M., & Pichardo-Martínez, C. (2017). Deporte en familia como prevención de problemas de conducta desde edades tempranas. *International Journal of Developmental and Educational Psychology*, 3(1), 449-456. <https://www.redalyc.org/pdf/3498/349853365046.pdf>
- Caballero-Calderón, G. (2021). Las actividades lúdicas para el aprendizaje. *Polo del Conocimiento*, 6(4), 861-878. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7926973>
- Candela-Borja, Y., & Benavides-Bailón, J. (2020). Actividades lúdicas en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los estudiantes de básica superior. *Revista de Ciencias Humanísticas y Sociales*, 5(3), 90-98. <https://doi.org/10.33936/rehuso.v5i3.3194>
- Carrasco-Coca, O., Venegas-Freire, D., Toapanta-Peralvo, K., & Maigua-Tenelema, B. (2021). El Desarrollo Psicomotriz y su relación con la Actividad Físico-Deportiva en las Edades Tempranas. *Alfa Publicaciones*, 3(2.1), 42-56. <https://doi.org/10.33262/ap.v3i2.1.48>
- Durán-Llavisaca, C., Aldas-Arcos, H., Ávila-Mediavilla, C., & Heredia-León, D. (2020). Evaluación de capacidades físicas básicas en edades tempranas orientada a la iniciación deportiva. Revisión literaria. *Polo de Conocimiento*, 5(11), 277-296. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659448>
- Farias, D., & Rojas-Velásquez, F. (2010). Estrategias lúdicas para la enseñanza de la matemática en estudiantes que inician estudios superiores. *Paradigma*, 31(2), 53-64. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512010000200005

- Gambau i Pinasa, V. (2015). Las problemáticas actuales de la educación física y el deporte escolar en España. *Revista Española de Educación Física y Deportes* (411), 53-69. <https://www.reefd.es/index.php/reefd/article/view/114>
- Gamonales-Puerto, J. (2016). La educación física en educación infantil. La motricidad en edades tempranas. *Publicaciones Didácticas*(73), 131-174. <https://core.ac.uk/download/pdf/235859236.pdf>
- González-Víllora, S., García-López, L., Contreras-Jordan, O., & Sánchez-Mora, D. (2009). El concepto de iniciación deportiva en la actualidad. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación* (15), 14-20. <https://www.redalyc.org/pdf/3457/345732280003.pdf>
- Grondona, A. (2009). Educación y poder en el siglo XXI. Gubernamentalidad y pedagogía en las sociedades de gerenciamiento. Em A. Sandoval-Forero, *Educación y poder en el siglo XXI. Gubernamentalidad y pedagogía en las sociedades de gerenciamiento* (pp. 307-314). Asociación Latinoamericana de Sociología. <https://cutt.ly/Qeazzqkh>
- Juárez-Pulido, M., Rasskin-Gutman, I., & Mendo-Lázaro, S. (2019). El Aprendizaje Cooperativo, una metodología activa para la educación del siglo XXI: una revisión bibliográfica. *Revista Prisma Social* (26), 200-210. <https://revistaprismasocial.es/article/view/2693>
- Klimenko, O. (2008). La creatividad como un desafío para la educación del siglo XXI. *Revista Educación y Educadores*, 11(2), 191-210. <http://www.scielo.org.co/pdf/eded/v11n2/v11n2a12.pdf>
- Luengo-Vaquero, C. (2007). Actividad físico-deportiva extraescolar en alumnos de primaria. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 7(27), 174-184. <https://www.redalyc.org/pdf/542/54222960001.pdf>
- Noy-Martínez, O., & Jaimes-Jaimes, G. (2019). La lúdica estratégica curricular para la convivencia escolar. *Revista Digital. Actividad Física y Deporte*, 5(2), 40-57. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v5.n2.2019.1253>
- Padilla-Cañña, E. (2012). Lo lúdico en el desarrollo cognitivo del niño. *Repertorio Americano* (22), 103-128. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/repertorio/article/view/5872/5768>
- Parraga-Quijije, A., & Zambrano-Acosta, J. (2023). Actividades lúdicas para el desarrollo de la motricidad gruesa en niños de 3 años. *MQR Investigar*, 7(1), 2431-2451. <https://doi.org/10.56048/MQR20225.7.1.2023.2431-2451>

- Peralta-Espinoza, M. (2008). El derecho a los más pequeños a una pedagogía de las oportunidades en el Siglo XXI. *Revista Iberoamericana de Educación* (47), 33-47. <https://doi.org/10.35362/rie470703>
- Peraza-Zamora, C., Morales-Romero, C., & Rodríguez-Pérez, L. (2018). Juegos para motivar la enseñanza atletismo en edades tempranas desde la clase de Educación Física. *Podium. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 287-300. http://scielo.sld.cu/scielo.php?pid=S1996-24522018000300287&script=sci_arttext&tlng=en
- Posada-González, R. (2014). *La lúdica como estrategia didáctica*. [Tesis de maestría, Universidad Nacional de Colombia,]. <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/47668/04868267.2014.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Saldarriaga-Taborda, S., Cataño-Bohórquez, E., Sepúlveda-Alzate, C., & Gaviria-Alzate, S. (2016). Incidencia de las prácticas deportivas y de actividad física en edades tempranas, sobre las prácticas deportivas que se desarrollan entre los 17 y los 30 años en estudiantes universitarios. *VIREF. Revista De Educación Física*, 5(4), 13-22. <https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/327706>
- Sánchez-Serrano, S., Pedraza-Navarro, I., & Donoso-González, M. (2022). ¿Cómo hacer una revisión sistemática siguiendo el protocolo PRISMA? Usos y estrategias fundamentales para su aplicación en el ámbito educativo a través de un caso práctico. *Bordón. Revista de Pedagogía*, 74(3), 51-66. <https://doi.org/10.13042/Bordon.2022.95090>
- Summo, V., Voisin, S., & Téllez-Méndez, B. (2016). Creatividad: eje de la educación del siglo XXI. *Revista iberoamericana de educación superior*, 7(18), 83-98. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?pid=S2007-28722016000100083&script=sci_arttext
- Torreadella-Flix, X., & Domínguez-Montes, J. (2018). El deporte en la educación física escolar. La revisión histórica de una crítica inacabada. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación* (34), 403-411. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i34.57963>
- Tuero-Del Prado, C., Márquez, S., Tabernero-Sánchez, B., Salguero, A., & Llanos, C. (2002). Elementos a analizar en el proceso de iniciación deportiva. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación. *Retos. Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 1, 9-15. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i1.35106>
- Uribe-Pareja, I. (2010). Iniciación deportiva y praxiología motriz. *Educación Física y Deporte*, 19(2), 69-74. <https://doi.org/10.17533/udea.efyd.361>

CAPÍTULO III

Determinantes socioeconómicos y psicoafectivos requeridos para un adecuado proceso de enseñanza-aprendizaje en la primera infancia

Socioeconomic and psycho-affective determinants required for an adequate teaching-learning process in early childhood

Determinantes socioeconômicos e psicoafetivos necessários para um processo de ensino-aprendizagem adequado na primeira infância

Clelia Sisa-Aguagallo

MINISTERIO DE EDUCACIÓN DE ECUADOR

clelia.sisa@educacion.gob.ec

<https://orcid.org/0009-0008-1379-8847>

Resumen

Objetivo: identificar los principales determinantes socioeconómicos y psicoafectivos que permiten una evolución o que condicionan los procesos de enseñanza - aprendizaje en la primera infancia. **Método:** se constituye en una revisión sistémica, se utilizó la metodología PRISMA, tiene una visión cualitativa. Se seleccionaron 12 artículos por su directa relación con el tema planteado, se utilizaron las siguientes bases de datos: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC) y Dialnet. **Resultados:** Dentro de las investigaciones exploradas se identificaron elementos familiares, sociales, en políticas públicas vinculadas a la salud, nutrición y educación, como los principales determinantes que condicionan los procesos de enseñanza-aprendizaje durante la primera infancia. **Conclusiones:** entre los principales determinantes socioeconómicos que afectan los procesos educativos lo constituye la estabilidad laboral y situación socioeconómica de la familia, pues en base a estos parámetros se podrá acceder a servicios básicos y una mejor calidad de vida. En cuanto a la importancia de los factores psicológicos y afectivos, la familia es la primera estructura en la cual se forman lazos emocionales y relacionales. Posteriormente la escuela juega un papel protagónico dentro de la formación integral de la persona, en algunos casos asumiendo el rol de la familia y supliendo ciertas ausencias educativas y socio-afectivas.

Palabras clave: educación, primera infancia, psicoafectivo, socioeconómico.

Abstract

Objective: to identify the main socioeconomic and psycho-affective determinants that allow for evolution or condition the teaching-learning processes in early childhood. **Method:** this is a systematic review, using the PRISMA methodology, with a qualitative approach. Twelve articles were selected for their direct relevance to the proposed topic, using the following databases: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC), and Dialnet. **Results:** among the explored research, family, social elements, and public policies related to health, nutrition, and education were identified as the main determinants that condition the teaching-learning processes during early childhood. **Conclusions:** among the main socioeconomic determinants affecting educational processes are the family's job stability and socioeconomic situation, as these parameters determine access to basic services and a better quality of life. Regarding the importance of psychological and affective factors, the family is the first structure where emotional and relational bonds are formed. Subsequently, the school plays a key role in the comprehensive formation of the person, sometimes assuming the role of the family and filling certain educational and socio-affective gaps.

Keywords: education, early childhood, psychoaffective, socioeconomic.

Resumo

Objetivo: identificar os principais determinantes socioeconômicos e psicoafetivos que permitem uma evolução ou que condicionam os processos de ensino-aprendizagem na primeira infância. **Método:** constitui-se em uma revisão sistemática, utilizou-se a metodologia PRISMA, com uma visão qualitativa. Foram selecionados 12 artigos por sua direta relação com o tema proposto, utilizando-se as seguintes bases de dados: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC) e Dialnet. **Resultados:** dentro das pesquisas exploradas, foram identificados elementos familiares, sociais e em políticas públicas relacionadas à saúde, nutrição e educação como os principais determinantes que condicionam os processos de ensino-aprendizagem durante a primeira infância. **Conclusões:** entre os principais determinantes socioeconômicos que afetam os processos educativos estão a estabilidade laboral e a situação socioeconômica da família, pois com base nesses parâmetros será possível acessar serviços básicos e uma melhor qualidade de vida. Quanto à importância dos fatores psicológicos e afetivos, a família é a primeira estrutura na qual se formam laços emocionais e relacionais. Posteriormente, a escola desempenha um papel protagonista na formação integral da pessoa, em alguns casos assumindo o papel da família e suprimindo certas ausências educativas e socioafetivas.

Palavras-chave: educação, primeira infância, psicoafetiva, socioeconômica.

INTRODUCCIÓN

La primera infancia es una etapa crucial para el crecimiento y desarrollo psicoevolutivo del niño, comprendiendo la edad entre los 0 y 6 años. Durante esta fase, se observa una acelerada evolución cerebral debido a los procesos de mielinización. En esta etapa, el aprendizaje juega un rol trascendental, siendo los mecanismos pedagógicos de enseñanza-aprendizaje fundamentales (Gómez-Cardona, 2017).

Existe una relación estrecha entre la desnutrición infantil y los factores socioeconómicos de las familias, incluyendo el bajo nivel educativo de los padres, la limitada oportunidad laboral, y las restricciones sociales, económicas y culturales, especialmente para la mujer (Blanco-Guijarro, 2008). Además, hay un vínculo directo entre la mortalidad y las enfermedades infecciosas y parasitarias (De La Guardia-Gutiérrez & Ruvalcaba-Ledezma, 2020).

Jasso-Gutiérrez y López-Ortega (2014) señalan que la salud y el acceso a servicios de atención son determinantes sociales y económicos fundamentales para un correcto desarrollo integral. Sin embargo, en Sudamérica, la realidad dista mucho de los avances observados en países como México, Chile y Uruguay. La salud está ligada a la nutrición, vacunación, desparasitación, vivienda y acceso a servicios básicos.

Machado-Duque y Calderón-Flórez (2014) plantean que la nutrición, la desnutrición infantil y la falta de seguridad alimentaria son problemas graves de salud pública, afectando especialmente a los países sudamericanos. Según UNICEF y la OMS, todos los niños y niñas tienen derecho a una adecuada alimentación, pero la realidad muestra que 2.2 millones de muertes anuales se deben a la desnutrición.

Rozengardt (2020) indica que las políticas estatales aplicadas por cada gobierno son cruciales para cubrir las necesidades de la población, incluyendo alimentación, salud, educación y acceso a servicios básicos. Un ejemplo claro es la lactancia durante la primera infancia, esencial para un correcto desarrollo psicoafectivo del niño. La familia es la primera estructura social que debe ser fortalecida y atendida frente a sus demandas médicas, económicas, culturales, laborales y educativas (Pinzón-Segura, 2023).

El acceso a servicios de educación y cultura también es un determinante socioeconómico crucial. Sudamérica ha afrontado campañas de alfabetización y

escolarización obligatoria, pero persisten problemas de equidad en el acceso a la educación, especialmente en la educación superior. Además, hay necesidades específicas para las personas refugiadas en países como Colombia, Perú y Ecuador (Ancheta-Arrabal, 2019).

La familia es un determinante trascendental para el crecimiento psicoemocional. Isaza-Valencia (2012) resalta que la familia es el primer escenario psicoafectivo donde se desarrollan potencialidades distintas a las adquiridas en el entorno social. La calidad de la relación familiar influye en los mecanismos de integración social, siendo clave el tipo de relaciones interpersonales dentro de la familia.

La familia contemporánea presenta variantes en su estructura organizativa, como familias ensambladas y matrimonios previos, lo que afecta los aspectos relacionales y comunicativos. La situación económica y social de la familia, el empleo y la educación son cruciales, y el Estado debe realizar campañas de preparación para la paternidad y maternidad responsable (Ramírez-Robledo et al., 2015).

Rivas (2015) atribuye una elevada influencia a la cultura en los procesos de desarrollo en la primera infancia. Las costumbres y actitudes aprendidas mediante la interacción con el entorno son transmitidas por los padres a los hijos.

Muñoz-Vinuesa et al. (2018) definen el neurodesarrollo como la interacción entre factores cognitivos, cerebrales, genéticos y conductuales a lo largo de la vida, destacando la importancia de los componentes hereditarios y genéticos en la adquisición de conocimientos y capacidades de aprendizaje.

Irwin et al. (2007) plantean que la inequidad de recursos económicos en Sudamérica afecta a la familia, una estructura social impactada por la baja inversión de las naciones. El nivel de adquisición de la familia influye en el acceso a mejores servicios para un desarrollo integral.

Myers (2000) señala que los proyectos económicos destinados a la familia en Sudamérica se enfocan en nutrición, educación y salud, sin cubrir completamente las necesidades de la niñez ni la situación de empleo familiar. La estabilidad laboral es fundamental para el equilibrio de vida, especialmente en la niñez, cuando el niño depende de sus padres.

Teniendo en cuenta el contexto, este estudio tiene como objetivo identificar los principales determinantes socioeconómicos y psicoafectivos que influyen en los procesos de enseñanza-aprendizaje en la primera infancia

MÉTODO

El estudio se caracteriza por un enfoque cualitativo, siguiendo una revisión sistémica por medio de la metodología PRISMA que implica la indagación de información de forma organizada en base a criterios de selección de las investigaciones para luego efectuar un análisis crítico de los mismos y poder extraer u sintetizar los datos relevantes en concordancia con los objetivos de exploración que se han trazado (Barquero-Morales, 2022).

Los criterios de elegibilidad fueron:

- Se incluyeron todos los trabajos que tenían directa relación entre los factores socioeconómicos y psicoafectivos y el impacto en los procesos de enseñanza - aprendizaje en la primera infancia.
- Se incorporaron artículos que mantenían relación con las palabras establecidas como claves en español e inglés: educación; primera infancia; psicoafectivo; socioeconómico.

Los criterios de exclusión fueron los siguientes:

- Fueron excluidas todas las investigaciones que no mantenían concordancia entre la relación existente entre los factores socioeconómicos y psicoafectivos y el impacto en los procesos de enseñanza - aprendizaje en la primera infancia.

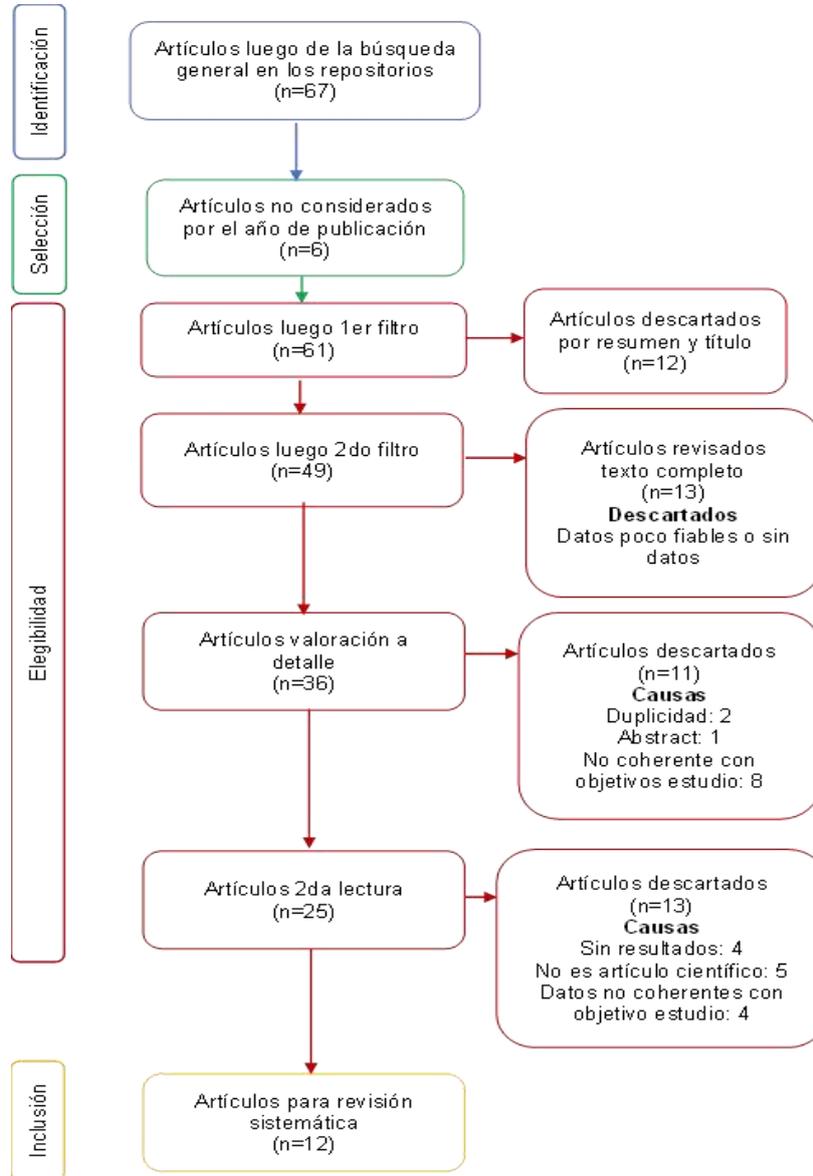
Se utilizaron las bases de datos: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC) y Dialnet. El periodo de consulta correspondió a los meses entre febrero, marzo, abril y mayo del 2024.

