

# Psicología del deporte, ¿qué tanto se conoce sobre esta área en Antioquia?

## *Sport psychology, how much do we know about this area in Antioquia?*

Recibido: 9 de febrero de 2018 / Aceptado: 5 de Julio de 2018 / Publicado:

### Forma de citar este artículo en APA:

Álvarez, D., Gallego, M. A., Loaiza, T., Salazar, J., Saldarriaga, C., Marín, A. M., y Posada López, Z. M. (julio-diciembre, 2018). Psicología del deporte, ¿qué tanto se conoce sobre esta área en Antioquia? *Poiésis*, (35), 52-74.

DOI: <https://doi.org/10.21501/16920945.2961>

Dayana Álvarez\*, Mayra Alejandra Gallego\*\*, Tatiana Loaiza\*\*\*, Julián Salazar\*\*\*\*, Catalina Saldarriaga\*\*\*\*\*, Ana María Marín\*\*\*\*\* y Zonaika Maíra Posada López\*\*\*\*\*

## Resumen

La psicología del deporte es un campo de aplicación de la psicología relativamente nuevo; tuvo su nacimiento oficial en el mundo en 1965 con la celebración del Primer Congreso Mundial de Psicología del Deporte en Roma; sin embargo, en Colombia, su aparición ha sido más pausada, encontrándose antecedentes del año 1973. Como especialización nace en el año 2002 en la Universidad El Bosque de la ciudad de Bogotá y solo hasta el 2016 se tiene en el País el segundo programa de educación formal a cargo de la Institución Universitaria de Envigado en donde se crea la Especialización en Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Pese a ambos programas formativos, en la cotidianidad se encuentra desconocimiento frente a la posibilidad de aplicar la psicología en el campo deportivo, a las funciones que cumple un profesional en esta área y a los campos en los cuales puede desempeñarse; es por ello, que en el semillero de Psicología en la Actividad Física y el Deporte de la Universidad Católica Luis Amigó,

\* Estudiante del programa de Psicología de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, Colombia. Correo electrónico: [dayana.alvarezgo@amigo.edu.co](mailto:dayana.alvarezgo@amigo.edu.co)

\*\* Estudiante del programa de Psicología de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, Colombia. Correo electrónico: [mayra.gallegoo@amigo.edu.co](mailto:mayra.gallegoo@amigo.edu.co)

\*\*\* Estudiante del programa de Psicología de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, Colombia. Correo electrónico: [shirley.loaizaga@amigo.edu.co](mailto:shirley.loaizaga@amigo.edu.co)

\*\*\*\* Estudiante del programa de Psicología de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, Colombia. Correo electrónico: [julian.salazarhe@amigo.edu.co](mailto:julian.salazarhe@amigo.edu.co)

\*\*\*\*\* Estudiante del programa de Psicología de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, Colombia. Correo electrónico: [catalina.saldarriagaca@amigo.edu.co](mailto:catalina.saldarriagaca@amigo.edu.co)

\*\*\*\*\* Estudiante del programa de Actividad física y Deportes de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, Colombia. Correo electrónico: [ana.maringi@amigo.edu.co](mailto:ana.maringi@amigo.edu.co)

\*\*\*\*\* Docente de cátedra, asesora de la Facultad de Psicología y Ciencias Sociales de la Universidad Católica Luis Amigó, Medellín, Colombia. Correo electrónico: [zonaika.posadalo@amigo.edu.co](mailto:zonaika.posadalo@amigo.edu.co)

se generó la inquietud sobre qué se conocía sobre este campo de aplicación en cinco poblaciones específicas: entrenadores o tutores, deportistas, psicólogos y psicólogos en formación, padres de familia de deportistas y población general que no se relaciona con el ámbito deportivo. Los resultados mostraron que la mayoría de los participantes de la investigación habían escuchado sobre psicología del deporte en el ámbito universitario o deportivo, conocía sobre sus funciones, identificaba la importancia de contar con un psicólogo del deporte, sin embargo, consideró que era un campo de aplicación poco explorado, no conocía a un psicólogo del deporte o no había trabajado con uno, lo que evidencia la importancia que tiene el continuar promoviendo el rol del psicólogo del deporte en Antioquia.

## **Palabras clave**

Actividad física; Conocimiento; Deporte; Ejercicio; Psicología; Psicología del deporte.

## **Abstract**

Sport Psychology is a relatively new field of application of psychology; It had its official birth in the world in 1965 with the celebration of the first World Congress of psychology of sport in Rome; However, in Colombia, has been more leisurely appearance, being a history of the year 1973; as specialization is born in the year 2002 at the Universidad El Bosque in Bogotá and only until the year 2016 has in Colombia the second formal education programme manager of the Institución Universitaria de Envigado in where specialization is created in Psychology of physical activity and sport. Despite both academic programs, in everyday life exists ignorance against the possibility of applied psychology in the sports field, the functions fulfilled by the psychologist of the sport and the fields in which can fulfill its role; that is why, in the "Semillero de investigación en Psicología en la Actividad Física y el deporte" of the Universidad Católica Luis Amigó generated concern about that thought or knew about this field of application in 5 specific populations: trainers or guardians; athletes; psychologists and psychologists in training; parents of athletes and the general population that is not related to sport. The results showed that the majority of the sample had heard about the psychology of sport in the University or athletic field, knew about their functions, identified the importance of having a sport psychologist, however, she was considered It was a little explored field of application, they didn't know a psychologist of the sport or had not worked with one, which shows the importance that has to continue to promote the role of sports psychologist in Antioquia.

## **Keywords**

Physic activity; Knowledge; Sport; Exercise; Psychology; Sport psychology.

# Introducción

La psicología del deporte es un área de intervención relativamente nueva que ha tenido un origen pausado en los países de Latinoamérica (Dosil, 2004). Este campo cumple un papel fundamental en el proceso deportivo ya que un deportista no sólo tiene desempeño fisiológico, sino que sus prácticas implican aspectos trascendentales y esenciales que aportan al rendimiento, como lo son la motivación, el fortalecimiento mental, el bienestar, entre otros. Además de enfocarse en los factores psicológicos, esta área también pone su atención en las alteraciones de estos factores, pues pueden perjudicar el desempeño del sujeto.

Para ubicar en el contexto nacional lo que se sabe sobre esta área, son ilustrativas las palabras de García (2011), quien explica que la psicología aplicada al campo del deporte, el ejercicio y la actividad física, que aparece en los años 70 en Colombia, ha tenido tropiezos y pocos avances en el País, uno de ellos es la indeterminación semántica frente a los campos de la educación física, el deporte y la actividad física: “el problema de la identidad se nos hace ineludible. Por un lado, se presenta de múltiples maneras en las prácticas de docencia y de investigación, oculto o develado en la heterogeneidad de las doctrinas que quieren orientarlas” (Crisorio y Bracht, 2003, p. 21). En particular sobre el ámbito investigativo, Crisorio y Bracht igualmente plantean que “no revela naturaleza alguna sino, por el contrario, la ausencia de toda naturaleza; muestra una identidad cambiante, maleable, plástica a los movimientos históricos” (2003, p. 24). Se tiene entonces, que el problema no está en la práctica, sino que yace en el marco teórico de la educación física, por ser un asunto indeterminado y dividido por variedad de posturas, objetos y métodos diferentes, incluso opuestos (Crisorio y Bracht, 2003), lo que resta importancia a la complejidad integral del deporte, tanto en las disciplinas o áreas relacionadas con deporte, ejercicio y/o actividad física, como en las ciencias que aportan a los mismos, incluyendo la psicología.

Esta problemática es causante de que el campo de la Actividad Física y Deportiva (AFD) sea visto básicamente como una práctica, lo que afecta la percepción de la población respecto a ella e influye en el desconocimiento sobre el objeto de estudio de la psicología del deporte, además se desdibuja la importancia de la inclusión de esta área en el campo deportivo y se resta relevancia a los factores psicológicos, que pueden ser útiles para mejorar, comprender y enfrentar situaciones del contexto mencionado.

Considerando lo expuesto anteriormente, este artículo tiene como propósito presentar los resultados de una recolección de información que permitió identificar la percepción y el conocimiento de la población antioqueña sobre la psicología del deporte y del rol del psicólogo en esta área, para lo cual se realizó un estado del arte de la psicología del deporte y de sus antecedentes en Antioquia, para posteriormente establecer relaciones entre estos y los resultados obtenidos en la aplicación de un cuestionario a cinco grupos poblacionales (psicólogos, entrenadores deportivos, deportistas, padres de deportistas y población general) con mayoría de edad (18 años) del departamento.

## *Psicología de la Actividad Física y el Deporte*

Para enmarcar la Psicología de la Actividad Física y el Deporte, dentro de su amplia concepción, es preciso definir las áreas que la componen. Inicialmente se tiene la Psicología, que puede definirse como el estudio científico de la conducta que describe y explica los aspectos relacionados con el pensamiento, los sentimientos, las percepciones, acciones humanas, procesos de aprendizaje, entre otros, y cómo a partir de esto, el ser humano (su fiel objeto de estudio) se adapta en el medio que lo rodea a lo largo de su ciclo vital. Dicho estudio se logra mediante la utilización de diferentes métodos investigativos, paradigmas, teorías, disciplinas y campos de aplicación (Arana, Meilán y Pérez, 2006).

En segundo lugar, aparece la actividad física, la cual puede describirse como cualquier movimiento corporal voluntario de contracción muscular, que implique un gasto energético mayor al que se tiene en un estado de reposo (Asociación de Medicina Deportiva de Colombia (AMEDCO), 2002, (como se citó en Vidarte, Vélez, Sandoval y Alfonso, 2011). El concepto anterior es compartido por Márquez y Garatachea (2009) quienes definen la Actividad Física como “la energía utilizada para el movimiento; se trata, por tanto, de un gasto de energía adicional al que necesita el organismo para mantener las funciones vitales” (p. 571).

Dicha actividad es concebida también “como un comportamiento humano complejo, voluntario y autónomo, con componentes y determinantes de orden biológico y psico-sociocultural, que produce un conjunto de beneficios para la salud” (Asociación de Medicina Deportiva de Colombia (AMEDCO), 2002, (como se citó en Vidarte, Vélez, Sandoval y Alfonso, 2011, p. 205).

En tercer lugar, se encuentra el deporte, este ámbito según la Ley 181 de 1995, Título IV del deporte (capítulo I definiciones y clasificaciones, artículo 15), puede definirse como “la específica conducta humana caracterizada por una actitud lúdica y de afán competitivo de comprobación o desafío expresada mediante el ejercicio corporal y mental, dentro de disciplinas y normas preestablecidas orientadas a generar valores morales, cívicos y sociales” (como se citó en Acosta, 2012, p. 60). Esta concepción se complementa con los aportes de Márquez y Garatachea (2009) quienes contextualizan al deporte como “ejercicio físico que se realiza como competición y que se rige por una reglamentación establecida” (p. 574).

Con las claridades propuestas anteriormente y de acuerdo con las definiciones encontradas en la literatura sobre la Psicología de la Actividad Física y el Deporte, se entiende que consiste en “el estudio científico de los factores psicológicos que están asociados con la participación y el rendimiento en el deporte, el ejercicio y otros tipos de actividad física” (Asociación Americana de Psicología (APA), (como se citó en Sánchez y León, 2012, p. 191), complementariamente se le define como un “campo aplicado de la ciencia psicológica al comportamiento del ser humano en los contextos del deporte, el ejercicio y la actividad física” (Colegio Colombiano de Psicólogos (COLPSIC), 2016, párr. 1), con técnicas y métodos propios que la diferencian de otros ámbitos de actuación del psicólogo “se trata por tanto de un ámbito de intervención, de una actividad

aplicada para la que es conveniente desarrollar una tecnología específica que incluya instrumentos de evaluación, programas de intervención y técnicas específicas directas e indirectas” (Cantón, 2010, p. 237).