Los artículos seleccionados fueron valorados de forma numérica en base al número de características o condiciones de elegibilidad que estos cumplieran luego de haber sido revisados y analizados. Los artículos se clasificaron en orden jerárquico para reducir el riesgo de sesgo. Se realizó una valoración crítica de forma no organizada.

Posterior a ello, se ejecutó el diseño de un flujograma (figura 1) en el cual se planteó el procedimiento de búsqueda y depuración del material aplicado en la revisión sistémica. Se realizó adicionalmente una discusión metódica de las investigaciones seleccionadas en base a la pregunta planteada. Se incluyeron 12 estudios para la revisión final.

Figura 1

Proceso de indagación de los artículos



RESULTADOS

Los resultados fueron agrupados en la siguiente tabla

Tabla 2

Síntesis de los artículos seleccionados en la revisión sistemática

No.	Autores / año	Título	Tema de los estudios
1	Rodríguez-Bustamante, Vicuña-Romero & Zapata-Posada (2021).	Familia y escuela: educación afectivo-sexual en las escuelas de familia.	Defienden la postura en la cual la familia es el primer escenario de aprendizaje en todos los aspectos: de lenguaje, cognitivo, movilidad o motricidad, afectivo y de habilidades sociales. Su trabajo se centra más en el desarrollo psico-sexual, sin embargo, el estudio indica la sensibilidad a la que se ve expuesto el niño, y la influencia del entorno más cercano durante los cinco primeros años, siendo primordial el análisis de la estructura familiar.
2	González-Bedoya & Molina-Osorio (2020).	Condiciones socioeconómicas y afectivas de jóvenes universitarias madres de familia.	El trabajo investigativo refleja de manera objetiva que el factor laboral se encuentra ligado a la variable económica. Lo cual es una de las bases piramidales para cubrir necesidades básicas como acceso a servicios básicos, vivienda, alimentación, salud y educación. Los elementos culturales que posea la madre serán determinantes al momento de asumir el rol de cuidadora y protectora.
3	Salazar, Feu, Carrisoza & De la Cruz-Sánchez (2013).	Entorno social afectivo y entorno urbano como determinantes del patrón de actividad física de los universitarios de Colima.	La publicación indica que los hogares con mayor estabilidad afectiva, tienden a criar niños más activos, más seguros de sí mismos y con mayores capacidades de socialización. La familia tiene la capacidad de moldear la expresión de sentimientos del infante, es la formadora de las primeras relaciones sociales.
4	Aguilar-Aldana & Sierra-Díaz (2020).	Evaluación de la implementación de la política pública de la primera infancia por parte de la Gobernación de Santander a partir de la perspectiva de los funcionarios.	Se menciona la importancia de las políticas públicas para el desarrollo integral de la primera infancia, se destacan los accesos a los servicios médicos, de educación, nutrición y protección frente a situaciones como la violencia intrafamiliar, mendicidad y problemas hereditarios. Las políticas de gobierno cubren las necesidades que las familias en situaciones de riesgo atraviesan.
5	Hernández-Rincón (2017).	Atención primaria y determinantes sociales en salud en	Se alude a la dificultad de enfrentar problemáticas como la desnutrición infantil, la ausencia de servicios básicos, el desempleo, la

	la formación de recursos humanos en Colombia para el mejoramiento de la salud de la población.	deserción estudiantil, la violencia intrafamiliar, los embarazos prematuros, las transmisiones de enfermedades sexuales y otras afecciones sociales, mientras no existan políticas públicas centradas en satisfacer las urgencias de la sociedad. Es decir, existe una dependencia entre las políticas de gobierno, y las políticas públicas especializadas en cada parcela.
6	Sánchez-Sinchiguano & Fernández-Nieto (2024). The impact of child malnutrition on the teaching-learning process of schoolchildren. Salud	Las políticas públicas de salud y nutrición serían los pilares bases para que pueda existir un desarrollo biológico y psicológico centrado en lo indispensable. La necesidad de satisfacer las necesidades alimenticias se constituye en una de las pulsiones primarias del ser humano; en los primeros años la lactancia proporciona el cuidado afectivo que el niño requiere, en ocasiones es sustituido y allí son visibles las políticas estatales en temas de leyes laborales, protección a la madre y al niño, además de la oferta de servicios públicos como guarderías y centros infantiles.
7	Fernández, Luquez & Leal (2010). Procesos socio-afectivos asociados al aprendizaje y práctica de valores en el ámbito escolar.	Se indica que el rol formador de la familia ha ido modificándose con el transcurso de los años, otorgando esta responsabilidad a la escuela. Uno de los primeros escenarios para la adquisición y consolidación de valores y el desarrollo de las primeras estructuras de la personalidad dependen de la educación infantil. Es importante dentro de la educación escolar y preescolar enfocarse en procesos afectivos, emocionales y cognitivos, respetando los diseños curriculares.
8	Robledo-Castro, Amador-Pineda & Nãñez-Rodríguez (2019). Políticas públicas y políticas educativas para la primera infancia: desafíos de la formación del educador infantil.	Existen distintas posturas sobre la importancia de las diferentes políticas estatales empleadas para impulsar el desarrollo social. El Estado es el responsable de generar propuestas gubernamentales donde la educación tenga prioridad y se puedan invertir fondos estatales en la capacitación en primera instancia de los educadores. Esta primera fase de capacitación y formación de los docentes tiene conexiones con la oferta académica de grado y postgrado que ofrecen las universidades, pues busca satisfacer la matriz productiva.
9	Guerrero-Rojas & Morales- Incidencia de los factores Epigenéticos como determinantes de los trastornos del	Esta propuesta tiene una base teórica fundamentada en que los trastornos de aprendizaje, los cuales son muy comunes en la infancia, e inclusive estadísticamente han ido

	Domínguez (2019).	Neurodesarrollo: Trastorno Espectro Autista (TEA) en la primera infancia.	acrecentando su problemática en el transcurso de los años, tienen una raíz hereditaria, predisponente para desencadenar trastornos del lenguaje, del aprendizaje de las matemáticas, se incluyen ciertas afecciones psicológicas y emocionales, fenómenos que son as frecuentes en ambientes precarios, donde existen bajas condiciones de calidad de vida y familias con problemas de funcionamiento.
10	Paredes-Bermeo (2020).	Importancia del factor lúdico en el proceso enseñanza-aprendizaje: propuesta de un manual de actividades lúdicas para la asignatura de Estudios Sociales.	Entre las diversas posturas sobre los factores que intervienen en un correcto modelo de enseñanza y aprendizaje durante la infancia, se incluye la línea de investigaciones que indican que los elementos lúdicos son un requerimiento psicológico y pedagógico indispensable para proporcionar un ambiente adecuado para el desarrollo biológico y psíquico equilibrado. Las metodologías de enseñanza deben fundamentarse en recursos basados en el juego y el aprendizaje interactivo, donde exista una libertad de aprendizaje y ocurra de forma gradual y espontánea.
11	Bohórquez-Montoya, Cabal-Álvarez & Quijano-Martínez (2014).	La comprensión verbal y la lectura en niños con y sin retraso lector.	La investigación muestra lo que existe tras la comprensión verbal y lectora con y sin retraso, visibiliza la importancia de las primeras relaciones psicoafectivas con la familia y el entorno, las mismas que son parte de una cadena secuencial de situaciones y aprendizajes que se encuentran vinculados con el desarrollo cognitivo, psicológico y afectivo que permiten la adquisición de conocimientos como las capacidades lectoras y verbales, indispensables para el desarrollo de posteriores cogniciones más complejas.
12	Azar, Arán-Filippetti & Vargas-Rubilar (2019).	Estrato socioeconómico y funcionamiento ejecutivo: su relación con las competencias académicas en edad escolar, Centro de Estudios Académicos en Neuropsicología.	Se enfatiza en el estrato económico al cual pertenece la familia como el principal determinante en el desarrollo de las matemáticas y comunicación. En base a este antecedente se puede identificar una serie de fortalezas y debilidades en las áreas sociales, cognitivas, de lenguaje y de crecimiento. Estos elementos no necesariamente se encuentran ligados a la capacidad económica, más si a los elementos culturales y educativos que disponga la familia para afrontar las exigencias del entorno.

DISCUSIÓN

Se ha destacado la importancia de los factores externos en los procesos educativos, con diversas perspectivas enriqueciendo la discusión. Por ejemplo, Gómez-Cardona (2017) subraya la relevancia de la primera infancia debido a la mielinización y la sensibilidad en los procesos de enseñanza-aprendizaje, elementos que son evidentes en los resultados encontrados. En contraste, Blanco-Guijarro (2008) argumenta que, si bien los factores socioeconómicos familiares no determinan directamente el desarrollo de las capacidades del niño, sí lo hacen la educación y la cultura, en línea con los datos obtenidos.

La salud se identifica como un factor socioeconómico clave que afecta directamente el desarrollo cognoscitivo del infante (Jasso-Gutiérrez & López-Ortega, 2014). Machado-Duque y Calderón-Flórez (2014) complementan esta visión al señalar que la nutrición, la desnutrición y la inseguridad alimentaria constituyen graves problemas de salud pública, corroborando los criterios de los autores revisados.

Rozengardt (2020) introduce otra dimensión al resaltar la influencia de las políticas públicas y estatales. Pinzón-Segura (2023) amplía esta perspectiva al incluir la educación, la salud, la cultura, el deporte y el apoyo familiar dentro de estas estructuras gubernamentales, coincidencias que se reflejan en los resultados.

Ancheta-Arrabal (2019) añade otro determinante socioeconómico: el acceso a la educación y la cultura en niveles primario, secundario y superior. Isaza-Valencia (2012) complementa esta visión al subrayar la importancia de los vínculos familiares en el establecimiento de conductas sociales y el manejo de la afectividad, aspectos que están presentes en los hallazgos.

Ramírez-Robledo et al. (2015) aportan una perspectiva interesante sobre la familia contemporánea, destacando la evolución de los roles parentales, aunque estos elementos no se abordan en los resultados. Por otro lado, Rivas (2015) enfatiza la cultura como un determinante prioritario para el desarrollo cognitivo óptimo del niño, indicando que las limitaciones en esta área restringen su crecimiento, lo cual coincide con la investigación.

Irwin et al. (2007) analizan la inequidad en la distribución económica en Sudamérica, destacando la falta de inversión en la estructura familiar, un elemento que coincide en la necesidad de invertir en esta célula social. Myers (2000) observa que los proyectos económicos para la familia se centran en nutrición, educación y salud, pero no abarcan las verdaderas necesidades ni consideran la esfera laboral y el equilibrio económico familiar, coincidiendo parcialmente con los resultados.

La determinación de los factores socioeconómicos y psicoafectivos que influyen en los procesos de enseñanza-aprendizaje en la primera infancia es crucial para desarrollar estrategias educativas efectivas, siendo el involucramiento de la familia lo más importante. Así, la investigación ofrece conocimientos útiles y aplicables para quienes están inmersos en la enseñanza de la primera infancia y desarrollan estrategias didácticas para apoyar el aprendizaje de los educandos.

CONCLUSIÓN

Como resultado de la recopilación de resultados de investigaciones relacionadas con elementos socioeconómicos y psicoafectivos, que intervienen y condicionan los procesos de enseñanza - aprendizaje durante la primera infancia, es posible mencionar que dentro del orden jerárquico establecido por los artículos investigados, la estructura familiar se compone como el primer escenario en el cual se desarrollan y establecen los vínculos afectivos primarios, es el lugar donde el niño satisface sus necesidades biológicas y emocionales, las cuales le permiten adquirir un conocimiento del mundo, iniciando los primeros procesos de aprendizaje y socialización.

Dentro de esta perspectiva, la familia es la base estructural del desarrollo psicológico, social, cognitivo, afectivo y motriz, además se menciona la importancia de los factores económicos, laborales y culturales que puedan tener los cuidadores, pues la estabilidad en estas áreas permite el acceso a la educación, salud, nutrición, servicios básicos, y en general a una estabilidad de vida con acceso a oportunidades de crecimiento.

Por otra parte, se identifica las políticas públicas estatales, como uno de los factores decisivos que influenciarán lo procesos de enseñanza-aprendizaje durante la primera infancia. Destacan las políticas públicas vinculadas a la salud, pues mediante esta área es posible prevenir una serie de afecciones físicas y psicológicas, impulsando el bienestar común en la población y el desarrollo integral, incluido los procesos de aprendizaje, se incluyen campañas nutricionales y de lactancia. Las políticas en educación han sido mencionadas con relevancia por los autores explorados, mencionando que los lineamientos educativos que posea una sociedad, impactarán los procesos de enseñanza-aprendizaje.

Finalmente se concluye que los principales determinantes socioeconómicos que afectan los procesos educativos lo constituyen la estabilidad laboral y situación socioeconómica de la familia, pues en base a estos parámetros se podrá acceder a servicios básicos y una mejor calidad de vida. En cuanto a la importancia de los factores psicológicos y afectivos, la familia es la primera estructura en la cual se forman lazos emocionales y relacionales. Posteriormente la escuela juega un papel protagónico dentro de la formación integral de la persona, en algunos casos

asumiendo el rol de la familia, y supliendo ciertas ausencias educativas y socio-afectivas.

REFERENCIAS

- Aguilar-Aldana, I., & Sierra-Díaz, J. (2020). *Evaluación de la implementación de la política pública de la primera infancia por parte de la Gobernación de Santander a partir de la perspectiva de los funcionarios*. [Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Bucaramanga]. <https://repositorioslatinoamericanos.uchile.cl/handle/2250/3717000?show=full>
- Ancheta-Arrabal, A. (2019). Equidad y educación de la primera infancia en la agenda educativa mundial. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 17(1), 47-59. <https://dx.doi.org/10.11600/1692715x.17102>
- Azar, E., Arán-Filippetti, Vanessa, & Vargas-Rubilar, J. (2019). Estrato socioeconómico y funcionamiento ejecutivo: su relación con las competencias académicas en edad escolar. *Cuadernos de Neuropsicología*, 13(3), 80-93. <https://cutt.ly/HeacOzQ9>
- Barquero-Morales, W. (2022). Análisis de Prisma como Metodología para Revisión Sistemática: una Aproximación General. *Saúde em Redes*, 8(1), 339-360. <https://doi.org/10.18310/2446-4813.2022v8nsup1p339-360>
- Blanco-Guijarro, M. (2008). Construyendo las bases de la inclusión y la calidad de la educación en la primera infancia. *Revista de Educación* (347), 33-54. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2700063>
- Bohórquez-Montoya, L., Cabal-Álvarez, M., & Quijano-Martínez, M. (2014). La comprensión verbal y la lectura en niños con y sin retraso lector. *Pensamiento Psicológico*, 12(1), 169-182. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI12-1.cvl1n>
- De La Guardia-Gutiérrez, M., & Ruvalcaba-Ledezma, J. (2020). La salud y sus determinantes, promoción de la salud y educación sanitaria. *Journal of Negative and No Positive Results*, 5(1), 81-90. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S2529-850X2020000100081&script=sci_arttext
- Fernández, O., Luquez, P., & Leal, E. (2010). Procesos socio-afectivos asociados al aprendizaje y práctica de valores en el ámbito escolar. *Telos*, 12(1), 63-78. <https://www.redalyc.org/pdf/993/99312518005.pdf>

- Gómez-Cardona, L. (2017). Primera infancia y educación emocional. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte* (52), 174-184. <https://www.redalyc.org/pdf/1942/194253828011.pdf>
- González-Bedoya, D., & Molina-Osorio, A. (2020). Condiciones socioeconómicas y afectivas de jóvenes universitarias madres de familia. *Revista Iberoamericana de Educación Superior*, 11(31), 179-198. <https://doi.org/10.22201/iisue.20072872e.2020.31.713>
- Guerrero-Rojas, V., & Morales-Domínguez, G. (2019). *Incidencia de los factores Epigenéticos como determinantes de los trastornos del Neurodesarrollo: Trastorno Espectro Autista (TEA) en la primera infancia*. [Tesis de maestría, Univerisdad Mayor]. <https://cutt.ly/NeacAPEu>
- Hernández-Rincón, E. (2017). *Atención primaria y determinantes sociales en salud en la formación de recursos humanos en Colombia para el mejoramiento de la salud de la población*. [Tesis doctoral, Universidad Miguel Hernández,]. <https://cutt.ly/1eacSw0Z>
- Irwin, L., Siddiqi, A., & Hertzman, C. (2007). *Desarrollo de la primera infancia: un potente ecualizador*. Organización Mundial de la Salud. <https://cutt.ly/qeacSOQo>
- Isaza-Valencia, L. (2012). El contexto familiar: un factor determinante en el desarrollo social de los niños y las niñas. *Poiésis*, 12(23), 1-6. <https://revistas.ucatolicaluisamigo.edu.co/index.php/poiesis/article/view/332>
- Jasso-Gutiérrez, L., & López-Ortega, M. (2014). El impacto de los Determinantes Sociales de la Salud en los niños. *Boletín médico del Hospital Infantil de México*, 71(2), 117-125. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462014000200009
- Machado-Duque, M., & Calderón-Flórez, V. (2014). Determinantes socioeconómicos, inseguridad alimentaria y desnutrición crónica en población desplazada de primera infancia, Pereira, Colombia. *Revista Médica de Risaralda*, 20(1), 3-8. <https://pesquisa.bvsalud.org/portal/resource/pt/lil-729632>
- Muñoz-Vinuesa, A., Afonso-Martín, A., Cruz-Quintana, F., Pérez-Marfil, M., Sotomayor-Morales, E., & Fernández-Alcántara, M. (2018). Determinantes sociales de la salud. Estatus socioeconómico, neurodesarrollo y funciones ejecutivas en la infancia. *Index de Enfermería*, 27(3), 143-146. https://scielo.isciii.es/scielo.php?pid=S1132-12962018000200008&script=sci_arttext

- Myers, R. (2000). Atención y desarrollo de la primera infancia en Latinoamérica y El Caribe: Una revisión de los diez últimos años y una mirada hacia el futuro. *Revista Iberoamericana de Educación*, 22, 17-39. <https://doi.org/10.35362/rie2201020>
- Paredes-Bermeo, E. (2020). Importancia del factor lúdico en el proceso enseñanza-aprendizaje. Propuesta de un manual de actividades lúdicas para la asignatura de Estudios Sociales. Quito: [Repositorio de la Universidad Andina Simón Bolívar, Tesis de maestría]. <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/8119/1/T3508-MINE-Paredes-Importancia.pdf>
- Pinzón-Segura, M. (2023). Tercer Congreso Internacional de Lactancia Materna y Salud Nutricional en Primera Infancia: más allá de los determinantes biológicos. *Revista de Salud Pública*, 25(1), 1. <https://revistas.unal.edu.co/index.php/revsaludpublica/article/view/108750>
- Ramírez-Robledo, L., Quintero-Arrubla, S., & Jaramillo-Valencia, B. (2015). Formación en el trabajo con familias para la educación de la primera infancia. *Zona Próxima*(22), 105-115. <http://www.scielo.org.co/pdf/zop/n22/n22a08.pdf>
- Rivas, R. (2015). Cultura: factor determinante del desarrollo humano. *Entorno*(58), 16-24. <https://doi.org/10.5377/entorno.v0i58.6236>
- Robledo-Castro, C., Amador-Pineda, L., & Nández-Rodríguez, J. (2019). Políticas públicas y políticas educativas para la primera infancia: desafíos de la formación del educador infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales, Niñez y Juventud*, 17(1), 169-191. <https://doi.org/10.11600/1692715x.17110>
- Rodríguez-Bustamante, A., Vicuña-Romero, J., & Zapata-Posada, J. (2021). Familia y escuela: educación afectivo-sexual en las escuelas de familia. *Revista Virtual Universidad Católica del Norte*(63), 312-344. <https://doi.org/10.35575/rvucn.n63a12>
- Rozengardt, A. (2020). Lo no formal en la atención y educación de la primera infancia. Buenos Aires: UNESCO Oficina para América Latina. <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000376926>
- Salazar, C., Feu, S., Carrisoza, M., & De la Cruz-Sánchez, E. (2013). Entorno social afectivo y entorno urbano como determinantes del patrón de actividad física de los universitarios de Colima. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 8(23), 103-112. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=163028052003>

Sánchez-Sinchiguano, J., & Fernández-Nieto, M. (2024). El impacto de la desnutrición infantil en el proceso de enseñanza-aprendizaje de los escolares. *Salud, Ciencia y Tecnología*, 4(721), 1-8. <https://doi.org/10.56294/saludcyt2024721>

CAPÍTULO IV

Componentes psicopedagógicos y emotivos en la planificación de la escalada a tempranas edades (estudio de caso)

Psychopedagogical and emotional components in planning early age climbing (case study)

Componentes psicopedagógicos e emocionais no planejamento da escalada em idades precoce (estudo de caso)

José Garcés-Mosquera

UNIVERSIDAD TÉCNICA DE AMBATO, AMBATO - TUNGURAHUA, ECUADOR

je.garces@uta.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0001-8461-7179>

Resumen

Toda disciplina de iniciación deportiva requiere de un adecuado abordaje pedagógico y psicológico para obtener resultados óptimos en la enseñanza y aprendizaje, por lo que el técnico debe considerar aspectos de la personalidad del niño y respetar los escalafones evolutivos de la infancia, distribuyendo adecuadamente las cargas y presiones de entrenamiento. El objetivo del estudio fue destacar la importancia de los componentes psicológicos, pedagógicos y emotivos en un estudio de caso sobre una atleta de iniciación deportiva en escalada. Se desarrolló un estudio con enfoque cualitativo, alcance exploratorio-descriptivo basado en la investigación acción, se aplicó el método de observación participante y diseño de estudio de casos. Los resultados establecen que el componente psicológico es determinante en los procesos educativos como el deporte de iniciación porque constituye la parte interna del niño, por ello es preciso la intervención pedagógica del entrenador en la enseñanza-aprendizaje, pues influirá en la motivación y adherencia a la práctica atlética. Las estrategias emocionales aplicadas al entrenamiento facilitan los procesos de empatía y comunicación entre técnico y deportistas, influyendo positivamente en la personalidad del niño. Se concluye que la ausencia de consideraciones psicológicas, pedagógicas y emocionales dentro de la programación deportiva de escalada en etapas formativas, son una gran deficiencia para el desarrollo propicio del aprendizaje y desempeño deportivo, generando un impacto negativo sobre la psique, sentimientos y emotividad del atleta.

Palabras clave: edad temprana, emociones, planificación deportiva, psicopedagogía.

Abstract

Introduction: among the main educational needs that arise when intervening psychologically and pedagogically at early ages is an educational plan based on playful and psycho-sporting elements, which allow the creation of dynamic processes where motor, psycho-affective, social, language, and cognitive abilities develop. **Objective:** identify the main playful and sports education needs that 21st-century early childhood educators must meet when carrying out their psychopedagogical interventions. **Method:** this research is a systematic review, following the PRISMA methodology. A qualitative approach was maintained, and fourteen articles containing direct information on the proposed topic were obtained from the databases: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC), and Dialnet. **Results:** there is agreement among authors that playful activities are essential in learning processes, especially at early ages. The development of psychomotor, coordination, and balance abilities is fundamental in evolutionary-maturational processes, which are later reinforced with more complex physical-sport and sports activities. **Conclusions:** early childhood educators should consider including an extensive repertoire of playful and physical activity proposals and dynamics in their psychopedagogical interventions. This aims to improve their psychoeducational strategies, promote the child's integral development, enhance their physical and cognitive abilities, self-esteem, and drive socialization and conflict resolution processes.

Keywords: education, sports teaching, childhood, play.

Resumo

Introdução: entre as principais necessidades educativas que surgem ao intervir psicologicamente e pedagogicamente em idades precoces, encontra-se uma planificação educativa fundamentada em elementos lúdicos e psicoesportivos, que permitem a elaboração de processos dinâmicos onde se desenvolvem as capacidades motoras, psicoafetivas, sociais, de linguagem e cognitivas. **Objetivo:** o objetivo deste trabalho é identificar as principais necessidades lúdicas e de ensino esportivo que os educadores infantis do século XXI devem atender ao realizar suas intervenções psicopedagógicas. **Método:** A presente pesquisa constitui uma revisão bibliográfica de caráter sistêmico, seguindo os parâmetros da metodologia PRISMA. Foi mantido um enfoque qualitativo, obtendo-se catorze artigos que continham informações diretamente relacionadas ao tema proposto, das bases de dados: EBSCO, SCIELO, Psycnet, PubMed, Education Resources Information Center (ERIC) e Dialnet. Resultados: há concordância entre os autores de que as atividades lúdicas são indispensáveis nos processos de aprendizagem, especialmente em idades precoces. O desenvolvimento das capacidades psicomotoras, coordenativas e de equilíbrio é parte fundamental nos

processos evolutivo-maturativos, que posteriormente são reforçados com atividades físico-esportivas e esportivas de maior complexidade. **Conclusões:** Os educadores infantis devem considerar, dentro de suas intervenções psicopedagógicas, a inclusão de um extenso repertório de propostas e dinâmicas com características lúdicas e de atividade física. Isso com o objetivo de melhorar suas estratégias psicoeducativas, promover o desenvolvimento integral da criança, potencializar suas capacidades físicas e cognitivas, sua autoestima, e impulsionar os processos de socialização e resolução de conflitos.

Palavras-chave: educação, ensino do esporte, infância, ludicidade.

.....

INTRODUCCIÓN

El deporte de iniciación es la base piramidal de cualquier actividad que tenga como finalidad la recreación o posteriormente la competición. Es una de las estructuras más delicadas de abordar por temas pedagógicos, psicológicos y emocionales, los cuales afectan el proceso formativo de los niños y niñas. Por ello, es determinante que el técnico emplee recursos psicopedagógicos y genere un impacto emocional positivo sobre el atleta en formación, esto permitirá elevar los niveles motivacionales, produciendo una mayor adhesión a la práctica deportiva, facilitará los procesos de aprendizaje y evolución en su actividad.

En torno a ello se presentan criterios deportivos, expuestos por Durán-Jácome y Torres-Palchisaca (2021), los cuales destacan la importancia de realizar procesos pedagógicos adecuados en base a las edades de los atletas. Además, resaltan, que la iniciación deportiva requiere de un cuidadoso mecanismo de intervención, inicialmente el aprendizaje se encuentra ligado a actividades lúdicas, mucho depende la especialidad deportiva de la cual se trate, sin embargo, los factores emocionales y motivacionales son trascendentales durante las primeras fases de aprendizaje ideo-motor.

Por otra parte, las características de personalidad del entrenador, los conocimientos que posea sobre pedagogía y psicología, más su capacidad técnica y táctica sobre determinada disciplina, serán factores determinantes que condicionan en cierta forma el ritmo y nivel de aprendizaje de sus pupilos (León-Narváez & Aldas-Arcos, 2022). Y es que, la niñez tiene ciertas características biológicas que hay que respetar, es uno de los aspectos destacados por Pancorbo-Sandoval y Blanco-García (1990) quienes además indican que debe existir una distribución progresiva de la intensidad y las cargas, esto hablando del deporte de competición a nivel infantil, el aprendizaje debe partir de lo simple a lo

complejo, aplicando diversas estrategias cognitivas como el aprendizaje imitativo.

Las políticas gubernamentales deportivas que mantienen determinados países, proporcionaron una evolución en esta área tan necesaria dentro de toda sociedad. Países como Cuba, la ex Unión Soviética, Alemania, China y Japón fueron aplaudidos por sus modelos de impulso al deporte, pero a la vez criticados por el exceso de cargas y responsabilidades que sufrieron los niños que conformaban los semilleros deportivos (Fernández-Ortega et al., 2021).

Ante ello, investigadores dentro de las actividades deportivas como Duran-Lluisaca et al. (2020) refieren la necesidad de realizar evaluaciones físicas, médicas y psicológicas en los niños antes de practicar una determinada disciplina, esto debido al impacto de algunas actividades deportivas sobre las condiciones físicas y emocionales. Los parámetros evaluativos deben ser fiables, basarse en fichas psicopedagógicas, guías de observación y otros instrumentos, los mismos que permitirán una planificación técnica acertada de acuerdo a las características individuales de desarrollo psicoevolutivo y fisiológico.

En base a estos antecedentes, autores como Gómez-Mármol y Valero-Valenzuela (2013) refieren la importancia del deporte educativo, el mismo que implica las actividades físico-deportivas que se imparten dentro de las instituciones privadas y de gobierno a nivel de la educación primaria, siendo edades en las cuales se elige un deporte. Estas actividades son la primera puerta hacia la iniciación deportiva, teniendo una repercusión directa sobre la parcela cognoscitiva, motora y afectiva-social de la persona.

En esta línea de estudio, Cañizares et al. (2020) exponen una problemática interesante sobre la innovación pedagógica en estudiantes de deporte y destacan la necesidad de incluir elementos emocionales en los procesos de enseñanza-aprendizaje, reiterando la urgencia de una correcta intervención psicopedagógica, la cual es necesaria dentro del procesos educativos como el aprendizaje deportivo. Es fundamental la generación de un ambiente interactivo para reforzar los nuevos esquemas psicomotores adquiridos.

Uno de los elementos a considerar dentro del aprendizaje de toda disciplina deportiva lo constituyen los procesos de adquisición de nuevas ejecuciones motrices. Los esquemas motores se refieren a las reglas abstractas sobre la realización de un movimiento, para tal efecto es necesario en primera instancia establecer patrones psicopedagógicos a nivel de los elementos sensoriales, los mismos que producen situaciones adaptativas vinculadas a estados psicoemocionales (Arias-Arias, 2013).

En cuanto a la estrecha relación existente entre la lógica deportiva y las emociones, Lagardera-Otero (1999) plantea que las emociones juegan un papel trascendental en todos los aspectos de nuestras vidas. Las situaciones deportivas presentan una extensa variabilidad de entornos y experiencias, las mismas que condicionan las emociones del individuo. A nivel competitivo, que también ocurre en etapas formativas, se puede generar una batalla emocional en el atleta si no es abordado psicopedagógicamente de manera adecuada.

Dentro de todo este contexto, es importante resaltar el rol que posee el profesor de iniciación deportiva, es su tarea primordial preparar al niño para enfrentar situaciones de la vida. Se proyectan en segundo plano los aspectos relacionados al resultado deportivo, los mismos que condicionan elementos psicológicos y emocionales de carácter competitivo. Aquí se destaca la capacidad del técnico para seleccionar futuros talentos deportivos (Rodríguez-Verdura et al., 2018).

En cambio, desde otra perspectiva, García-Naveira y Ruiz-Barquín (2013) indagan sobre la personalidad y plantean la diferencia existente entre la estructura del yo y los rasgos de quienes practican deporte, versus las personalidades inactivas. En el caso de los atletas, su estructura yoica se ve influenciada por los pensamientos, acciones, vivencias y emociones, esto desde la niñez hasta la edad adulta, por tal motivo reluce la importancia de una exhaustiva planificación psicopedagógica en cualquier disciplina, considerando como primer peldaño las edades tempranas.

Por otro lado, Guillén-García (2007) aplica el cuestionario de personalidad 16 PF entre atletas y no atletas, plasmando las características comunes de los deportistas. Con ello logra evidenciar una tendencia en los mismos a presentar mayores puntuaciones en rasgos como extraversión, afabilidad, dominancia, atención a las normas, autosuficiencia y perfeccionismo, entre las principales condiciones. Esto demuestra la importancia de estructurar adecuadamente los procesos formativos deportivos y la influencia que ejercen sobre la personalidad, la cual es cambiante.

Un dato importante que se debe mencionar lo constituyen las características psicológicas del individuo que va a practicar deporte. Existe una estrecha relación entre las condiciones emocionales, afectivas, motivacionales, cognitivas, físicas, y el riesgo de padecer lesiones deportivas. Estas ocurren cuando el formador de atletas no contempla los componentes psicoemocionales de sus dirigidos y aplica elementos antipedagógicos junto a cargas excesivas o muy complejas de tareas físicas (Berengüi-Gil et al., 2013).

En relación a ello, en un abordaje sobre la influencia de la estabilidad emocional y el reconocimiento social en deportistas ejecutado por Castaño & Acevedo-Ruisanchez (2012) se explica que los factores psicosociales impactan en el rendimiento de los deportistas. Los elogios, las recompensas tanto físicas y psicoemocionales, la automotivación y la propia percepción de éxito permiten que los atletas se desenvuelvan de mejor manera dentro su deporte, responsabilidad que recae dentro del formador de iniciación.

Huie-Martínez & Martínez-Hernández (2020) por su parte, demuestran que la falta de control psicoemocional presenta consecuencias negativas dentro de los procesos deportivos. El formador de deportistas debe tener la capacidad de educar, respetar los procesos individuales de identidad, buscando establecer una personalidad positiva en sus pupilos, facilitando una homeostasis psicológica, emocional y afectiva.

Una vez establecido estos antecedentes psicológicos, pedagógicos, emocionales, afectivos y de desarrollo de la personalidad, es imprescindible mencionar que expertos dentro del deporte de la escalada, refieren que los procesos psicopedagógicos de formación en esta disciplina se orientan hacia el desarrollo de elementos motrices como la conciencia corporal, coordinación, fuerza, coordinación, resistencia y flexibilidad. Aquí entran en acción componentes psicoemocionales como la concentración y atención (Mendoza-Muñoz, 2022).

Gonzales-De Garay (2006) expone que en la escala deportiva existen una serie de riesgos, además se añade que es un deporte de vértigo y vacío, pues incluso a tempranas edades los retos hacia las condiciones de alturas son muy elevadas. Es una disciplina en la que entran en juego elementos motivacionales, psicológicos y emocionales del niño, los mismos que permiten la adherencia a esta práctica.

Dentro del plano psicológico y emocional en el campo de la escalada, Martín-Miranda (2002) destaca la planificación del entrenamiento y la selección de componentes que lo estructuran. La dinámica y características de este deporte exigen una metodología muy específica para su aprendizaje, es decir un proceso psicopedagógico específico. Es una disciplina donde se deben desarrollar las potencialidades psicoemocionales y volitivas.

Otros investigadores que han abordado esta especialidad, como Garcés-Mosquera et al. (2023) determinan con exactitud la importancia del abordaje emocional en deportistas infantiles. Realizan un estudio de intervención de caso, donde demuestran la necesidad de una exploración psicológica individual y familiar, esto para determinar las motivaciones intrínsecas y extrínsecas de la

práctica de la escalada, siendo factores psicoemocionales fundamentales para la adhesión a este deporte.

Tarqui-Silva y Garcés-Mosquera (2022) proponen un programa de entrenamiento mental para escalada deportiva a tempranas edades, dentro de este trabajo exploratorio identifican como determinantes a las condiciones psicológicas, emocionales e individuales del niño. Estos elementos permitirán una evolución satisfactoria dentro del aprendizaje de este deporte, la intervención acertada a nivel pedagógico y psicoemocional del formador, será decisiva en todo el proceso.

Es por ello que la investigación se enfoca en destacar la importancia de los componentes psicológicos, pedagógicos y emotivos que se deben tener en consideración al momento de ejecutar planificaciones deportivas dentro de la escalada a tempranas edades, pues estos resultan fundamentales en los procesos formativos en deportes de iniciación en cuanto representan aspectos internos de los niños, siendo relevante el trabajo pedagógico que efectúa el entrenador ya que influye a nivel motivacional y en la adherencia a la práctica deportiva. En cuanto a los aspectos emocionales, en el contexto del entrenamiento, son facilitadores de la empatía y de la comunicación eficaz entre el deportista y el entrenador, además repercute en la personalidad del deportista.

MÉTODO

La metodología aplicada posee un enfoque cualitativo cuyo alcance es exploratorio y descriptivo en tanto se procura el análisis de un tema con poco estudio del cual además se espera obtener características y rasgos en relación -al fenómeno de investigación (López et al., 2010). Es así que fundamenta en la investigación acción, en tal virtud, se especifica a continuación las etapas y fases ejecutadas de acuerdo a lo expuesto por Martí (2004): pre investigación, diagnóstico, programación, conclusiones y propuestas, post investigación.

Se seleccionó como unidad a una sola deportista, cuya edad fue de 13 años, residente en la ciudad de Cuenca-Ecuador, la misma que tiene 3 años practicando dicho deporte de forma competitiva siendo la mejor representante de su provincia. Su selección obedece a un criterio no aleatorio por conveniencia, es decir que la elección de la atleta se debió a discernimientos del investigador que se justifican en la accesibilidad y disposición de sus representantes para la documentación del mismo y autorización para las intervenciones.