Dentro de este campo, se establece el rol de psicólogo del deporte y sus funciones: la planificación, asesoría, educación, evaluación, diagnóstico, intervención e investigación en áreas del deporte de alto rendimiento, iniciación, programas de actividad física y recreación. Estas funciones y áreas están enmarcadas en distintos públicos: deportistas, técnicos deportivos (base elemental y superior), jueces y árbitros, directivos, espectadores, familiares, medios de comunicación, asociaciones, organizaciones e instituciones y otros profesionales de ciencias de la actividad física y del deporte (Martínez, 1995).

Hay que resaltar que los comienzos de la psicología del deporte se enmarcan en el propio campo deportivo. Quienes se encargaron de demostrar un gran interés por el funcionamiento de los procesos mentales/psicológicos, en lo que respecta a la práctica de actividad física y deporte, fueron los mismos deportistas y entrenadores que incursionaban en dicha área para el período comprendido entre 1890 -1919; en esa época se destacaba el estudio de aspectos como la capacidad de controlar los pensamientos y emociones con el fin de aumentar el nivel y el rendimiento, entre otros factores. De este modo, la psicología del deporte se ofreció en un primer momento en centros educativos afines a las ciencias del deporte (los INEFS, Institutos Nacionales de Educación Física) (Cantón, 2010).

Posteriormente, esta disciplina tuvo su aparición en las facultades de psicología, en la década de los 80, como materia optativa para el segundo ciclo en la formación académica; fue dictada, en la mayoría de los casos, por los mismos profesionales a cargo de la asignatura en las facultades de ciencias del deporte. En el área investigativa, se realizaron estudios descriptivos/aplicativos, en busca de responder a cuestionamientos o problemáticas de los deportistas (Cantón, 2010).

Luego, se dio paso de un trabajo exclusivo con deportistas a la inclusión de una población mayor que tenía en cuenta entrenadores, preparadores, profesores de educación física, padres, árbitros, responsables de los clubes, entre otros personajes pertenecientes al entorno deportivo. En la actualidad, la Psicología de la Actividad Física y el Deporte ha ampliado su campo de acción y su aplicabilidad es creciente en diferentes ámbitos, que van desde programas deportivos, cuyo fin es la optimización del estado de salud de una población determinada (personas con diabetes o riesgo cardiovascular, por ejemplo), hasta programas que buscan el desarrollo de actividades físico-deportivas para el público de la tercera edad o para aquellos que se encuentren en la etapa infantil. Se da una mayor formación de carácter especializado, con contenidos propios de la Psicología, que la posiciona como una oferta de formación amplia (Cantón, 2010).

Hablar sobre actividad física y deporte en tiempos contemporáneos representa relevancia e interés para la población en general, al tratarse de dos de los fenómenos culturales con mayor impacto en la sociedad, es tal su arraigo que pueden contemplarse desde facetas formativas, lúdicas, profesionales, políticas y de comunicación (Córdoba, 2006).

Así, la evolución creciente del deporte ha significado que los profesionales y técnicos dedicados a la enseñanza y práctica del mismo, trabajen bajo la convicción de que es necesario integrar el máximo de conocimientos de las ciencias que les son afines para que, de una manera eficaz, este escenario pueda nutrirse, evolucionar y complementarse (Córdoba, 2006). Con la necesidad de implementar dentro del vasto ámbito deportivo la Psicología de la Actividad Física y el Deporte, se destaca que, en el año 1973, con el acompañamiento de Coldeportes Nacional, se organizó en Bogotá el primer evento académico sobre el área, denominado “Curso Suramericano de Psicología del Deporte” (Serrato, 2008), cuya realización representó la oficialización de este campo de la Psicología en Colombia (García, 2004, como se citó en Serrato, 2008).

Complementando este suceso de la historia de la Psicología de la Actividad Física y el Deporte en Colombia, se puede ejemplificar su aparición en el País desde cuatro ámbitos concretos, tal y como lo postula Serrato (2008), (como se citó en Barbosa, 2015). La principal característica del primer período (1973–1979) es el interés investigativo que surge en el área, del cual fue precursor la Universidad Nacional, donde aparecieron los primeros psicólogos del deporte contratados por Coldeportes (Barbosa, 2015).

El segundo período se enfoca en el estudio del aprendizaje motor y la personalidad. Los psicólogos del deporte se apoyaron en instrumentos para la medición y evaluación de características neuromotoras y cognoscitivas, traducido en un creciente interés en el área por parte de estudiantes universitarios, de modo que para 1984 se dio el “primer intento de agremiación de psicólogos del deporte por parte de la Asociación de Psicólogos del Deporte-APSIDE” (Barbosa, 2015, p. 505). Posteriormente, en 1989, se estableció la primera versión de las Jornadas de Actualización en Psicología Deportiva.

Para la tercera etapa, estudiantes y profesionales mostraron mayor interés en el campo, hubo un incremento en las capacitaciones y actualizaciones y se creó la primera empresa privada *Profesionales para el Alto Rendimiento (PAR-LTDA)*, la cual facilitó la abolición de mitos en torno a la labor del psicólogo del deporte mediante “propuestas de intervención psicológica para clubes privados, ligas y federaciones, rescatando para la psicología áreas que estaban siendo asumidas por personajes ajenos a la psicología del deporte (intrusismo)” (Serrato, 2008, como se citó en Barbosa, 2015, p. 506). Esto representa el paso del consultorio hacia la práctica para el psicólogo del deporte.

Por último, se presenta el cuarto periodo en el que se potencializa el ámbito académico y práctico de la psicología del deporte. Esto ocurre desde el 2000 hasta la actualidad, para esta época se han realizado los primeros congresos internacionales y regionales. Igualmente se ofrece la primera especialización en Psicología del Deporte por la Universidad del Bosque y se reglamenta la profesión del psicólogo por parte del Colegio Colombiano de Psicólogos (COLPSIC), posibilitando la incursión en las diferentes áreas de la psicología entre las que se encuentran la psicología del deporte (Barbosa, 2015).