Es importante mencionar que se aplicó la técnica de observación durante los entrenamientos, se combinó con la entrevista psicodeportiva donde se realizó la

aplicación de la anamnesis o historia psicológica deportiva, tal como lo sugiere Campos-Covarrubias y Lule-Martínez (2012).

Dentro de la técnica de observación, se utilizó un formato estructurado en base a ciertas conductas que se orientaron a mejorar las rutinas de calentamiento y entrenamiento. Los parámetros planteados para la estructuración de este instrumento se fundamentaron en las rutinas de calentamiento, estiramiento, conducta durante los entrenamientos en cuanto se refiere a respuestas psicoemocionales ante situaciones de estrés y presión, y la retroalimentación y tipo de comunicación con el entrenador. En lo que respecta a la historia psicológica deportiva, se estructuró en base a una combinación de historia clínica y una exploración psicológica deportiva, los datos clínicos contenían historial de embarazo de la madre, enfermedades, desarrollo motor, principales enfermedades, área sexual, de lactancia y desarrollo psicoafectivo entre los principales elementos, y en lo deportivo se exploró la historia de vida atlética, logros, problemáticas, motivaciones, relaciones primordiales, tipo de entrenamiento, organización de vida, área familiar deportiva y proyecciones. Se exploró adicionalmente en sesión especial el estado emocional pues existía tristeza y decaimiento emocional.

El procedimiento para la recolección de la información se siguió de acuerdo a lo planteado por Martí (2004):

Pre investigación: se realizó el acercamiento con el deportista y su representante para poder conocer la situación que conlleva a la intervención psicológica.

Diagnóstico: En esta fase se realizó el levantamiento de la información requerida para la intervención, desde los datos del deportista, entorno familiar, antecedentes deportivos, así como otros aspectos de carácter netamente psicológico a través de instrumentos de apoyo. Siendo pertinente para la investigación presentada una anamnesis estandarizada, es decir la exploración clínica por medio de interrogantes para la identificación de las condiciones y características del atleta (Rodríguez-García & Rodríguez-Pupo, 1999). Fundamentalmente se constituye en una valoración psicológica de la atleta sobre su estado psicológico y emocional, además de la identificación de los parámetros psicopedagógicos bajo los cuales se desarrolla la planificación del entrenamiento, el tipo de relación existente con el técnico, y las características de funcionamiento de las sesiones deportivas.

Programación: En esta etapa se efectuó un trabajo de campo direccionado a intervenir durante el proceso de entrenamiento, es decir que se programan sesiones con objetivos determinados e individuales para el deportista.

Conclusiones y propuestas: Se esboza el informe final de la intervención con el deportista, con los resultados de las acciones realizadas y potenciales propuestas o recomendaciones que se deben considerar en periodos siguientes.

RESULTADOS

El motivo de consulta se centró en una desmotivación, llegando a ser diagnosticada como depresión leve y circunstancial, un cuadro clínico muy especial que requiere una intervención psicológica personalizada a profundidad

Figura 1

Detalle de la unidad de análisis



Nota. Deportista Katalina Paredes Nágera, seleccionada debido a sus características deportivas y condiciones psicológicas en sesión de entrenamiento hielo.

La deportista presentaba estados variables de desmotivación frente a la escala, deporte que es su pasión. Se mencionan algunos aspectos identificados como primordiales, y que se consideran como resultados de la intervención dentro de las diferentes etapas ejecutadas:

- **Pre investigación:** Durante el acercamiento con la deportista y su padre, se identificó a priori la necesidad de la intervención psicológica por temas de rendimiento deportivo y situaciones motivacionales personales relacionadas con la escalada.

Se llegó a un acuerdo terapéutico entre psicólogo, deportista y su padre para la intervención durante el microciclo planificado. Obtención de consentimientos informados y establecimiento de parámetros éticos de abordaje, esto al tratarse de una menor de edad. Autorización del técnico para intervenir en entrenamiento, y en la proposición de elementos psicopedagógicos y emocionales a ser incluidos dentro de la planificación deportiva en escalada, iniciando en etapas de entrenamiento (Figura 2).

Figura 2

Etapas de entrenamiento en escalada



Nota. Deportista Katalina Paredes Nágera en sesión de entrenamiento bulder.

- **Diagnóstico:** Se identificó una motivación variable con respecto a la práctica de la escalada deportiva. Existen conflictos relacionales con uno de sus entrenadores, se identificaron niveles de ansiedad y cierto grado de tristeza durante las entrevistas psicológicas deportivas. Luego de la aplicación del historial psicológico deportivo y la sesión de exploración psicoemocional se pudo concluir mediante la secuencia de su trayectoria deportiva y en base a los resultados, que se trataba de una crisis emocional temporal fundamentada en aspecto relacionales con el entrenador y necesidad de organización psicoemocional en su carrera deportiva. El diagnóstico es presuntivo fundamentado en la exploración psicológica emocional e historia psicodeportiva. Al tratarse de un diagnóstico presuntivo el profesional de la psicología es quien emite este criterio fundamentado en su experiencia y elementos antes citados. Las pautas claves para emitir este criterio se fundamenta en 3 elementos: motivación

durante los últimos 6 meses referente a la práctica de escalada, relación familiar y con el técnico y rendimiento deportivo en competencias y entrenamientos.

- **Programación:** La intervención se realizó mediante la programación de un microciclo con una estructura de diez sesiones, se establecieron objetivos específicos dentro del trabajo individual, como también en la planificación del entrenamiento. Se aplicaron estrategias psicopedagógicas que incluyeron el involucramiento del técnico. En la intervención psicológica individual se trabajó en temas de motivación, técnicas de trazo de metas deportivas, estrategias de visualización y auto diálogo, todas estas de manera breve, puntual y dinámica, considerando la edad de la deportista.

Dentro de la programación de los entrenamientos se incluyeron elementos psicopedagógicos diferentes como estrategias lúdicas y motivacionales, el técnico aplicó lo sugerido, mejorando el vínculo de comunicación y situación emocional con la atleta. También se añadieron dinámicas grupales y técnicas de intervención psicológicas deportivas combinadas con rutinas de entrenamiento en escenarios de muro, boulder y hielo. Destaca la inclusión de elementos psicológicos deportivos específicos a las sesiones de entrenamiento en escalada deportiva (Figura 3).

Figura 3

Etapa de entrenamiento personalizado



Nota. Deportista Katalina Paredes Nágera, dentro de la preparación del microciclo diseñado a sus características, sesión en muro.

Los vínculos comunicacionales y emocionales entre técnico y atleta se consolidaron, mostrando una mayor química dentro de las sesiones diarias deportivas. Fueron estabilizadas sus emociones, pues inicialmente se encontraban presentes sentimientos de tristeza y ansiedad, llegando a acrecentar su pasión por la escalada (Figura 4).

Figura 4

Fase de seguimiento, post investigación



Nota. Deportista Katalina Paredes Nágera en una sesión de exigencias psicológicas y técnicas mostrando un acrecentamiento en su desempeño deportivo.

En lo que respecta a la propuesta realizada sobre introducir elementos psicológicos y pedagógicos posterior a la intervención, fue una de las sugerencias bien valoradas por el entrenador, y existió el compromiso de mantener dinámicas motivacionales, entrenamientos variados con rutinas divertidas y nuevas, junto con la inclusión de actividades lúdicas con fines motivacionales.

DISCUSIÓN

El estudio demuestra la importancia de los componentes psicopedagógicos y emotivos incluidos dentro de la planificación de escalada a tempranas edades, ya que facilitan los procesos de aprendizaje de esta disciplina, generan mayor adherencia a la práctica deportiva, e intervienen dentro del ambiente relacional entre técnico y atleta.

En concordancia con lo expuesto, Duran-Jácome y Torres-Palchisaca (2021) indican la importancia de los procesos pedagógicos dentro del deporte de iniciación, pues intervienen en el aprendizaje, situación que ha sido corroborada en el presente trabajo, donde inicialmente las condiciones pedagógicas de entrenamiento presentaban algunas deficiencias. Por otra parte, se cumplieron

los parámetros mencionados por León-Narváez y Aldas-Arcos (2022) quienes indican la necesidad de que el técnico contemple la inclusión de componentes emocionales y psicopedagógicos dentro de la planificación en edades tempranas. Pancorbo-Sandoval & Blanco-García (1990) por su parte destacan la importancia de controlar las cargas de entrenamiento en niños, elemento que si fue considerado por el entrenador dentro de la actual investigación.

También se enfatiza que el modelo deportivo ecuatoriano, contexto en el que fue desarrollado la investigación, dista mucho de las estructuras formativas en deporte establecidas en países como Cuba, Alemania y China, donde los semilleros del deporte son centros en los cuales los niños tiene sobre exigencias de cargas físicas y responsabilidades, situación expuesta por Fernández-Ortega et al. (2021). Las evaluaciones médicas y físicas no fueron contempladas como lo plantea Durán-Llvisaca et al. (2020) situación que es requerida antes de practicar cualquier disciplina, pero si se incluyeron elementos innovadores para la dinámica de funcionamiento pedagógico, sugerencia que es propuesta por Cañizares et al. (2020).

Dentro del proceso de intervención psicopedagógica y emocional aplicada al entrenamiento con la atleta de escalada, se mejoraron los procesos sensoriales y psicoemocionales de la misma, resultado similar al propuesto por Arias-Arias (2013). Mientras que, Lagardera-Otero (1999) resalta la importancia de las emociones dentro de los procesos formativos deportivos, condición que fue identificada como fundamental dentro de la intervención psicopedagógica y emocional. El técnico mejoró su repertorio de estrategias lúdicas, motivacionales y pedagógicas, considerando aspectos individuales de vida de la atleta, tal como lo recalca Rodríguez-Verdura et al. (2018).

Los rasgos de personalidad y estructura interna psíquica de la atleta, también fueron contemplados y antepuestos a los resultados de desempeño deportivo, factores concordantes con el planteamiento de García-Naveira y Ruiz-Barquín (2013). Se utilizaron estrategias de refuerzo conductual como palabras de motivación, elogios, algunos refuerzos físicos y emocionales dentro del entrenamiento, estableciendo parámetros similares a los citados dentro del trabajo de Castaño y Acevedo-Ruisanchez (2012). En cuanto a los procesos evolutivos individuales Huie-Martínez y Martínez-Hernández (2020) demuestran la necesidad de respetar los mismos, condición que fue exaltada dentro del microciclo de intervención psicopedagógica y emocional.

Se cumplió lo plasmado por Garcés-Mosquera et al. (2023) quienes determinan la necesidad de una intervención psicológica individual para identificar las motivaciones extrínsecas e intrínsecas. Los componentes motivacionales, psicológicos y emocionales propios de la niñez, fueron recalcados al técnico, para

que considere la reestructuración del entrenamiento, factor destacado dentro del trabajo de Gonzales-De Garay (2006).

Se sugiere incluir dentro de investigaciones posteriores, un estudio a profundidad sobre la personalidad de la atleta, pues este elemento facilitará la identificación de determinados rasgos psicológicos que se requieren dentro de la disciplina de escalada deportiva. Los hallazgos encontrados dentro de la presente intervención psicopedagógica y emocional, plantean la necesidad de considerar estos valiosos recursos que intervienen determinantemente dentro de los procesos de enseñanza y aprendizaje en el deporte formativo. Se deben respetar los escalafones psicoevolutivos del niño, valorando sus capacidades individuales y condiciones internas de personalidad, potenciando todas sus cualidades físicas, emocionales y cognitivas.

CONCLUSIÓN

El contemplar los componentes psicoemocionales y emotivos dentro de la planificación del entrenamiento deportivo a tempranas edades, promueve y agiliza los procesos de enseñanza y aprendizaje. Genera ambientes de empatía y confianza entre técnico y deportista, acrecienta los niveles motivacionales por la adherencia a la práctica de la disciplina, influye positivamente en los procesos comunicacionales con el entrenador.

Por otro lado, la ausencia de consideraciones psicológicas, pedagógicas y emocionales dentro de la programación deportiva de escalada en etapas formativas y en cualquier otra disciplina, se constituyen como deficiencias de gran afección para el desarrollo propicio de los procesos de enseñanza-aprendizaje, además tienen un impacto directo sobre la psique, sentimientos y emotividad del atleta.

Se concluye que los elementos psicológicos, pedagógicos y emocionales, son indispensables dentro de la planificación de la escalada deportiva a tempranas edades, esto debido a las condiciones del deporte, su complejidad, alto grado de vértigo y vacío, siendo necesario que el técnico los incluya en su planificación. De tal forma que se consigan resultados óptimos de aprendizaje, una buena disposición de la atleta fundamentada en una comunicación abierta, donde exista empatía entre discente y entrenador. Se propone que los programas de enseñanza en iniciación deportiva en escalada, incluyan elementos psicopedagógicos y emocionales dentro de la planificación, son además excelentes recursos para el desarrollo integral deportivo de los niños.

REFERENCIAS

- Arias-Arias, E. (2013). *Implicaciones didácticas de la teoría del esquema en el aprendizaje y entrenamiento de la técnica deportiva*. La Plata: 10mo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, 9 al 13 de septiembre de 2013. https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.3072/ev.3072.pdf
- Berengüi-Gil, R., Garcés-De Los Fayos, E., & Hidalgo-Montesinos, M. (2013). Características psicológicas asociadas a la incidencia de lesiones en deportistas de modalidades individuales. *Anales de Psicología*, 29(3), 674-684. <http://dx.doi.org/10.6018/analesps.29.3.175811>
- Campos-Covarrubias, G., & Lule-Martínez, N. (2012). La observación, un método para el estudio de la realidad. *Revista Xihmai*, 7(13), 45-60. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3979972>
- Cañizarez, W., Ries, F., & Rodríguez, C. (2020). Estilos de aprendizaje y ambiente de aula. Situaciones que anteceden a la innovación pedagógica en estudiantes de deporte. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*(38), 213-221. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7397371>
- Castaño, C., & Acevedo-Ruisanchez, M. (2012). La influencia de la estabilidad emocional y el reconocimiento social en el rendimiento de los deportistas de combate. *Revista Investigium IRE Ciencias Sociales y Humanas*, 3(3), 119-133. <https://investigiumire.unicesmag.edu.co/index.php/ire/article/view/36>
- Durán-Jácome, J., & Torres-Palchisaca, Z. (2021). Práctica de la halterofilia a edades tempranas. Consecuencias en el crecimiento. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 6(2), 187-205. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7953194>
- Durán-Llavisaca, C., Aldas-Arcos, H., Ávila-Mediavilla, C., & Heredia-León, D. (2020). Evaluación de capacidades físicas básicas en edades tempranas orientada a la iniciación deportiva. Revisión literaria. *Polo del Conocimiento*, 5(11), 277-296. <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/36597/1/documento.pdf>
- Fernández-Ortega, J., Rodríguez-Buitrago, J., & Sánchez-Rodríguez, D. (2021). Aspectos centrales de la identificación y desarrollo de talentos deportivos. Revisión sistemática. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte*

- y *Recreación*(39), 915-928.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7590956>
- Garcés-Mosquera, J., Sailema-Torres, M. I.-M., Tarqui-Silva, L., & Sánchez-Salinas, M. (2023). Intervención estratégica emergente en escalada deportiva (primer análisis de caso Ecuador). *Revista Universidad y Sociedad*, 15(3), 518-524.
http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2218-36202023000300518
- García-Naveira, A., & Ruiz-Barquín, R. (2013). La personalidad del deportista: una revisión teórica desde la perspectiva de rasgos. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 13(51), 627-645.
<https://www.redalyc.org/pdf/542/54228442011.pdf>
- Gómez-Mármol, A., & Valero-Valenzuela, A. (2013). Análisis de la idea de deporte educativo. *E-Balonmano.com. Revista de Ciencias del Deporte*, 9(1), 47-57. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4512295>
- González-De Garay, J. (2006). Iniciación a la escalada deportiva en la escuela. *EFDportes*, 11(98), 1. <https://efdeportes.com/efd98/escalada.htm>
- Guillén-García, F. (2007). Diferencias de personalidad entre deportistas y no deportistas. *Revista de Psicología*, 3(6), 1-15.
<https://repositorio.uca.edu.ar/handle/123456789/6070>
- Huie-Martínez, M., & Martínez-Hernández, M. (2020). Estudio exploratorio de la estabilidad emocional en atletas de tenis de mesa emocional en atletas de tenis de mesa. *Acción*, 16, 1-6.
<https://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/100>
- Lagardera-Otero, F. (1999). La lógica deportiva y las emociones. Sus implicaciones en la enseñanza. La lógica deportiva y las emociones. *Apunts. Educación física y deportes*, 2(56), 99-106.
<https://www.raco.cat/index.php/ApuntsEFD/article/view/307028>
- León-Narváez, E., & Aldas-Arcos, H. (2022). Enseñanza del fútbol basada en una planificación integral para la iniciación deportiva. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria Koinonía*, 7(2), 351-372.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8651460>
- López, J., Blanco, F., Scandroglio, B., & Rasskin-Gutman, I. (2010). Una aproximación a las prácticas cualitativas en psicología desde una perspectiva integradora. *Papeles del Psicólogo*, 31(1), 131-142.
<https://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1803.pdf>

- Martí, J. (2004). *La investigación-acción participativa. Estructura y fases*. Barcelona: Universidad Autónoma de Barcelona. https://beu.extension.unicen.edu.ar/xmlui/bitstream/handle/123456789/175/JMarti_IAPFASES.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Martín-Miranda, J. (2002). Las direcciones de la preparación física en la escalada deportiva. *EFDeportes*, 8(51), 1-2. <https://www.efdeportes.com/efd51/escala.htm>
- Mendoza-Muñoz, R. (2022). Beneficios de la práctica de la escalada deportiva. *Revista de Investigación Cuerpo, Cultura y Movimiento*, 12(2), 1-10. <https://doi.org/10.15332/2422474X.7883>
- Pancorbo-Sandoval, A., & Blanco-García, F. (1990). Consideraciones sobre el entrenamiento deportivo en la niñez y adolescencia. *Archivos de Medicina del Deporte*, 7(27), 309-314. http://www.femede.es/documentos/Entreno_ninez_309_27.PDF
- Rodríguez-García, P., & Rodríguez-Pupo, L. (1999). Principios técnicos para realizar la anamnesis en el paciente adulto. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 15(4), 409-414. <http://scielo.sld.cu/pdf/mgi/v15n4/mgi11499.pdf>
- Rodríguez-Verdura, H., Lara-Caveda, D., & Rodríguez-Soriano, C. (2018). El profesor en la iniciación deportiva y la evaluación de su desempeño. *EFDeportes*, 22(237), 1-9. <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/77/65>
- Tarqui-Silva, L., & Garcés-Mosquera, J. (2022). Diseño y ejecución de un programa de entrenamiento mental para escalada deportiva. *Acción*, 18, 1-3. <https://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/232>

CAPÍTULO V

Impacto psicológico de la familia y el entorno social en el desempeño deportivo de atletas de alto rendimiento

Psychological impact of family and social environment on the performance of high-performance athletes

Impacto psicológico da família e do ambiente social no desempenho de atletas de alto rendimento

Marco Sánchez-Salinas

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA, LOJA - ECUADOR

marco.v.sanchez.s@unl.edu.ec

<https://orcid.org/0000-0003-4681-5742>

Resumen

Objetivo: determinar el impacto psíquico de la familia y del entorno social en el desempeño deportivo de los atletas de alto rendimiento. **Método:** la investigación posee enfoque cualitativo y se constituye en una revisión sistemática con el método PRISMA a través del cual se seleccionaron 13 artículos por su relación con el tema planteado. Se utilizaron las siguientes bases de datos: SCIELO, Google Académico, EBSCO, Education Resources Information Center (ERIC), PsycINFO, Psycnet, y Dialnet. **Resultados:** La familia es el entorno más cercano del atleta, se constituye como el escenario primordial donde adquiere habilidades sociales, autoestima, afecto. El atleta de alto rendimiento depende emocionalmente de su familia, quien le brinda cuidados y estabilidad psíquica. El ambiente de entrenamiento, relación con el técnico y equipo, se constituyen como los agentes cercanos de más impacto sobre la vida del atleta de alto rendimiento y sobre su desempeño psicofisiológico. **Conclusiones:** La familia ejerce una influencia directa en el desempeño deportivo del atleta de alto rendimiento, es una de las fuentes de equilibrio psíquico, en segundo orden jerárquico se encuentra el ambiente deportivo, la relación con el entrenador, amistades de equipo, y como tercer escenario el entorno general del atleta, el mismo que puede ser variable de acuerdo a la situación de vida de cada deportista.