También como parte del contexto actual, ha crecido el número de profesionales en Psicología que se encuentran potencializando las áreas de la psicología del deporte, la actividad física y la salud (Barbosa, 2015), como un modo de enriquecer el quehacer profesional desde su manifestación investigativa, práctica, formativa y pedagógica.

Con el escenario histórico esbozado, es posible esclarecer cuáles han sido los avances que se han presentado en el área de la Psicología de la Actividad Física y el Deporte en el período actual: desde el ámbito formativo- académico, anualmente se ofrecen al público eventos de carácter científico que permiten ampliar el campo investigativo, y por ende proponer nuevas técnicas de intervención, postular estudios, encaminar proyectos y generar un mayor número de publicaciones en el área (Barbosa, 2015).

De igual manera, se evidencia con relevancia la necesidad de un trabajo interdisciplinario del psicólogo con otros especialistas encargados del área deportiva (médicos, fisioterapeutas, nutricionistas, por mencionar algunos), con el fin de establecer un lenguaje compartido que propicie la comprensión entre la relación triangular psicólogo-deportista-entrenador (Barbosa, 2015).

Cabe destacar dentro de este proceso el logro que representa haber comprendido los efectos del ejercicio en el bienestar psicológico. Esto ha dado paso a espacios para el trabajo con deportistas de alto rendimiento, y a que los procesos psicológicos impacten, mediante la actividad física, en lo que comprende el ciclo de vida humano, pues la práctica de ejercicio es un elemento que nutre la terapia psicológica con miras al mejoramiento de la calidad de vida (Barbosa, 2015).

Sin embargo, tal y como lo expone Trujillo (2012) (como se citó en Barbosa, 2015), el basto escenario de la Psicología de la Actividad Física y el Deporte suscita grandes retos en el contexto colombiano:

- Habilitar un mayor número de programas en maestría y doctorado que sean adecuados para la formación académica de los Psicólogos del Deporte.
- Bajo nivel investigativo en el área.
- Creación e indexación de revistas de Psicología del Deporte a nivel nacional, así como incrementar el número de libros publicados.
- Consolidar un gremio de profesionales en la Psicología del Deporte.
- Mayor exigencia sobre las competencias profesionales del psicólogo del deporte con el fin de evitar el intrusismo profesional.
- Mayor experiencia profesional.
- Establecer una concepción de la psicología del deporte más visible y valorada de acuerdo a sus aportes elementales al beneficio de los deportistas y la sociedad.

Actualmente, pese al desarrollo de la psicología del deporte, existe desconocimiento sobre el rol que puede desempeñar un psicólogo en este campo o se piensa que solo acompaña a los deportistas elite. De allí surge el interés en conocer lo que se piensa en Antioquia sobre el rol del psicólogo del deporte, el ejercicio y sobre la valoración que se le da al mismo.

## Metodología

La presente investigación tuvo enfoque cualitativo, el cual se caracteriza por ser inductivo, subjetivo, holístico, observacional e interactivo. Este método permite investigar fenómenos sociales desde el significado que le otorga una determinada población a una problemática particular.

El enfoque cualitativo ofrece diversas técnicas para la recolección de información, entre estas el cuestionario, que fue una de las utilizadas en esta investigación.

Este estudio fue de tipo exploratorio ya que se “examina un tema o problema de investigación poco estudiado o que no ha sido abordado antes” (Hernández, Fernández y Baptista, 2014, p. 91).

## Participantes

Para recolectar información que posibilitara identificar lo que se conocía sobre la psicología del deporte, se realizó un cuestionario que incluía preguntas en tipo de escala nominal, ordinal y de razón, el cual fue aplicado a personas mayores de edad que pertenecían a algunas de las cinco poblaciones elegidas para la investigación:

- Población general sin vínculo al deporte o a la psicología.
- Estudiantes en práctica de psicología y psicólogos egresados.
- Padres de familia de niños y adolescentes en procesos de formación deportiva.
- Deportistas activos vinculados a un club o liga deportiva de Antioquia.
- Entrenador o tutor de un club o liga deportiva.

La población contó con un nivel de escolaridad mínimo (educación básica). Los criterios de exclusión fueron: ser menor de edad, no pertenecer a los grupos poblacionales o residir en un municipio que no pertenece al departamento de Antioquia.

## Procedimiento

Para cumplir con el objetivo general: conocer la percepción que tiene la población antioqueña sobre la Psicología de la Actividad Física y el Deporte; y con los objetivos específicos: identificar el nivel de conocimiento en torno a la psicología del deporte por parte de las cinco poblaciones a quienes se les aplicará el cuestionario, guiar con base a la información recolectada futuros temas de investigación del semillero Psicología en la Actividad Física y el Deporte con respecto al área y dar a conocer



al campo profesional de la psicología y del deporte los resultados obtenidos a partir del cuestionario aplicado; se llevó a cabo una revisión bibliográfica sistemática de bases de datos de distintas universidades de Medellín (Antioquia, Colombia) esto con el fin de encontrar antecedentes que dieran cuenta de lo que es la psicología del deporte y sus particularidades. Las palabras clave utilizadas en la búsqueda fueron actividad física, deporte, ejercicio, psicología y psicología del deporte. Se incluyeron artículos científicos, libros y tesis.

Posteriormente se realizó un cuestionario para conocer cuál es la percepción de la población antioqueña sobre psicología del deporte, luego se desarrollaron el consentimiento informado, los objetivos y las preguntas, para obtener la aprobación del Comité de Ética de la Universidad Católica Luis Amigó. Este Comité analizó la información presentada y con su aprobación se realizó la aplicación del cuestionario a 243 personas, a quienes se les solicitó su participación voluntaria y la firma del consentimiento informado; el cuestionario incluía 15 preguntas: diez generales sobre el conocimiento de la psicología del deporte y cinco enfocadas en los conocimientos sobre el campo de aplicación que pudiera tener cada población específica. Se contó con dos modalidades para responder al cuestionario: física y virtual (utilizando la herramienta Google Forms). La aplicación del instrumento no representaba ningún riesgo físico para los participantes, el posible riesgo que tuvo el cuestionario fue de índole psicológico, presentándose incomodidad frente a alguna pregunta.