Palabras clave: alto rendimiento, deporte, familia, psicología, sociedad.

Abstract

Objective: to determine the psychological impact of the family and social environment on the sports performance of high-performance athletes. **Method:** the research has a qualitative approach and is constituted as a systematic review using the PRISMA method, through which 13 articles were selected for their relevance to the topic. The following databases were used: SCIELO, Google Scholar, EBSCO, Education Resources Information Center (ERIC), PsycINFO, Psycnet, and Dialnet. **Results:** the family is the athlete's closest environment and serves as the primary setting where they acquire social skills, self-esteem, and affection. High-performance athletes emotionally depend on their families, who provide care and psychological stability. The training environment, relationship with the coach, and the team are the closest agents that most impact the life and psychophysiological performance of high-performance athletes. **Conclusions:** The family exerts a direct influence on the sports performance of high-performance athletes, being one of the sources of psychological balance. The sports environment, relationship with the coach, and team friendships follow in hierarchical order, with the general environment of the athlete, which can vary according to each athlete's life situation, as the third setting.

Keywords: high performance, sports, family, psychology, society.

Resumo

Objetivo: determinar o impacto psicológico da família e do ambiente social no desempenho esportivo de atletas de alto rendimento. **Método:** a pesquisa possui abordagem qualitativa e se constitui em uma revisão sistemática com o método PRISMA, através do qual foram selecionados 13 artigos pela sua relação com o tema proposto. Foram utilizadas as seguintes bases de dados: SCIELO, Google Acadêmico, EBSCO, Education Resources Information Center (ERIC), PsycINFO, Psycnet e Dialnet. **Resultados:** a família é o ambiente mais próximo do atleta e se constitui como o cenário primordial onde ele adquire habilidades sociais, autoestima e afeto. O atleta de alto rendimento depende emocionalmente da família, que lhe proporciona cuidados e estabilidade psíquica. O ambiente de treinamento, a relação com o técnico e a equipe são os agentes mais próximos que mais impactam a vida e o desempenho psicofisiológico do atleta de alto rendimento. **Conclusões:** a família exerce uma influência direta no desempenho esportivo do atleta de alto rendimento, sendo uma das fontes de equilíbrio psíquico. O ambiente esportivo, a relação com o treinador e as amizades da equipe vêm em ordem hierárquica, com o ambiente geral do atleta, que pode variar de acordo com a situação de vida de cada atleta, como o terceiro cenário.

Palavras-chave: alto rendimento, esporte, família, psicologia, sociedade.

.....

INTRODUCCIÓN

La familia es una pequeña célula inmersa en un macro grupo que constituye el entorno social, para tal efecto se ve inmiscuida en las políticas gubernamentales de salud, deporte, educación, cultura, entre las primordiales. El estilo de funcionamiento de la nación o país definirá los estilos de familias que se desarrollen, esto sumado a las condiciones socioeconómicas, el nivel educativo y la situación laboral de los distintos núcleos familiares, viéndose afectada por las políticas públicas que condicionen a la población (Martínez-Vasallo, 2015).

Por consiguiente, Mendizábal-Rodríguez y Anzures-López (1999) destacan la importancia de la familia como estructura piramidal para un posterior proceso de socialización, es el lugar propicio para el aprendizaje de roles, permite la creación de alianzas, se establecen jerarquías, permite los procesos de aprendizaje comunicativos y afectivos, esto influirá en los mecanismos de expresión y asimilación de sentimientos, lo cual construirá aspectos de la personalidad.

En coherencia con lo expuesto, Gutiérrez-Capulín (2016) menciona que la familia es una estructura que condiciona las conductas del infante y posteriormente del niño y adolescente, esto hasta que ocurra una estructuración de la personalidad, la misma que es fluctuante a lo largo de la vida, sin embargo, las primeras etapas evolutivas de maduración se las pueden considerar hasta los veinte años, periodo de consolidación importante del yo.

Romero-Granados et al. (2009) en cambio, resalta la importancia de la familia y el rol de los padres dentro del deporte, pues estos son los responsables de la educación integral del niño, preparándolo para desenvolverse en distintos contextos. Los padres tienen una función protagónica en la formación de la personalidad del niño deportista, es en el hogar donde aprende conductas, normas y valores, que posteriormente son puestas a prueba en el deporte competitivo.

La influencia de la familia dentro del deporte es considerada como un elemento interpersonal, que tiene una repercusión en los componentes intrapersonales del individuo, este fenómeno puede ser de carácter positivo o negativo en el funcionamiento cognitivo, emocional y afectivo. Por una parte, la familia puede generar un ambiente de motivación, seguridad, confianza, respaldo, persistencia y vigor. Existen también familias que generan ambientes de tensión y presión por alcanzar el éxito deportivo, escenario en el cual el atleta puede presentar estados de ánimo variables, desmotivación, estrés, y ansiedad (Barrios-Duarte & Yáñez-Rivera, 2007).

En esta línea de argumentos, García-Secades et al. (2014) exponen los elementos resilientes que disponen a los deportistas, aquí se hace referencia a la fortaleza y capacidades internas para superar las adversidades. De acuerdo a los autores, la familia es una fuente de resiliencia, permite generar elementos motivacionales y volitivos. Por otro lado, existen elementos de vulnerabilidad como la pobreza o bajo status económico, conflictos familiares, padres con psicopatologías y condiciones de mala crianza de los hijos entre las primordiales.

En el caso de los atletas adultos que se encuentran vinculados al deporte competitivo, Ruiz-Juan et al. (2012) mencionan que la familia, la pareja y los amigos, tienen una función determinante en cuanto a la motivación y frecuencia por la práctica deportiva. Indican además que los padres que han practicado determinadas actividades atléticas, tienen una tendencia a involucrar a sus hijos de manera temprana en actividades físico-deportivas.

Es así que, el entorno del deportista puede tener un gran impacto sobre el microsistema deportivo. Se considera parte de este entorno a la familia, los amigos, dirigentes deportivos y el ambiente en general donde se realizan los entrenamientos diarios. Es importante mencionar que el entorno próximo del deportista lo constituyen sus entrenadores, se incluyen todos los procesos de socialización, aquí resalta el tipo de dirección que brinde el técnico y de la formación global que inculque a sus pupilos, tanto para la vida personal como para enfrentar los retos competitivos (Ruiz-Tendero & Salinero-Martín, 2011).

Mientras que, al hablar de bienestar psicológico en el deporte, Romero-Carrasco et al. (2009) indican que este se encuentra sujeto a una serie de variantes las cuales requieren tener determinadas capacidades como plantearse objetivos, ser desafiantes, alcanzar metas, adaptabilidad a distintos ambientes y personas, además de un alto grado de fortaleza interna. En este contexto es fundamental el establecimiento de relaciones positivas con los demás, mantener el autocontrol y estar sano, la familia y la relación con el entrenador destacan en importancia para el éxito deportivo.

Por ello, Codina y Pestana (2012) analizan el entorno psicosocial del deportista e indican que existe una gran predisposición de los padres que han practicado deporte, a inmiscuir a sus hijos en actividades físico-deportivas. Mencionan que se pueden seguir modelos basados en la cultura deportiva de los padres. El apoyo por parte de los progenitores es decisivo para la continuidad de la actividad deportiva y en condiciones de competencia se presenta mayores niveles de tensión y exigencia, y es precisamente donde se necesita una total estabilidad psicoafectiva.

En efecto, dentro del entorno del atleta, que condiciona en cierta forma el resultado deportivo, se encuentran los procesos y agentes de socialización (entrenadores, padres, organizadores de eventos deportivos). Es determinante para obtener éxitos competitivos, el mantener un equilibrio emocional y relacional con el ambiente circundante, para tal efecto se requiere que el atleta disponga de una serie de habilidades psicológicas y sociales, las mismas que son aprendidas en la niñez y en el hogar, siendo reforzadas y moldeadas en la juventud, mostrando adaptabilidad y madurez frente al entorno (Cruz-Feliu et al., 1996).

En relación con este tema, Sánchez-Miguel et al. (2012) refieren que las relaciones con los compañeros de equipo también son determinantes para la motivación y continuidad de la práctica deportiva. Estos vínculos afectivos y emocionales son elementos independientes a los padres y entrenador. La consolidación de equipo permite una mayor adhesión y disfrute de la actividad atlética, es uno de los pilares motivacionales dentro de la parcela competitiva.

En base a lo expuesto, el objetivo del presente trabajo investigativo se centra en determinar el impacto psíquico de la familia y del entorno social en el desempeño deportivo de atletas de alto rendimiento.

MÉTODO

El estudio se caracterizó por un enfoque cualitativo, a través de una revisión sistemática por medio del modelo PRISMA que consiste en analizar publicaciones relacionadas con el tema investigado en forma organizada para lo cual se establecen criterios previos para la elección de los documentos a revisar (Ramos-Galarza & García Cruz, 2024).

Se establecieron criterios de elegibilidad, para lo cual los juicios de inclusión considerados fueron:

- Considerar todos los trabajos con directa relación entre el impacto psíquico de la familia y del entorno social en el desempeño deportivo de los atletas de alto rendimiento.
- Incorporación de artículos relacionados con las palabras establecidas como claves, siendo las siguientes: alto rendimiento, deporte, familia, psicología, sociedad.
- Trabajos publicados en las bases de datos: SCIELO, Google Académico, EBSCO, Educación Recursos Información Center (ERIC), PsycINFO, Psycnet, y Dialnet.
- Artículos publicados desde el año 1995 en adelante.

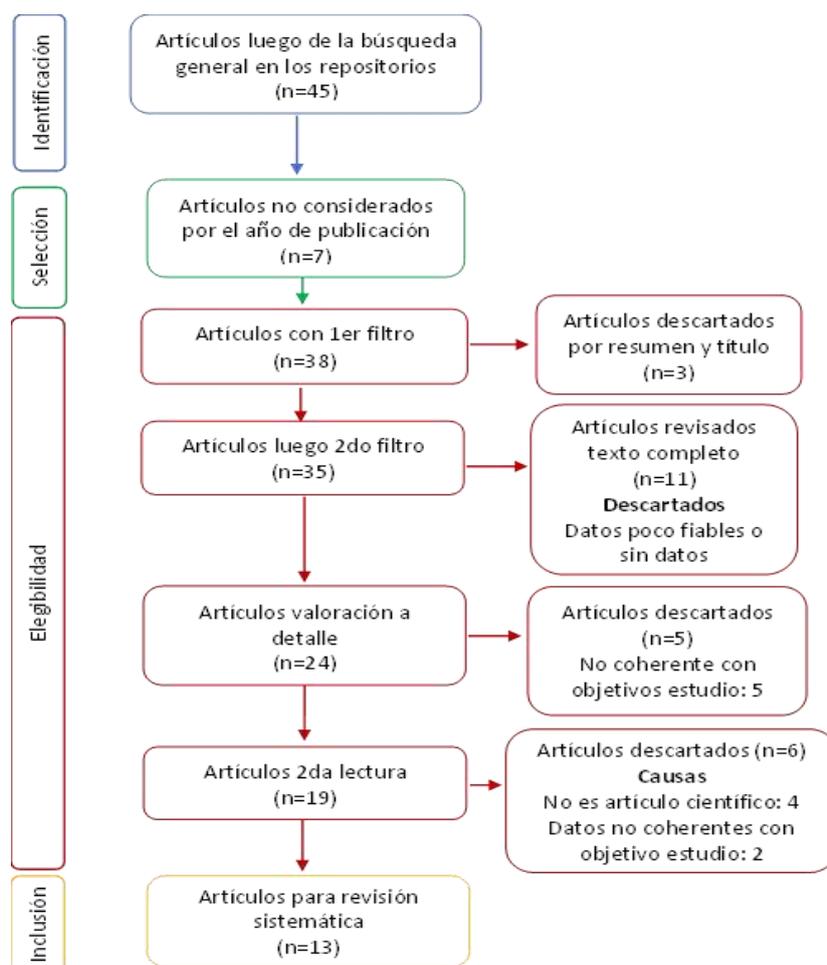
Mientras que, los criterios de exclusión establecidos fueron los siguientes:

- Fueron excluidas todas las investigaciones que no mantenían concordancia entre la relación del impacto psíquico de la familia y del entorno social en el desempeño deportivo de los atletas de alto rendimiento.
- Trabajos investigativos cuya publicación no corresponde a revistas científicas.
- Trabajos de tipo monográficos, de tesis o grado académico.

Los artículos seleccionados fueron evaluados, inicialmente bajo un criterio numérico, es decir organizados en una base de registro en la cual se consolidaron características de identificación de los mismos. En la siguiente fase se procedió a realizar valoraciones a profundidad a través de lecturas analíticas en función del objetivo de estudio de la actual investigación dando como resultado 13 artículos seleccionados.

Figura 1

Proceso de selección de los artículos



MÉTODO

Lapiente-Álvarez (2018) menciona la necesidad de una estabilidad psíquica y afectiva para alcanzar el máximo rendimiento biológico y mental. El entorno personal y de entrenamiento son los dos agentes estresores fundamentales, por esta razón tienen una gran trascendencia y son los puntos de partida de todo análisis de equilibrio emocional en atletas de alto rendimiento.

Existen ciertas características psicológicas en los deportistas de competición, al igual que algunos elementos estresores en común, entre las principales fuentes de tensión se menciona el insomnio, el ambiente en el que se desarrolla el atleta, hábitos inadecuados y las presiones de competición. Destacan los factores relacionales y comunicacionales entre el equipo y entrenador como algunos condicionantes de un excelente desempeño deportivo (Iza-Nasevilla et al., 2023).

En esta línea de estudio, en una investigación ejecutada con atletas de alto rendimiento sobre el impacto de los factores clínicos en el desempeño deportivo propuesta por Tarqui-Silva (2021a), indica que la personalidad del deportista es trascendental al momento de encarar presiones propias del deporte competitivo. Esta estructura se ve influenciada por el tipo de relaciones que se mantienen dentro de la familia, también es afectada por las condiciones económicas, el contexto deportivo y sociocultural del atleta.

También Escudero-López (1992) en su trabajo realizado con ciclistas olímpicos identificó la necesidad de incorporar la preparación mental tanto en el deportista, entrenadores, dirigentes deportivos, periodistas y en especial la intervención con la familia. Las lesiones deportivas son algunos de los momentos más tensionantes y decepcionantes que puede atravesar un atleta de competición, dependiendo de la gravedad de estas se propondrá un programa terapéutico de rehabilitación, donde el entorno y apoyo familiar serán trascendentales para una pronta recuperación.

Por su parte, Tarqui-Silva (2021b) expone la importancia de ejecutar un diagnóstico psicológico clínico en atletas olímpicos. Desde este enfoque es posible determinar problemáticas que suelen verse presentes y con elevada frecuencia en atletas expuestos a altas presiones de entrenamiento y exigencias psicológicas y emocionales. La anorexia, depresión, bulimia, problemas sexuales, de insomnio y otros pueden aparecer episódicamente, en estos casos es indispensable el apoyo de todo el entorno, la familia nuevamente se convierte en un elemento determinante en la estructura psíquica de los deportistas.

El ambiente relacional al cual pertenece el deportista es otro componente de gran trascendencia, este abarca todos los micros y macro entornos que envuelven a la

persona, escuela, colegio, academias de idiomas, club deportivo, periodismo deportivo, amistades y evidentemente la sociedad en general. Las amistades establecidas en el deporte suelen ser más fuertes que los vínculos establecidos en escuela o colegio, esto debido a las experiencias que proporciona el deporte como los viajes, experiencias de prensa, las emociones experimentadas durante los entrenamientos y competición (Riera-Riera, 1997).

En relación con la temática tratada, Tarqui-Silva y Garcés-Mosquera (2022) exponen un caso de planificación psicológica en escalada deportiva a nivel competitivo, se identifica en primer término un enfoque psicosocial del deportista, en este sentido se trabaja con los padres de la atleta y se cumplen protocolos éticos al tratarse de una menor de edad. El caso muestra la importancia de los elementos sociales y en general de todo lo que puede afectar al desarrollo integral de la escaladora, esto permite establecer parámetros definidos de intervención y planificación psicológica, para posteriormente ejecutar cualquier programa de entrenamiento mental deportivo.

Inclusive en otra investigación exploratoria psicológica deportiva ejecutada en las disciplinas de tiro con pistola, golf, karate y halterofilia propuesto por Mallqui-Quisintuña et al. (2024) corrobora los trabajos que demuestran la necesidad de la intervención clínica en primera instancia, para luego plantear un entrenamiento mental. Esto permite descartar posibles desviaciones psicológicas o situaciones que hayan afectado o afecten actualmente el equilibrio psíquico y afectivo del atleta. Como otro de los resultados del abordaje complementado resaltan los apoyos psicológicos como amistades y equipo interdisciplinario al momento de encarar situaciones de estrés.