Una vez se tuvieron los resultados del cuestionario, se revisaron y analizaron mediante categorías en el programa Microsoft Excel, identificando las respuestas frente a cada ítem.

## *Resultados*

Mediante la búsqueda de información en bases de datos, se determinó que actualmente no se cuenta con investigaciones que identifiquen las creencias, el conocimiento o la valoración que da la población colombiana y específicamente la antioqueña, sobre el rol que ejerce el psicólogo en el campo del deporte, a partir de ello, se amplió el rastreo a la percepción mundial que se ha tenido del rol del psicólogo del deporte, encontrando artículos publicados en revistas indexadas.

Con base en los hallazgos de la revisión de conocimiento científico, se creó un cuestionario para indagar por la percepción de la población frente al área de la Psicología de la Actividad Física y el Deporte. Dentro del cuestionario se incluyeron preguntas específicas para los siguientes tipos de población: población general, psicólogos, psicólogos en formación, entrenadores, padres de familia de deportistas y deportistas.

En la aplicación del cuestionario participaron 243 personas y se obtuvieron los resultados que se mostrarán a continuación.

## Datos demográficos

La mayor parte de la población tenía entre 18 y 25 años, un 40% entre 26 y 45 años y como minoría una población adulta mayor de 46 años. De los participantes, la mayoría fueron mujeres (52%) y los hombres representaron un 48%.

En relación con el estrato socioeconómico, la mayoría de la población pertenece a los estratos 4, 5 y 6 con un 72%, y un 28% hace parte de los estratos 1, 2 y 3.

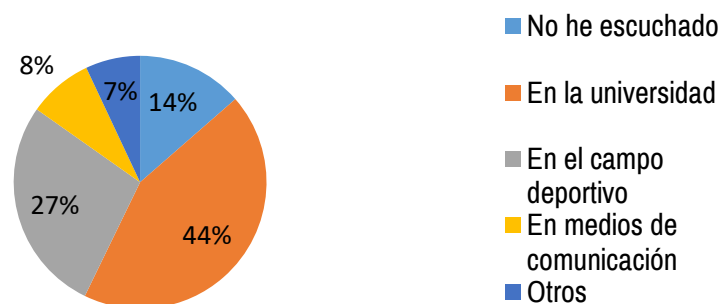
De acuerdo con los resultados obtenidos, el mayor número de la población es universitaria o posee un postgrado, como mínimo el resto de los participantes tiene educación básica; los estudiantes son de diferentes carreras universitarias, entre ellas psicología y actividad física. Se destaca, igualmente, una cantidad significativa de entrenadores indagados, población clave dentro de la psicología del deporte.

La población participante se concentró en la ciudad de Medellín, capital de Antioquia y se incluyeron municipios con participación significativa como Bello, Itagüí y Envigado.

## Cuestionario general

Del total de la población, 209 personas han escuchado sobre psicología del deporte y 34 personas no; la mayoría de quienes respondieron afirmativamente aseguraron que oyeron del tema en la universidad. Es importante también el hecho de que en el campo deportivo se conoce sobre el tema (figura 1).

Figura 1. ¿En dónde ha escuchado sobre la Psicología del deporte?

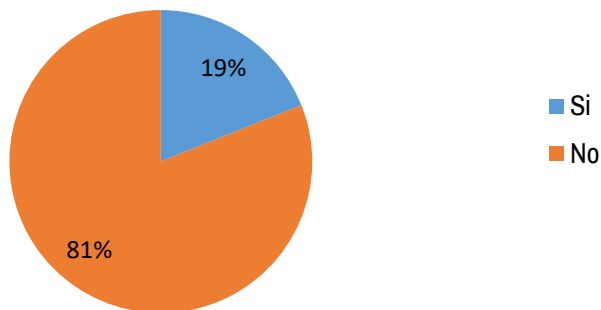


Fuente: elaboración propia

La mayor parte los encuestados (168) manifiestan tener conocimientos acerca de la labor que desempeña el psicólogo en el campo deportivo, mientras que una parte menos representativa, no tiene conocimientos sobre dicha cuestión. En su totalidad la población manifiesta lo esencial que resulta incluir al psicólogo del deporte dentro del equipo interdisciplinar que acompaña al deportista en su proceso.

Por otro lado, en la figura 2 se evidencia lo obtenido al indagar por el reconocimiento de la psicología del deporte en el Departamento, los datos revelan que el protagonismo es poco.

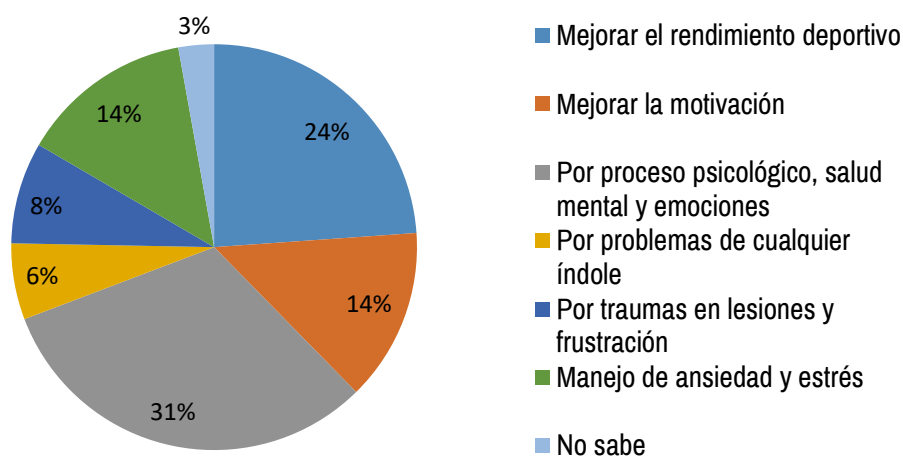
Figura 2. ¿Considera que la psicología del deporte es reconocida en Antioquia?



Fuente: elaboración propia

Dentro de los resultados se destaca que los motivos por los que las personas se ponen en contacto con psicólogos del deporte están relacionados con procesos psicológicos, salud mental y emociones, teniendo como el menos representativo lo referido a problemas de cualquier índole (Ver figura 3).