Filgueira-Pérez (2015) en cambio abarca el perfil del atleta de alto rendimiento y revela que los deportistas que tienen altas presiones de entrenamiento, compromisos de competencias, apoyos de sponsors e inclusive mantienen inversiones económicas por parte de federaciones deportivas y ministerios del deporte, mantienen fuertes vínculos emocionales con sus padres y familiares. Los tutores son responsables de la alimentación, traslado y cuidado general de los atletas, mantienen rutinas donde todo gira en torno al deporte practicado.

También existen problemáticas temporales, en otras ocasiones son situaciones traumáticas o sucesos con elevadas cargas emocionales negativas a las que se ven expuestos ciertos deportistas. La historia de crecimiento, estructura y evolución familiar, la situación económica y social, el nivel escolar de los padres, las creencias y los conceptos que se tengan sobre el deporte, son algunos de los aspectos que se tienen en consideración al momento de realizar una intervención interdisciplinaria con atletas de competición (Sánchez-Salinas et al. 2022).

Otros investigadores que han centrado su interés en los factores que influyen en el rendimiento deportivo de los atletas de competición son Jacques et al. (2017) relacionan los resultados deportivos con el equilibrio emocional que se pueda tener con uno mismo y el entorno que le rodea. Existen deportistas que tienen compromisos matrimoniales y de hijos, en estos casos los factores relacionales de la familia son definitorios al momento de hablar de una homeostasis psíquica. Estas labores como padres y deportistas conllevan a la adquisición de responsabilidades sociales, es precisamente donde se debe explorar detenidamente cada elemento que compone el entorno de la persona.

Entre los factores sociales de trascendencia se incluye todo el entorno cercano de actividad deportiva del atleta. En este sentido, priman las relaciones sociales, afectivas y emocionales que pueda ofrecer el club o lugar donde se acude diariamente al entrenamiento. Existen casos de atletas que por sus condiciones excepcionales se han visto obligados a entrenar solos, hecho no muy aconsejable pues el contacto con el entorno permite la catarsis psicológica y el establecimiento de vínculos psicoafectivos (Ponce-Carbajal et al. 2020).

Para finalizar el estudio ejecutado, es imprescindible reconocer que la influencia de la personalidad del entrenador, sus motivaciones, objetivos y otras conductas repercutirán en la formación deportiva y personal del atleta. Se sugiere que los técnicos deportivos de atletas de alto rendimiento trabajen de manera personal con el psicólogo deportivo o un psicólogo de confianza, de tal manera que le permita descargar tensiones emocionales y manejar estrategias de control mental. Los estados de ansiedad precompetitiva tienen mucho que ver con el modelo de desenvolvimiento deportivo que tienen el entrenador, reflejan rasgos de su personalidad (Pineda-Espejel et al. 2020).

DISCUSIÓN

Iza-Nasevilla y Eugenio-Zumbana (2023) indican que el ambiente que rodea al deportista de competición, al igual que los factores relacionales dentro del equipo, y en especial con el entrenador, pueden ser fuentes de estrés que afecten el rendimiento deportivo. A esto añade Tarqui-Silva (2021a) algunos componentes determinantes como la familia, las relaciones existentes dentro de ella, las condiciones socioeconómicas y culturales del entorno familiar.

El ambiente cercano del deportista es resaltado por Riera-Riera (1997) el cual abarca micros y macro entornos, se menciona la escuela, estudios extracurriculares, el club deportivo, las amistades y la sociedad en general. Este entorno de interacción debe ser equilibrado para que el atleta establezca sus emociones y psiquismo. Tarqui-Silva (2021b) indica que los deportistas de alto rendimiento se encuentran expuestos a presiones internas y externas, pudiendo

desarrollar patologías psicológicas como insomnio, depresión, bulimia, anorexia, situaciones que pueden ser reguladas con el entorno más cercano del atleta como lo es la familia, siendo un factor determinante al momento de analizar los resultados deportivos y estabilidad psicoemocional del atleta.

El tipo de estructura y evolución familiar, la historia de crecimiento, la situación económica y social, las condiciones educativas y culturales de los padres, las creencias y conceptos que mantengan sobre el deporte, son algunas consideraciones que demuestran que la familia es el primer escenario de consolidación emocional del atleta (Sánchez-Salinas et al. 2022). Por otra parte, Pineda-Espejel et al. (2020) enfatiza el rol y la personalidad del entrenador, pues el liderazgo del mismo permitirá un desarrollando propicio de sus alumnos, tanto de manera individual como colectiva.

Mendizábal-Rodríguez y Anzures-López (1999) indican que la familia es determinante dentro de los procesos expresión y asimilación de sentimientos, algo fundamental dentro de la estructura de la personalidad. A esto añade Gutiérrez-Capulín (2016) de manera interesante que los primeros veinte años de vida son la base de la maduración de las estructuras del yo.

Los padres tienen una función protagónica en la formación integral del niño, además son quienes le inculcan valores que serán puestos a prueba en el deporte (Romero-Granados et al., 2009). Desde otra visión, Barrios-Duarte y Yáñez-Rivera (2007) indican que en el deporte se confluencia una serie de componentes interpersonales cognitivos, emocionales, conductuales, de autoestima, motivación, tensión o presión estructurados en el funcionamiento familiar.

Un elemento importante lo constituye la resiliencia, capacidad que el deportista posee y puede verse afectada por situaciones económicas, conflictos familiares, padres con psicopatologías y condiciones de mala crianza (García-Secades et al., 2014). Es necesario resaltar que los padres que han practicado deporte, tienen una tendencia a involucrar a sus hijos en actividades deportivas, siendo una fuente de motivación y estabilidad (Ruiz-Juan et al., 2012).

Las limitaciones de la investigación se identifican en que el estudio no puede ser extrapolable a una población de deportistas en particular o un deporte específico en atletas de alto rendimiento por el tipo de investigación, sin embargo, se constituye en un gran aporte en el desarrollo del conocimiento respecto al impacto psicológico de la familia y el entorno social en el desempeño deportivo. Por lo tanto, en futuras investigaciones es importante que se consideren intervenciones en las que se combine la metodología cualitativa y cuantitativa de tal manera que se obtengan datos relevantes que se complementen para un mejor entendimiento en el tema propuesto, trabajando con grupos o muestras de atletas en quienes se puedan comprobar los fundamentos teóricos expuestos.

REFERENCIAS

- Barrios-Duarte, R., & Yáñez-Rivera, A. (2007). La interacción atleta-familia en el deporte: enfoques para su estudio e intervención. *EFDeportes*, 12(114), 1. https://www.efdeportes.com/efd114/la-interaccion-atleta-familia-en-el-deporte.htm#google_vignette
- Codina, N., & Pestana, J. (2012). Estudio de la relación del entorno psicosocial en la práctica deportiva de la mujer. *Revista de Psicología del Deporte*, 21(2), 243-251. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235126897004.pdf>
- Cruz-Feliu, J., Boixadós-Anglès, M., Torregrosa-Álvarez, M., & Mimbrero-Palop, J. (1996). ¿Existe un deporte educativo?: Papel de las competiciones deportivas en el proceso de socialización del niño. *Revista de Psicología del Deporte*, 5(2), 111-134. <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v5n2/19885636v5n2p111.pdf>
- Escudero-López, J. (1992). Preparación psicológica de la selección olímpica española de ciclismo: Barcelona 92. *Revista de Psicología del Deporte*, 1(2), 95-101. <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v1n2/19885636v1n2p96.pdf>
- Filgueira-Pérez, Á. (2015). La caracterización del perfil del deportista de atletismo de alto nivel. *Revista de Investigación en Educación*, 13(2), 219-242. <http://agora.edu.es/servlet/articulo?codigo=5487612>
- García-Secades, X., Molinero, O., Ruíz-Barquín, R., Salguero, A., De la Vega, R., & Márquez, S. (2014). La resiliencia en el deporte: fundamentos teóricos, instrumentos de evaluación y revisión de la literatura. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 14(3), 83-92. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/211291>
- Gutiérrez-Capulín, R., Díaz-Otero, K., & Román-Reyes, R. (2016). El concepto de familia en México: una revisión desde la mirada antropológica y demográfica. *Ciencia Ergo Sum*, 23(3), 218-230. <https://www.redalyc.org/journal/104/10448076002/10448076002.pdf>
- Iza-Nasevilla, K., Eugenio-Zumbana, & Lizbeth. (2023). Estrés percibido y características psicológicas del rendimiento deportivo en competidores federados. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 5(7), 93-107. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v5i7.913>
- Jacques, V., Flandez, J., Monroy-Uarac, M., Arismendi, A., Vergara, G. M., Vargas, R., . . . Gajardo-Burgos, R. (2017). Factores determinantes del

- desempeño de los deportistas en Chile. El caso de los deportistas de alto rendimiento. *Motricidades*, 12(S2), 165-174. <https://cutt.ly/beaIdhUE>
- Lapuente-Álvarez, I. (2018). Factores psicosociales determinantes en el rendimiento de deportistas de alto nivel. *Revista Observatorio del Deporte*, 4(3), 7-21. <https://revistaobservatoriodeldeporte.cl/index.php/odep/article/view/214>
- Mallqui-Quisintuña, V., Jordan-Acosta, I., Santamaría-Morales, P., Sisa-Aguagallo, M., & Sisa-Agagallo, C. (2024). Fase inicial de la intervención psicológica clínico-deportiva en atletas de alto rendimiento de Ecuador. *Universidad y Sociedad*, 16(2), 511-516. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4423/4327>
- Martínez-Vasallo, H. (2015). La familia: una visión interdisciplinaria. *Revista Médica Electrónica*, 37(5), 523-534. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1684-18242015000500011
- Mendizábal-Rodríguez, J., & Anzures-López, B. (1999). La familia y el adolescente. *Revista Médica del Hospital General*, 62(3), 191-197. <https://www.medigraphic.com/pdfs/h-gral/hg-1999/hg993g.pdf>
- Pineda-Espejel, A., Morquecho-Sánchez, R., & Alarcón, E. (2020). Estilo interpersonal del entrenador, competencia, motivación, y ansiedad precompetitiva en deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 10-24. <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v20n1/1578-8423-cpd-20-1-0010.pdf>
- Ponce-Carbajal, N., Tristán, J., Jaenes, J., Rodenas, L., & Peñaloza, R. (2020). El impacto del contexto social sobre la personalidad resistente en deportistas universitarios de México. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(2), 201-217. <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v20n2/1578-8423-cpd-20-2-201.pdf>
- Ramos-Galarza, C., & García-Cruz, P. (2024). Guía para realizar estudios de revisión sistemática cuantitativa. *CienciAmérica*, 13(1), 1-13. <https://doi.org/10.33210/ca.v13i1.444>
- Riera-Riera, J. (1997). Acerca del deporte y el deportista. *Revista de Psicología del Deporte*, 6(1), 127-138. <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v6n1/19885636v6n1p127.pdf>
- Romero-Carrasco, A., García-Mas, A., & Brustad, R. (2009). Estado del arte y perspectiva actual del concepto de bienestar psicológico en psicología del

- deporte. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 41(2), 335-347. <http://www.scielo.org.co/pdf/rlps/v41n2/v41n2a12.pdf>
- Romero-Granados, S., Garrido-Guzmán, M., & Zagalaz-Sánchez, M. (2009). El comportamiento de los padres en el deporte. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación* (15), 29-34. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2883501>
- Ruiz-Juan, F., Piéron, M., & Baena-Extremera, A. (2012). Socialización de la actividad físico-deportiva en adultos: relación con familia, pareja y amigos. *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación*, 2(34), 35-59. <https://www.redalyc.org/pdf/4596/459645438002.pdf>
- Ruiz-Tendero, G., & Salinero-Martín, J. (2011). El entrenador de alto nivel en triatlón: entorno próximo y cualidades fundamentales para el rendimiento. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(23), 113-125. <https://www.redalyc.org/pdf/710/71017163005.pdf>
- Sánchez-Miguel, P., Leo-Marcos, F., Sánchez-Oliva, D., Amado-Alonso, D., & García-Calvo, T. (2012). La influencia del entorno próximo sobre la persistencia en la práctica de actividad físico-deportiva. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 17-24. <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v12n1/articulo02.pdf>
- Sánchez-Salinas, M., Puertas-Azanza, A., Larriva-Borrero, A., & Tarqui-Silva, L. (2022). Depresión y ansiedad en deportistas juveniles masculinos y femeninos de Ecuador. *EFDeportes*, 27(293), 30-47. <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/articulo/download/3397/1694?inline=1>
- Tarqui-Silva, L. (2021a). Trascendencia de los factores clínicos durante la intervención psicológica con atletas de alto rendimiento. *Revista Arrancada*, 21(40), 55-72. <https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/412/299>
- Tarqui-Silva, L. (2021b). Microciclo de psicodiagnóstico deportivo y entrenamiento mental en atletas de alto rendimiento de Ecuador. *PODIUM. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(3), 881-891. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8112782>
- Tarqui-Silva, L., & Garcés-Mosquera, J. (2022). Diseño y ejecución de un programa de entrenamiento mental para escalada deportiva. *Acción*, 18, 1-3. <https://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/232>

CAPÍTULO VI

Microciclo de preparación psicoemocional en raquetbolista elite del plan de alto rendimiento de Ecuador

Microcycle of psychoemotional preparation in elite racquetball player of Ecuador's high-performance plan

Microciclo de preparação psicoemocional em jogador de raquetebol de elite do plano de alto rendimento do Ecuador

Leonardo Tarqui-Silva

UNIVERSIDAD NACIONAL DE SAN LUIS, SAN LUIS - BUENOS AIRES, ARGENTINA

leonardosicdeporte@yahoo.es

<https://orcid.org/0000-0001-9004-8988>

Resumen

Los atletas de alto rendimiento se encuentran expuestos a una serie de presiones y exigencias al límite de sus umbrales, por la cual los componentes emocionales y psicológicos del deportista son determinantes a ser considerados dentro de estructura global de su preparación, manteniendo elevada importancia a estos componentes. El objetivo fue destacar la importancia de los factores psicoemocionales en la planificación general deportiva para el alto rendimiento. El enfoque fue cualitativo por medio de la investigación-acción. Dentro de las técnicas, la planificación psicológica deportiva se realizó un microciclo conformado por doce sesiones, se utilizaron como reactivos psicológicos el test POMS (*Profile of Moode State*) y el test SCAI-2R para ansiedad precompetitiva. La unidad de análisis fue un atleta de 13 años perteneciente al Plan de Alto Rendimiento de Ecuador. Se realizó una fase de diagnóstico inicial donde se obtuvieron datos sobre la estructura familiar y personal, con resultados satisfactorios en los test POMS y CSAI-2R, en la fase intervención se utilizó la observación y técnicas psicológicas de trazo de metas, visualización y auto diálogo, se dio gran importancia a la relación padre (entrenador) - deportista, aplicándose una serie de estrategias psicoemocionales. Se concluye que, si no existe una estabilidad psicológica y emocional, el deportista no podrá alcanzar el máximo de su rendimiento físico y mental, pues son una dualidad que funciona sincrónicamente. El descuidar los elementos psicoemocionales de los atletas de competición, es un error ético psicopedagógico, que tendrá repercusiones negativas en el rendimiento físico del atleta, generando estados emocionales negativos que posiblemente afecten incluso la motivación por la práctica deportiva y la relación con el técnico.

Palabras clave: alto rendimiento, entorno familiar, planificación psicológica, psicoemocional.

Abstract

High-performance athletes are exposed to a series of pressures and demands that push them to their limits, making the emotional and psychological components of the athlete crucial considerations within the global structure of their preparation, maintaining high importance on these components. The objective was to highlight the importance of psycho-emotional factors in the general sports planning for high performance. The approach was qualitative through action research. Among the techniques, sports psychological planning included a microcycle consisting of twelve sessions. Psychological reactants used were the POMS test (Profile of Mood State) and the CSAI-2R test for pre-competitive anxiety. The unit of analysis was a 13-year-old athlete belonging to the High-Performance Plan of Ecuador. An initial diagnostic phase was conducted, where data on the family and personal structure were obtained, with satisfactory results in the POMS and CSAI-2R tests. In the intervention phase, observation and psychological techniques such as goal setting, visualization, and self-talk were used. Great importance was given to the parent (coach)-athlete relationship, applying a series of psycho-emotional strategies. It is concluded that without psychological and emotional stability, the athlete will not be able to achieve their maximum physical and mental performance, as they function synchronously as a duality. Neglecting the psycho-emotional elements of competitive athletes is an ethical psychopedagogical mistake, which will have negative repercussions on the athlete's physical performance, generating negative emotional states that may even affect motivation for sports practice and the relationship with the coach.

Keywords: high performance, family environment, psychological planning, psycho-emotional.

Resumo

Os atletas de alto desempenho estão expostos a uma série de pressões e exigências que os levam ao limite, tornando os componentes emocionais e psicológicos dos atletas cruciais a serem considerados dentro da estrutura global de sua preparação, mantendo alta importância nesses componentes. O objetivo foi destacar a importância dos fatores psicoemocionais na planificação geral esportiva para o alto rendimento. A abordagem foi qualitativa por meio da pesquisa-ação. Entre as técnicas, a planificação psicológica esportiva incluiu um microciclo composto por doze sessões. Os reagentes psicológicos utilizados foram o teste POMS (*Profile of Mood State*) e o teste CSAI-2R para ansiedade pré-competitiva. A unidade de análise foi um atleta de 13 anos pertencente ao Plano de Alto Rendimento do Equador. Uma fase de diagnóstico inicial foi realizada,

onde foram obtidos dados sobre a estrutura familiar e pessoal, com resultados satisfatórios nos testes POMS e CSAI-2R. Na fase de intervenção, foram utilizadas técnicas psicológicas como definição de metas, visualização e auto diálogo, além da observação. Grande importância foi dada à relação pai (treinador) - atleta, aplicando uma série de estratégias psicoemocionais. Conclui-se que, sem estabilidade psicológica e emocional, o atleta não poderá alcançar o máximo de seu desempenho físico e mental, pois funcionam sincronizadamente como uma dualidade. Negligenciar os elementos psicoemocionais dos atletas de competição é um erro ético psicopedagógico, que terá repercussões negativas no desempenho físico do atleta, gerando estados emocionais negativos que possivelmente afetarão até mesmo a motivação para a prática esportiva e a relação com o técnico.

Palavras-chave: alto desempenho, ambiente familiar, planejamento psicológico, psicoemocional.

INTRODUCCIÓN

La preparación psicológica y emocional del atleta de competición es determinante al momento de buscar resultados óptimos a nivel deportivo. Las presiones tanto físicas como psíquicas debido a las elevadas cargas de entrenamiento y exigencias rigurosas en controles alimenticios, rutinas diarias y tiempo de descanso, generan situaciones de estrés y tensión. Los atletas de alto rendimiento que han alcanzado el éxito deportivo, mantienen una adecuada preparación psicológica, equilibrando sus emociones, de tal forma que pueden centrar por completo sus esfuerzos físicos y psíquicos en la tarea competitiva (Cruz-Feliu, 1992).