Figura 3. ¿Cuál considera que sería el motivo por el cual las personas contactan a un Psicólogo del Deporte?

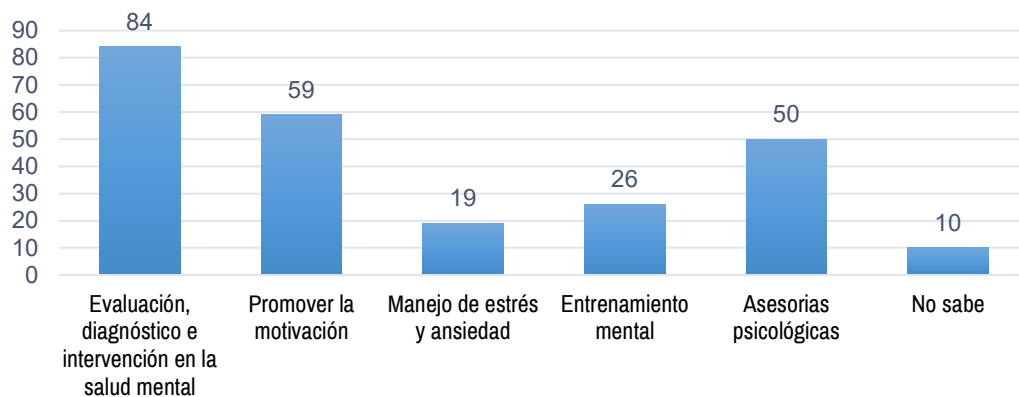


Fuente: elaboración propia

Todos los encuestados manifiestan que en un deportista es importante la salud mental, sin embargo, no se indagaron los motivos para esta respuesta. Así mismo, se pudo apreciar lo elemental que resulta para el público, el papel que desempeña el psicólogo dentro del ámbito deportivo y la influencia que tiene el mismo en la práctica del deportista al obtener que un 98% de la muestra manifestó que era necesaria la labor del psicólogo del deporte para la óptima práctica deportiva.

Cuando se indagó por las principales funciones que realiza el psicólogo en el campo deportivo, se encontró que se destacan: la evaluación, diagnóstico e intervención en la salud mental, junto con el incremento de la motivación en el deportista (Ver figura 4).

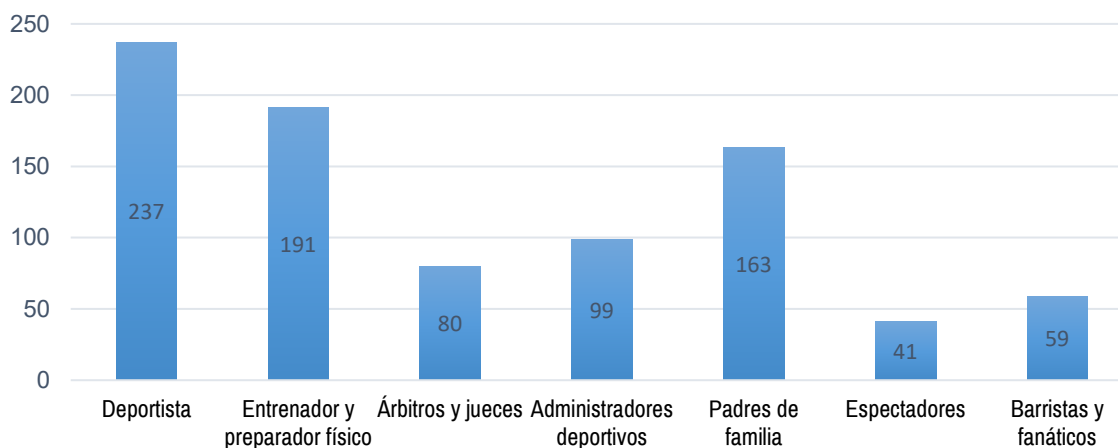
Figura 4. ¿Cuáles considera que son las funciones de un Psicólogo que realiza intervención en el campo deportivo?



Fuente: elaboración propia

De acuerdo con los resultados que se muestran en la figura 5, las poblaciones con quien en su mayoría realiza intervención el psicólogo del deporte, según los participantes, son los deportistas, entrenadores y preparadores físicos y padres de familia. Los espectadores es el público con menor protagonismo.

Figura 5. ¿Con quiénes consideraría que hace intervención el Psicólogo del deporte?

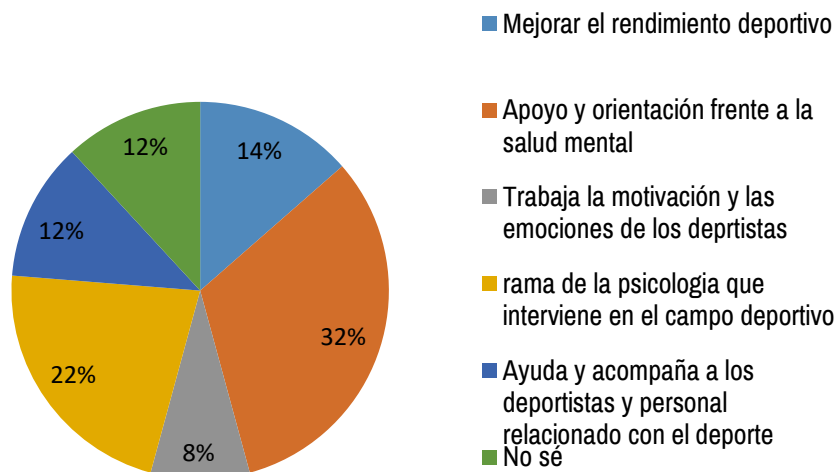


Fuente: elaboración propia

## Población general

La población general indagada refiere que la psicología del deporte es un apoyo y orientación frente a la salud mental y el rendimiento deportivo, así como una rama de la psicología que interviene en el campo deportivo (Ver figura 6).

Figura 6. ¿Qué cree usted que sea la psicología deportiva?