Gujer (2023) menciona la complejidad del deporte competitivo y las exigencias mentales y emocionales a las que se ven expuestos, indicando que pueden existir incluso patologías como depresión, angustia, baja autoestima, anorexia, bulimia, trastornos del sueño entre los síntomas más comunes. Existen estrategias y técnicas mentales como ejercicios de respiración, visualización y control emocional, los cuales son muy efectivos para la regulación psíquica, siendo elementos que conforman la preparación psicológica del deportista.

Mientras que, la psicología del entrenamiento deportivo tiene múltiples posibilidades de abordaje y depende de algunos elementos como el deporte practicado, las características de personalidad y situaciones específicas de vida del atleta. Entre sus metas se encuentra preparar al deportista dentro de todos los posibles escenarios de competición, mejorar los procesos relacionales entre

técnico y atleta, evaluar la preparación del entrenamiento y potenciar destrezas mentales para el control psicoemocional (Buceta, 1998).

De acuerdo con Nieto-García y Olmedilla-Zafra (2001) la intervención psicológica en atletas puede o no contemplar el entrenamiento deportivo, además existe una arista que la constituye, la evaluación psicológica o psicometría. Debe existir fases o etapas en las cuales se tienen que cumplir objetivos definidos, considerando la maleabilidad y adaptabilidad a los distintos programas de entrenamiento propuestos.

Autores como Cárdenas et al. (2015) refieren la importancia de contemplar dentro de la planificación deportiva la carga mental, considerando en primera instancia que las emociones son las que regulan este tipo de elementos. Se define como carga mental a todas las influencias psicoemocionales que repercuten directamente en la ejecución de la tarea deportiva, interfiriéndola o afectando su rendimiento.

Bajo estos parámetros destaca el rol del psicólogo del deporte en la planificación del entrenamiento con atletas de alto rendimiento, es el especialista que puede ahondar en los sentimientos, emociones, afectos, motivaciones, confianza, autoestima, fortalezas, personalidad y bienestar del deportista, siendo algunos de los componentes psicológicos que constituyen el yo del atleta. Esta es una de las parcelas de intervención dentro de la planificación psicológica deportiva (García-Naveira, 2010).

A nivel de intervención en psicología del deporte, Tarqui-Silva (2021a) propone que en primera instancia se debe realizar una programación fundamentada en un exhaustivo proceso diagnóstico, esto para identificar cuidadosamente el problema o situación conflictiva a ser abordada. Resalta la posibilidad de ejecutar la planificación psicológica mediante microciclos de preparación mental, los mismos que tienen la cualidad de adaptarse a las circunstancias específicas de entrenamiento.

Las variables psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo lo constituyen el estrés psicosocial, la ansiedad precompetitiva y competitiva, la autoconfianza, la motivación, la concentración, focalización y toma de decisiones. El estrés es destacado como uno de los factores que determinan el desempeño deportivo, e inclusive puede conducir al desarrollo de lesiones deportivas (Ortín-Montero et al., 2010).

Por otra parte, autores como Hernández (2016) mantienen una postura diferente, en la cual indica que los factores volitivos, la motivación, ansiedad, la tensión, interacción, competencia, la higiene mental, y el carácter emocional y psíquico,

se constituyen como los primordiales componentes psicológicos de un atleta de alta competición. Es importante mencionar que las características psicológicas del atleta de alto rendimiento resaltan por su fortaleza, constancia y capacidad de tolerar la frustración.

Los factores psicológicos son vistos desde la perspectiva de la inteligencia emocional, la cual es propuesta por Ros-Martínez y Garcés-De los Fayos-Ruiz (2013) quienes mencionan que los factores psicoemocionales que influyen el desempeño atlético son todas las situaciones internas y externas que generan un desequilibrio y desorganización a nivel de la conducta y de las emociones. Es decir, abarca una serie de elementos de la personalidad y de las circunstancias del entorno.

En lo que respecta a los factores emocionales del atleta, es posible recalcar que estos tienen un carácter subjetivo y se encuentran determinados por las condiciones individuales de personalidad y factores socioculturales. Dentro de las respuestas emocionales que puede tener un deportista, es importante considerar la edad, el sexo, el género. Las emociones pueden ser canalizadas mediante estrategias mentales dentro de la planificación deportiva (Puig-Barata, 2012).

Suárez y Jiménez (2021) en cambio, en un abordaje psicológico sobre el rendimiento deportivo, centran su trabajo en tres aspectos fundamentales que componen la estructura psicoemocional del deportista: la motivación, autoestima e inteligencia emocional. Se plantean estas tres aristas debido a que la autoestima se encuentra ligada a la confianza que el atleta tiene frente a sus capacidades internas, la motivación es el eje que permite la constancia dentro de los entrenamientos y superar esfuerzos, y la inteligencia emocional permite mediar con las presiones externas e internas.

Pérez-Surita (2007) realiza un trabajo sobre el control emocional en el alto rendimiento, indicando que este consiste en la autorregulación consciente de las emociones, manejando la expresividad de las mismas. Existe una relación directa entre lo cognitivo y afectivo, elementos que tienen características de individualidad, situación que demuestra la complejidad de la estructura de la personalidad del deportista, siendo el entorno, la familia, amistades y relaciones de importancia, algunos de los componentes que estructuran la emotividad del atleta.

Existe un estado emocional óptimo en los atletas, el cual es denominado "*flow*", el mismo que se traduce en el control emocional y dominio de las percepciones, sensaciones y acciones deportivas. Uno de los aspectos fundamentales a

considerar dentro del campo de las emociones, lo constituye la motivación del deportista, la misma que tiene componentes intrínsecos y extrínsecos, situaciones que deben ser profundamente analizadas, pues se constituyen como algunos de los componentes psicoemocionales del atleta (López-Torres et al., 2007).

Por su parte, Mallqui-Quisintuña et al. (2024) exponen la importancia de un adecuado psicodiagnóstico, la consideración de aspectos personales del deportista, destacan factores relacionales, emocionales y afectivos vinculados con la familia, elementos que tienen una repercusión en el psiquismo de los atletas de alto rendimiento.

Una propuesta totalmente distinta de intervención psicológica deportiva es promovida por García-Naveira et al. (2017) quienes aplican coaching deportivo para la salud y bienestar del competidor de alto rendimiento. El enfoque de abordaje es diferente, pero de igual forma se abarcan los componentes psicoemocionales del atleta. Se busca generar una autoeficacia, autonomía, establecer objetivos propios, desarrollar estrategias de afrontamiento y reforzar los avances conductuales.

También se ha señalado que existen diversos mecanismos de planificación e intervención psicológica-deportiva en atletas de alto rendimiento, Mayoral et al. (2022) realizan una exploración a las problemáticas más abordadas dentro de la planificación mental en atletas de competición, resaltando variables como el control de estrés, autoeficacia, ansiedad precompetitiva y competitiva. Destacan el enfoque cognitivo-conductual como el más común, existiendo las llamadas terapias de tercera generación basadas en el mindfulness, terapia de aceptación y compromiso, y el uso de nuevas tecnologías como neurofeedback, cámaras hiperbáricas y otros.

Reyes-Bossio et al. (2012) alternan otro planteamiento sobre la preparación mental en atletas de alto rendimiento, ejecutan la planificación psicológica mediante módulos, cada uno de ellos se encuentra estructurado para potencializar ciertas destrezas psíquicas como la atención, visualización, concentración y autoconfianza. Esta propuesta fue dirigida de manera grupal, sin considerar las necesidades individuales del atleta.

La intervención psicología planificada durante microciclos, permite subsanar ciertas falencias y problemáticas que pueden ocurrir a nivel comunicacional entre técnico y deportista. Facilita el aprendizaje de estrategias mentales como el auto diálogo, la visualización, concentración, focalización, manejo de energía, pues se realiza mediante cortas sesiones en donde se expone de manera condensada una serie de técnicas junto al proceso a aplicar (Zurita-Betancourt et al., 2024).

Al respecto, Tarqui-Silva (2021b) en una intervención con atletas de alto rendimiento, demuestra la trascendencia de contemplar los elementos psicológicos y emocionales dentro de la planificación integral de los deportistas, esto debido a la directa relación con los resultados competitivos y la estabilidad psíquica de la persona. En ese sentido, la programación psicológica en el deporte de competición, debe considerar aspectos individuales, familiares y relacionales con el entorno, pues ejercen una fuerte influencia en la estructura psicoemocional. Por lo tanto, el objetivo de la presente investigación se centra en destacar la importancia de los factores psicoemocionales en la planificación general deportiva para el alto rendimiento.

MÉTODO

El enfoque es de carácter cualitativo siguiendo los parámetros propuestos por Ramos-Galarza (2020) quien indica que es la mejor manera de describir los fenómenos de relación subjetiva como lo constituyen los componentes psicológicos y emocionales del atleta, con un alcance descriptivo, pues expone de manera paulatina la metodología de intervención, parámetro destacado por Guevara-Alban et al. (2020). Mientras el diseño se consolidó en una investigación-acción, tal como lo plantea Guevara-Alban et al. (2020) quienes destacan a esta metodología como uno de los instrumentos idóneos y de mucha riqueza para la exploración en las ciencias sociales.

La población con la que se realizó el estudio corresponde a un grupo de raquetbolistas entre 12 y 24 años de edad, pertenecientes a un equipo competitivo, el cual se encontró conformado por alrededor de 50 deportistas. La muestra se constituyó por un deportista de 13 años de edad perteneciente al Plan de Alto Rendimiento de Ecuador, quien ha mostrado gran disposición para la competición en su deporte, habiendo obtenido logros internacionales de enorme valía para el país, siendo uno de los atletas de mayor proyección por sus condiciones físicas y psicológicas. La selección del atleta se basó en la necesidad de ser intervenido psicológicamente, al presentar durante algunos meses variaciones en su desempeño deportivo, y un cuadro variable respecto a su motivación.

Dentro de las técnicas, la planificación psicológica deportiva se la realizó en un microciclo conformado por doce sesiones, se utilizaron como reactivos psicológicos al test POMS (*Profile of Moode State*) de McNair et al. (1971) y el test SCAI-2R para ansiedad precompetitiva de Martinent et al. (2010). Adicionalmente se realizó un proceso de observación donde se registraron conductas durante entrenamiento y en un torneo de prueba antes de la competencia principal.

El test POMS fue aplicado siguiendo los estudios propuestos por Renger (1993), quien indica que es un fiel predictor del éxito deportivo, basa su investigación en parámetros evaluativos aplicados con anterioridad en atletas de alto rendimiento. El test se encuentra conformado por 58 ítems con una escala subjetiva de respuestas de nunca, casi nunca, con frecuencia y siempre. Se tomó la versión original para adultos, pues mide las áreas de tensión, depresión, cólera, vigor, fatiga y confusión, presenta además condiciones rápidas de corrección.

En cuanto al test de ansiedad precompetitiva SCAI-2R se establecieron los parámetros sugeridos por Barbosa-Granados et al. (2022), pues este instrumento ha demostrado una gran fiabilidad frente al desempeño atlético en competición, presenta una fácil aplicación y un breve tiempo de corrección, es posible aplicarlo entre deportistas de 12 años en adelante, se encuentra constituido por 27 ítems de elección múltiple, los cuales miden tres factores: ansiedad cognitiva, ansiedad somática y autoconfianza. Su tiempo estimado de aplicación es de 10 minutos aproximadamente y se lo realiza a pocos minutos de la competencia.

Los procesos de observación se ejecutaron durante las sesiones de entrenamiento para analizar específicamente las siguientes conductas: relación entre deportista y técnico, control emocional durante entrenamiento, evaluación de rutinas de entrenamiento y metodología de la preparación física, datos que fueron registrados en guías observacionales no estructuradas.

El proceso de intervención siguió inicialmente parámetro de planificación de acuerdo a las características de entrenamiento y con fundamento en el calendario competitivo, ajustándose a las condiciones de la programación anual. Las sesiones psicológicas mantuvieron una duración de 45 minutos en consulta y una hora en cancha, posteriormente se observaron las conductas psicológicas deportivas y vínculos emocionales con el entrenador. Posteriormente se realizó un análisis reflexivo de los resultados obtenidos para determinar un diagnóstico y propuesta de planificación. A nivel de corrección se utilizaron los baremos establecidos por ambos test, en el caso del POMS se lo graficó en base al programa Excel desarrollado por el Comité Olímpico Ecuatoriano (COE) y su departamento de Psicología. En cuanto al test SCAI-2R se tabularon los datos y graficaron mediante el programa Excel 2021.

El análisis de datos sirvió de parámetro para establecer una relación conductual entre técnico y deportista, además de permitir recopilar datos sobre el desempeño del atleta durante las sesiones de entrenamiento y en una competencia local, no considerada como torneo primordial. Al ser un proceso no estructurado, la interpretación de la información fue subjetiva, correlacionando información con los datos obtenidos en los reactivos psicológicos.

RESULTADOS

Diagnóstico inicial

Durante esta etapa se pudo recoger información sobre la problemática del atleta, se conoció acerca de los horarios de entrenamiento, organización de actividades académicas y tiempo de ocio, relaciones familiares primordiales, clima de entrenamiento (Figura 1), objetivos para la temporada y cronograma de competencias anuales. Posteriormente durante el registro de la anamnesis y sesiones diagnósticas en entrenamiento se exploraron a profundidad las relaciones padres, madre, hermanos. Se identificaron las principales motivaciones del deportista, se evaluó cognición y conciencia, parámetros que bordearon la normalidad, se utilizó una historia clínica adaptada a las condiciones del atleta donde se profundizó adicionalmente en el entorno social.

Figura 1

Caracterización de la unidad de análisis



Nota. Registro fotográfico de Juan José Dávila Urgilés (Atleta del Plan de Alto Rendimiento de Ecuador) junto a su padre y entrenador.

Test de ansiedad precompetitiva SCAI-2R

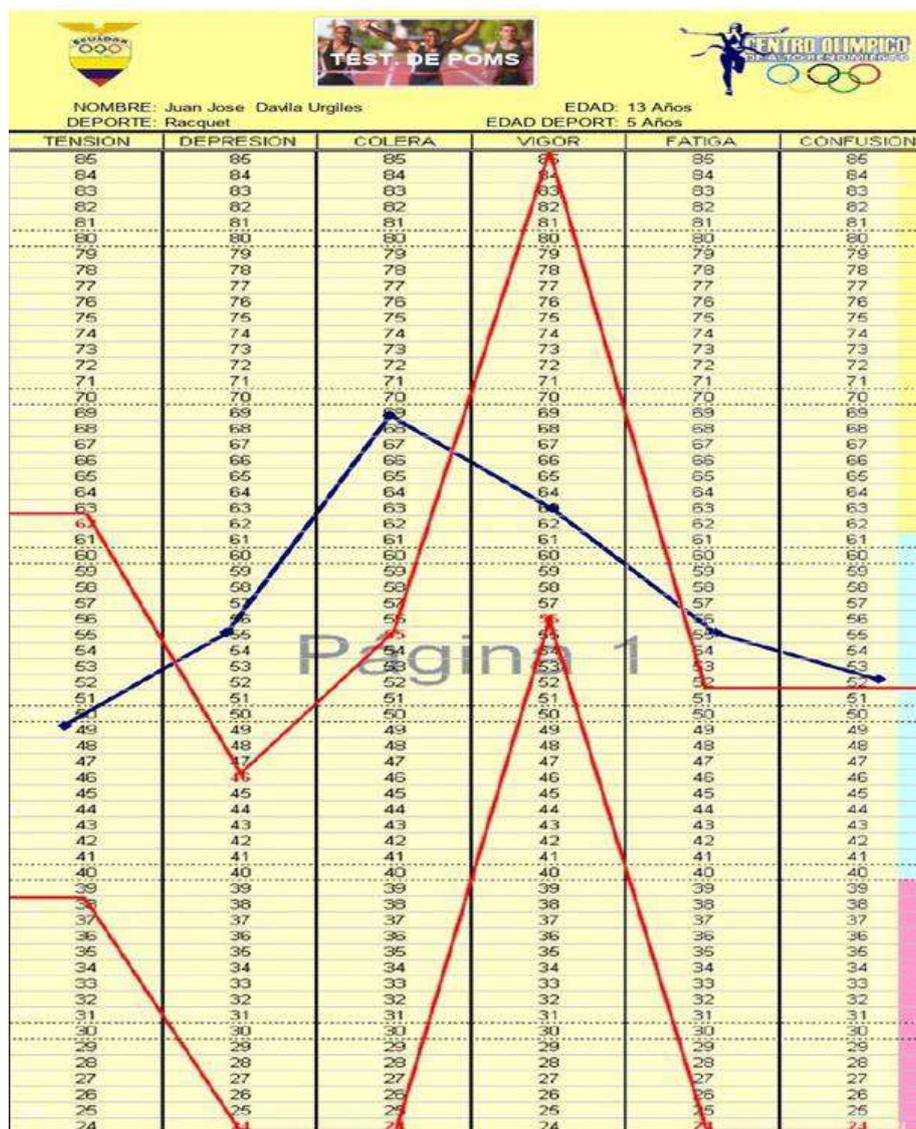
Este reactivo indicó bajos niveles de ansiedad cognitiva y ansiedad somática para atletas de la edad del raquetbolista. Se pudo apreciar altos niveles de autoconfianza (Figura 2). Es importante considerar que el test se aplicó antes de un torneo local de preparación, no siendo el objetivo competitivo principal.

Figura 2*Resultados del TEST CSAI-2R***Perfil de Estados de Ánimo (POMS)**

El POMS indicó bajos niveles en el ítem tensión, existe un nivel sobre lo normal de depresión, la cual fue analizada en consulta y se reaccionó con temas familiares temporales que el atleta se encontraba atravesando. Los puntajes de colera marcaron sobre la fluctuación promedio, siendo uno de los rasgos de personalidad del raquetbolista, los niveles de vigor señalaron puntajes menos del promedio para un atleta de su edad, dato que fue explorado y se encontraba relacionado a la situación del hogar y cargas elevadas de entrenamiento. Finalmente, los valores de fatiga y confusión marcaron puntajes ínfimos. Este test se aplicó siguiendo el estado de ánimo del último mes (Figura 3).