Fuente: elaboración propia

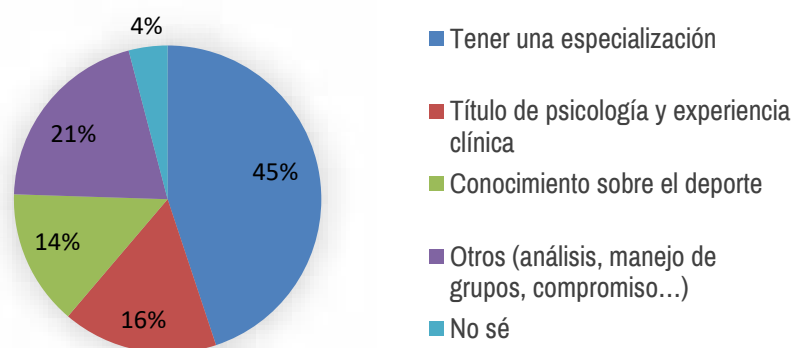
El 85% de los participantes (cifra considerablemente alta) refiere que solamente los deportistas reconocidos o de alto rendimiento pueden tener el acompañamiento de un psicólogo del deporte. Por otra parte, el 100% de la población indica que no necesariamente la persona que acude a un psicólogo del deporte tiene una enfermedad mental.

Al preguntarle a las personas si han tenido contacto con algún psicólogo del deporte, se encontró que la mayoría (61%) refieren que no; sin embargo, la mayor parte de la población (97%) reconoce que el acompañamiento psicológico mejora el rendimiento deportivo.

## Psicólogos

En la figura 7 se muestra que según el 45% de los psicólogos indagados, el profesional que intervenga en el ámbito deportivo debe tener una especialización sobre la psicología del deporte.

Figura 7. ¿Qué requisitos formativos debe tener un psicólogo del deporte para cumplir su rol?



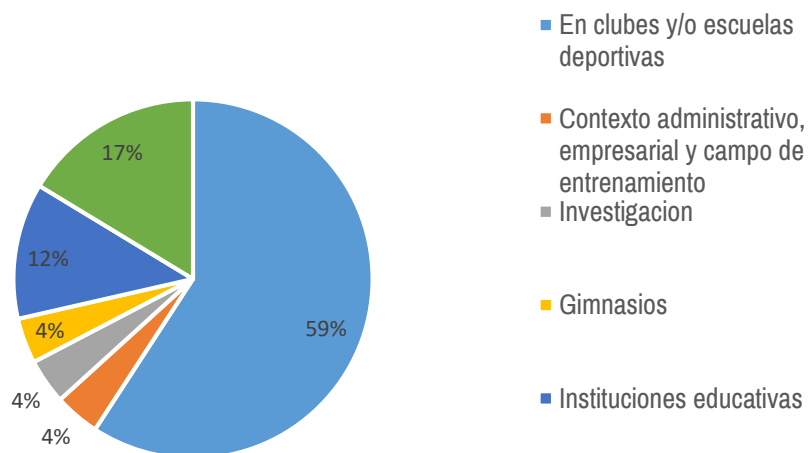
Fuente: elaboración propia

Así, gran parte de los psicólogos encuestados (65%) tienen conocimiento de un programa o postgrado en psicología del deporte.

También, la mayor parte de la población (98%) considera que la intervención de un psicólogo del deporte es uno de los factores que aporta a la mejora del rendimiento deportivo profesional.

Por otro lado, el mayor porcentaje de la población (59%) indicó que el psicólogo del deporte puede desempeñar sus funciones en clubes y/o escuelas deportivas. El resto del porcentaje lo asocian con otras áreas de aplicación de la psicología (Ver figura 8).

Figura 8. ¿Dónde pueden desempeñar sus funciones los Psicólogos del Deporte?



Fuente: elaboración propia

Por último, se encontró que a un 51% de la población le interesa ejercer en el área de la psicología del deporte y un 49% manifiesta desinterés al respecto.

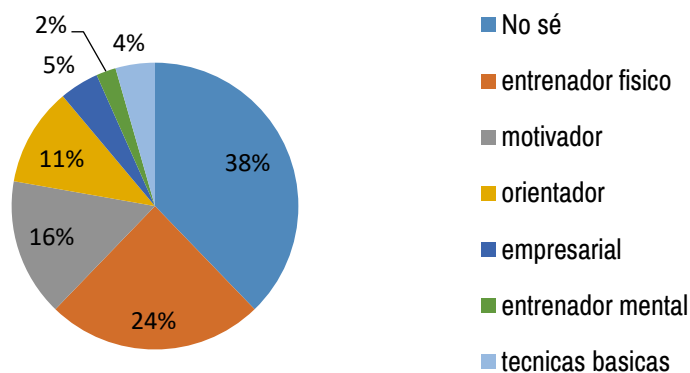
## Entrenadores

Al preguntar a los entrenadores si han incluido a un profesional de la psicología del deporte en su equipo de trabajo, las respuestas muestran que el 40% de ellos si lo ha hecho, mientras que el 60% no. Aunque es mayor el porcentaje de entrenadores que no han trabajado con psicólogos del deporte, es importante la cifra del 40% que, si lo han hecho, pues esto evidencia que el área está en crecimiento y está siendo acogida desde la actividad física y el deporte. Pese a lo anterior, y en unanimidad, los entrenadores consideran que es importante y necesario tener un psicólogo del deporte dentro de su equipo de trabajo.

Al indagar por la participación en procesos de intervención con el psicólogo del deporte se encontró que el 62% de los entrenadores han estado en estos procesos y el 38% no. La cifra permite concluir que es alto el nivel de intervención con psicólogos del deporte por parte de los entrenadores.

El interés en la psicología del deporte es creciente, de esto es evidencia que el total de entrenadores participantes aseguran que contarían o seguirían incluyendo profesionales de esta área en su equipo de trabajo. Por otro lado, se encontró que la mayoría de entrenadores no saben qué es coaching (Ver figura 9), otro gran porcentaje lo asocian con el concepto de entrenador, motivador y orientador.