Figura 3

Resultados del Perfil de Estados de Ánimo (POMS)



Intervención

Durante las sesiones de intervención en consultorio se trabajó sobre el establecimiento de objetivos a corto, mediano y largo plazo. Se identificaron mejoras dentro de las rutinas de calentamiento, esto con el fin de mejorar los niveles de activación y rendimiento desde los primeros sets de juego, en cuanto a visualización y auto diálogo se plantearon parámetros teóricos, los mismos que fueron reforzados con breves lecturas sobre las temáticas y videos de refuerzo conductual. En las sesiones presenciales durante entrenamiento se completaron los registros observacionales no estructurados sobre los procesos relacionales con el entrenador y desempeño deportivo del atleta. Se realizaron dinámicas entre el

entrenador y deportista con el fin de mejorar los procesos psicológicos, pedagógicos y relacionales (Figura 4).

Figura 4

Desarrollo de sesiones de la intervención



Nota. Registro fotográfico de una sesión de entrenamiento Juan José Dávila Urgilés (Atleta del Plan de Alto Rendimiento de Ecuador) técnica de “la silla caliente” junto al entrenador.

Es necesario indicar que, dentro de los progresos visibles resultado de la intervención, se mejoraron notablemente las rutinas de calentamiento y estiramiento, aspectos fundamentales para sesiones de entrenamiento y competencia, pues se relacionan directamente con los procesos de activación psicológica y fisiológica, lo cual genera un óptimo desempeño deportivo desde el inicio de los partidos y sesiones de práctica. Estos aspectos fueron considerados por el entrenador y se incluyeron en la planificación diaria.

Dentro de los aspectos relacionales, las dinámicas ejecutadas tuvieron un impacto positivo entre técnico y deportista, considerando los lazos afectivos presentes al tratarse de padre e hijo, situaciones pedagógicas y psicoemocionales que mejoraron notoriamente, basados en aspectos observacionales y conductuales. La buena disposición pedagógica del entrenador facilitó el establecimiento de una “alianza” emocional con el atleta, mejorando el engranaje de funcionamiento en entrenamientos, lo cual disminuyó las tensiones, logrando un mayor control emocional frente a situaciones de estrés y presión. Finalmente se menciona que se planteó un contrato conductual escrito, pues durante el

primer compromiso verbal de cambios pedagógicos y relacionales entre técnico y jugador no se obtuvo el impacto esperado. Este recurso terapéutico psicológico, el cual no fue firmado por silencio de padre e hijo, si tuvo un impacto positivo, pues se identificó esta “alianza”, evolucionando el plano relacional y psicoafectivo entre ellos.

DISCUSIÓN

Los factores psicológicos contemplados dentro de la planificación deportiva de los atletas de alto rendimiento se constituyen en un componente prioritario al momento de aspirar resultados óptimos en competición. La importancia radica en los elementos personales, familiares y de relación con el entorno que el atleta mantiene durante su de preparación, esto sumado a las distintas presiones propias de la competencia y el impacto de las cargas físicas y psíquicas de entrenamiento, las cuales bordean umbrales de dolor, agotamiento y frustración, las mismas que deben ser superadas para alcanzar las metas propuestas, algunos de estos componen son individuales y propios de las circunstancias de vida y desempeño deportivo de cada competidor, como se ha identificado en el caso de estudio.

La presente propuesta investigativa cumple lo planteado por Cruz-Feliu (1992) en lo que respecta al aspecto emocional, siendo este uno de elementos prioritarios a ser abordados dentro de la preparación psicológica en atletas de alto rendimiento. En lo que respecta a las características complejas del deporte de competición, se descartaron posibles patologías, consideración sugerida por Gujer (2023). Es importante mencionar que se tuvieron en consideración algunos elementos de intervención identificados por Buceta (1998) especialista que recalca la multiplicidad de intervenciones en psicología del deporte, sin embargo, es necesario priorizar la relación entre deportista y entrenador, situación análoga al presente caso en el cual el padre cumple además el rol de técnico.

El trabajo psicológico planteado cumple con algunos de los criterios expuestos por Nieto-García & Olmedilla-Zafra (2001) quienes destacan la necesidad de establecer objetivos concretos dentro de la planificación mental, añaden la necesidad del trabajo psicométrico, aspecto que se consideró y se incluyeron los reactivos psicológicos: Perfil de Estados de Ánimo (POMS) y CSAI-2R orientado a medir la ansiedad precompetitiva. Se acota que autores como Cárdenas et al. (2015) resaltan la necesidad de considerar la carga mental dentro de toda la planificación deportiva, la misma que se encuentra implicada directamente con las emociones y sentimientos del atleta, aspectos que evidentemente se contemplaron dentro del microciclo de planificación. Con base en estos antecedentes García-Naveira, (2010) profundiza dentro del abordaje que realiza

el psicólogo del deporte, indicando que este especialista puede profundizar en la motivación, en la estructura psicoafectiva y emotiva, en aspectos relevantes de la personalidad, autoestima, fortalezas y bienestar general del atleta, componentes que se priorizaron dentro de la intervención con el raquetbolista del Plan de Alto Rendimiento de Ecuador.

Tarqui-Silva (2021a) recalca la necesidad de realizar un adecuado proceso diagnóstico, identificar problemas, descartar y detectar posibles patologías, indica la posibilidad de ejecutar la planificación mental mediante microciclos, tal como se planteó la actual investigación, dedicando gran atención a la anamnesis, evaluación de funciones superiores y el descartar posibles afecciones. Es necesario recalcar que se consideran las principales variables psicológicas deportivas como la motivación, ansiedad precompetitiva que fue evaluada, la autoconfianza, la atención y focalización, parámetros fundamentales descritos por Ortín-Montero et al. (2010). No se consideraron en su totalidad los elementos que describe Hernández (2016) como higiene mental, carácter psíquico y tensión.

Dentro de la presente planificación psicoemocional se consideran elementos internos y externos del atleta, se identificaron los principales elementos de impacto sobre su psique y emociones, consideración que las propone Ros-Martínez & Garcés-De los Fayos-Ruiz (2013) mencionando en igual importancia los elementos de la personalidad y las circunstancias del entorno. Se consideraron las características subjetivas de la personalidad del atleta y su condición sociocultural, además de sus circunstancias puntuales de vida, determinantes que son expuestos por Puig-Barata (2012). Existieron tres aristas que fueron abordadas, no a profundidad debido a que los objetivos prioritarios planteados dentro del microciclo eran otros, sin embargo, se consideró la motivación, inteligencia emocional en menor medida y autoestima, planteamiento que es expuesto por Suárez & Jiménez (2021).

Al ejecutar el abordaje psicológico deportivo, se tomó en consideración lo propuesto por Pérez-Zurita (2007) autor que denota la estrecha relación entre lo cognitivo y afectivo, la necesidad de realizar una correcta exploración a las relaciones intrafamiliares, amistades y entornos que rodean al deportista. Dentro del presente trabajo existió un abordaje psicológico que buscó la homeostasis psíquica y emocional, no desde el punto de vista del "flow" expuesto por López-Torres et al. (2007), pero si se exploraron e identificaron las principales motivaciones intrínsecas y extrínsecas. En lo que respecta al psicodiagnóstico del raquetbolista, se orientó la propuesta a los parámetros citados por Mallqui-Quisintuña et al. (2024), investigadores que precisan un correcto proceso psico

evaluativo, incluyen el abordaje de la familia y la identificación de los principales elementos afectivos y relacionales del individuo.

La planificación deportiva es un arte de científicidad que en la actualidad se encuentra conformada por equipos multi y transdisciplinarios, entre una de las aristas que destaca por su importancia se encuentran los factores psíquicos, pues son elementos estructurales de primordial trascendencia para la conformación de la personalidad, el equilibrio fisiológico, psicoemocional, cognitivo y de funcionamiento en general. Las cargas de entrenamiento, las exigentes rutinas, los compromisos a nivel competitivo, las tensiones familiares y personales, son algunos de los elementos que impactan el rendimiento del atleta y deben ser considerados como un eje fundamental para la asimilación de estímulos extremos a nivel psicológico y fisiológico, pues un equilibrio emocional permitirá centrar todos los esfuerzos en las sesiones de entrenamiento, las mismas que se constituyen peldaños que conformarán los micros, mesos y macrociclos de preparación. Las emociones son la parte interna de la persona, las cuales merecen respeto, siendo un elemento que debe ser abordado con ética, sensibilidad y de manera idónea, considerando la individualidad de las personas y sus circunstancias de vida, se debe evitar prejuicios, sesgos, y sobremanera de se deben considerar los aspectos socioculturales desde un enfoque amplio y holístico, y la cultura del sujeto.

Los elementos internos de la personalidad como los afectos y las emociones, al igual que los componentes psicológicos, son constructos que dependen de las características de cada persona y son la base estructural del yo. El no considerar estos elementos implicaría no solo una falencia dentro de la planificación deportiva, se trataría de una infracción grave a los códigos de ética docente, falta de empatía y sentido de humanismo. Se debe contemplar otros factores importantes como las relaciones afectivas primarias, el entorno sociocultural y las amistades del atleta, esto debido a la gran influencia que suelen tener estas áreas en lo afectivo, motivacional, psicológico y social.

CONCLUSIÓN

La inclusión de los factores psicológicos y emocionales dentro de la planificación deportiva en atletas de alto rendimiento, permite considerar aspectos fundamentales de la estructura de personalidad y situaciones internas propias de cada deportista, pues estas dependen de su entorno de vida, características de la familia, amistades, estudios, entre otros, los cuales tienen una conexión directa con los estados emocionales y afectivos, los mismos que intervienen directamente en el desempeño deportivo durante los entrenamientos, pesando más aun en la estabilidad psíquica del atleta al momento de encarar la competición. Si no existe

una estabilidad psicológica y emocional, el deportista no podrá alcanzar el máximo de su rendimiento físico y mental, pues son una dualidad que funciona sincrónicamente. El descuidar los elementos psicoemocionales de los atletas de competición, es un error ético psicopedagógico, que tendrá repercusiones negativas en el rendimiento físico del atleta, generando estados emocionales negativos que posiblemente afecten incluso la motivación por la práctica deportiva y la relación con el técnico.

Finamente se añade que es importante considerar las características y tipo de relación existente dentro de la familia de los atletas, ya que estos factores son determinantes para identificar motivaciones, cumplimiento de descanso, cuidados de alimentación, y evidentemente es la estructura primordial donde pueden generarse situaciones psicoemocionales y afectivas que perturben la estabilidad del atleta. El clima de entrenamiento es otro escenario a ser analizado por su importancia en lo psicológico y emocional del deportista de alto rendimiento. Es necesario respetar las creencias del atleta, su estructura de personalidad, sus afectos, emociones y estructura psíquica, considerando la individualidad y elementos culturales de cada persona.

CONCLUSIÓN

- Barbosa-Granados, S., Arenas-Granada, J., García-Mas, A., Reyes-Bossio, A., Herrera-Velásquez, D., Nanez, J., & Aguirre-Loaiza, H. (2022). Ansiedad precompetitiva en nadadores juveniles: análisis desde la percepción del nivel de dificultad competitivo. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación* (45), 651-659. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8428402>
- Buceta, J. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Dykinson.
- Cárdenas, D., Conde-González, J., & Perales, J. (2015). El papel de la carga mental en la planificación del entrenamiento deportivo. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 91-100. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235139639011.pdf>
- Cruz-Feliu, J. (1992). El asesoramiento y la intervención psicológica en deportistas olímpicos. *Revista de Psicología del Deporte*, 1(2), 41-46. <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v1n2/19885636v1n2p42.pdf>
- García-Naveira, A. (2010). El Psicólogo del Deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 259-268. <https://www.redalyc.org/pdf/778/77815136005.pdf>

- García-Naveira, A., García-Mas, A., Ruiz-Barquín, R., & Cantón, E. (2017). Programa de intervención basada en el coaching en jóvenes deportistas de alto rendimiento, y su relación con la percepción de bienestar y salud psicológica. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 37-44. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235152048005.pdf>
- Guevara-Alban, G., Verdesoto-Arguello, A., & Castro-Molina, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *RECIMUNDO. Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 4(3), 163-173. <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/860/1363>
- Gujer, D. (2023). Preparación mental para el deporte competitivo. *EFDeportes*, 27 (296), 1. <https://efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/3826>
- Hernández, L. (2016). Factores psicológicos en la actividad física y el deporte. *ARJÉ. Revista de Postgrado FaCE-UC*, 10(18), 70-78. <http://arje.bc.uc.edu.ve/arj18/art08.pdf>
- López-Torres, M., Torregrosa, M., & Roca, J. (2007). Características del "Flow", ansiedad y estado emocional, en relación con el rendimiento de deportistas de élite. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 7(1), 25-44. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/54641>
- Malllqui-Quisintuña, V., Jordan-Acosta, I., Santamaría-Morales, P., Sisa-Aguagallo, M., & Sisa-Agagallo, C. (2024). Fase inicial de la intervención psicológica clínico-deportiva en atletas de alto rendimiento de Ecuador. *Universidad y Sociedad*, 16(2), 511-516. <https://rus.ucf.edu.cu/index.php/rus/article/view/4423/4327>
- Martinent, G., Ferrand, C., Guillet, E., & Gauthier, S. (2010). Validation of the french version of the competitive state anxiety inventory-2 revised (CSAI2R) including frequency and direction scales. *Psicología del Deporte y el Ejercicio*, 11(1), 51-57. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1469029209000636>
- Mayoral, R., Rodríguez-Martínez, D., & León-Zarceño, E. (2022). Programas de Intervención Psicológica con atletas para la mejora del rendimiento: una revisión actual. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 7(1), 1-18.

<https://www.redalyc.org/journal/6138/613872154002/613872154002.pdf>

- McNair, D., Lorr, E., & Droppleman, M. (1971). *Test POMS*. Education and Industrial Testing Service. <https://dspace.uevora.pt/rdpc/bitstream/10174/15495/5/5-anexo2.pdf>
- Nieto-García, G., & Olmedilla-Zafra, A. (2001). Planificación del entrenamiento psicológico en atletas de élite: un caso en marcha atlética. *Revista de Psicología del Deporte*, 10(1), 127-142. <https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/19885636v10n1/19885636v10n1p127.pdf>
- Ortín-Montero, F., Garcés-De los Fayos Ruiz, E., & Olmedilla-Zafra, A. (2010). Influencia de los factores psicológicos en las lesiones deportivas. *Papeles del Psicólogo*, 281-288.
- Pérez-Surita, Y. (2007). *Programa de orientación psicológica para estimular el autocontrol emocional en ajedrecistas de alto rendimiento*. [Tesis doctoral, Instituto Superior de Cultura Física "Manuel Fajardo"]. <https://rein.umcc.cu/bitstream/handle/123456789/886/Msc07%20Yan-et.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Puig-Barata, N. (2012). Emociones en el deporte y Sociología. *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 8(28), 106-108. <https://www.redalyc.org/pdf/710/71024528001.pdf>
- Ramos-Galarza, C. (2020). Los alcances de una investigación. *CienciAmérica: Revista de divulgación científica de la Universidad Tecnológica Indoamérica*, 9(3), 1-6. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7746475>
- Renger, R. (1993). Una revisión del perfil de los estados de ánimo (POMS) en la predicción del éxito deportivo. *Revista de Psicología del Deporte Aplicada*, 5(1), 78-84. <https://doi.org/10.1080/10413209308411306>
- Reyes-Bossio, M., Raimundi, M., & Gómez-Correa, L. (2012). Programa de Entrenamiento en Habilidades Psicológicas en jugadoras de voleibol de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 9-16. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/162581>
- Ros-Martínez, A., Moya-Faz, F., & Garcés-De Los Fayos Ruiz, E. (2013). Inteligencia emocional y deporte: situación actual del estado de la investigación. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(1), 105-112.

Inteligencia emocional y deporte: situación actual del estado de la investigación

- Suárez, C., & Jiménez, M. (2021). Rendimiento deportivo en atletas federados y su relación con autoestima, motivación e inteligencia emocional. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 6(2), 1-14. <https://www.redalyc.org/journal/6138/613869846005/613869846005.pdf>
- Tarqui-Silva, L. (2021a). Microciclo de psicodiagnóstico deportivo y entrenamiento mental en atletas de alto rendimiento de Ecuador. *PODIUM. Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(3), 881-891. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8112782>
- Tarqui-Silva, L. (2021b). Trascendencia de los factores clínicos durante la intervención psicológica con atletas de alto rendimiento. *Revista Arrancada*, 21(40), 55-72. <https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/412/299>
- Zurita-Betancourt, T., Carrillo-Reinoso, M., Gaibor-Guamán, Á., & Jordán-Acosta, I. (2024). Microciclo de intervención psicológica en atleta de patinaje (estudio de caso). *Journal of Economic and Social Science Research*, 4(2), 214-225. <https://doi.org/10.55813/gaea/jessr/v4/n2/108>

INFORMACIÓN DE LOS AUTORES

- Jorge Washington Jordán Sánchez**
Licenciado en Ciencias de la Educación Especialidad Cultura Física. Magíster en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo. Es profesor de educación física, inspector y entrenador de natación en la Unidad Educativa Bolívar, asimismo docente en la Facultad de Ciencias Humanas y Educación de la Universidad Técnica de Ambato y en el Centro de Cultura Física y Deporte.
- Víctor Amable Mallqui Quisintuña**
Licenciado en Ciencias Humanas y de la Educación mención Cultura Física. Magíster en Cultura Física y Entrenamiento Deportivo por la Universidad Técnica de Ambato. Árbitro profesional de fútbol en Ecuador, docente del Departamento de Cultura Física de la Universidad Técnica de Ambato y docente del Magisterio Ecuatoriano en el área de Educación Física.
- Clelia Elizabeth Sisa Aguinaldo**
Licenciada en Ciencias Humanas y de la Educación, mención Educación Básica y Magíster en Pedagogía de la Lengua y la Literatura por la Universidad Técnica de Ambato.
- José Ernesto Garcés Mosquera**
Docente Investigador de la Universidad Técnica de Ambato en el área de la Cultura Física, Deportes y Recreación. Entrenador deportivo en las ramas de Escalada Deportiva, Andinismo y Ciclismo. Guía profesional de montaña y escalada deportiva avalado por el Ministerio de Turismo del Ecuador.
- Marco Vinicio Sánchez Salinas**
Psicólogo Clínico por la Universidad Nacional de Loja. Magíster en Orientación y Educación Familiar Magíster en Psicología Clínica con mención en Psicología de la Salud por la Universidad Técnica Particular de Loja. Docente invitado en la carrera de Psicología Clínica de la Universidad Técnica Particular de Loja.
- Leonardo Eliecer Tarqui Silva**
Psicólogo Clínico, Máster en Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Doctorando en Psicología en la Universidad Nacional de San Luis de Argentina. Se encuentra acreditado como investigador en ciencias sociales por la SENESCYT de Ecuador.

Este libro se terminó de publicar en la editorial

**Instituto Universitario
de Innovación Ciencia y Tecnología Inudi Perú**



ISBN: 978-612-5130-40-2