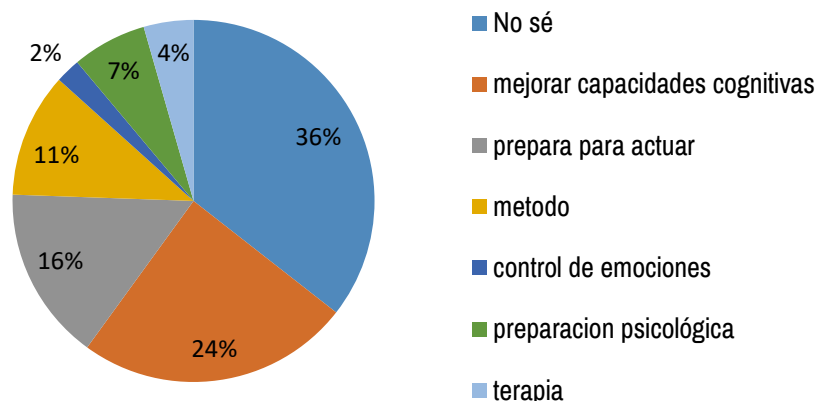
Figura 9. ¿Cuál es la diferencia entre coaching, entrenamiento mental y psicología del deporte? Coaching.



Fuente: elaboración propia

Paralelamente, la figura 10 ilustra que con un 36% la mayoría de entrenadores no saben qué es entrenamiento mental, el 24% lo asocian con el mejoramiento de capacidades cognitivas.

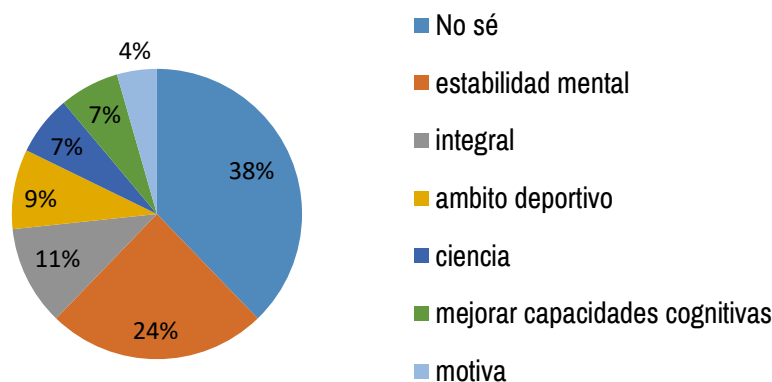
Figura 10. ¿Cuál es la diferencia entre coaching, entrenamiento mental y psicología del deporte? Entrenamiento mental.



Fuente: elaboración propia

Por último, en relación con los entrenadores se halló que El 38%, como mayoría, no saben qué es la psicología del deporte y un gran porcentaje lo asocia con la estabilidad mental e integral (Ver figura 11).

Figura 11. ¿Cuál es la diferencia entre coaching, entrenamiento mental y psicología del deporte? Psicología del deporte



Fuente: elaboración propia

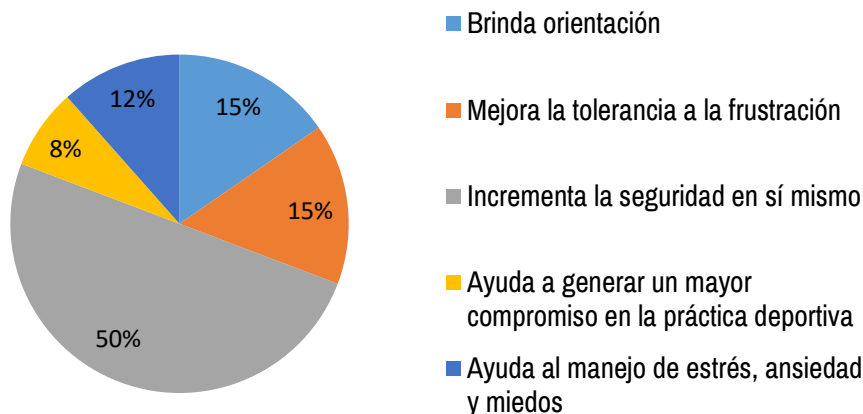
## Padres de familia

El 84% de los padres de familia indican que la institución deportiva donde se encuentra su hijo no cuenta con un psicólogo del deporte, así mismo se evidencia que la mayoría de los padres de familia (98%) considera importante la inclusión de un psicólogo del deporte en la institución donde se encuentra su hijo.

Al preguntarle a los padres de familia qué importancia tiene la función de un psicólogo del deporte en la formación deportiva de sus hijos, se puede observar, en la figura 12, que la mitad ellos consideraron que este profesional ayuda a incrementar la seguridad.



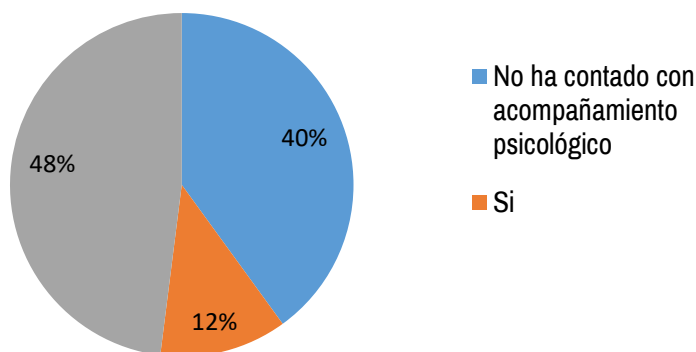
Figura 12. ¿Qué importancia tiene para usted la función del Psicólogo del Deporte en la formación deportiva de su hijo?



Fuente: elaboración propia

Por otro lado, la figura 13 muestra que la mayoría de padres de familia (48%) creen que su hijo no ha experimentado algún beneficio con el acompañamiento del psicólogo del deporte y un 40% de los padres no ha contado con un profesional en esta área.

Figura 13. ¿Su hijo ha experimentado algún beneficio con el acompañamiento del Psicólogo del Deporte?



Fuente: elaboración propia

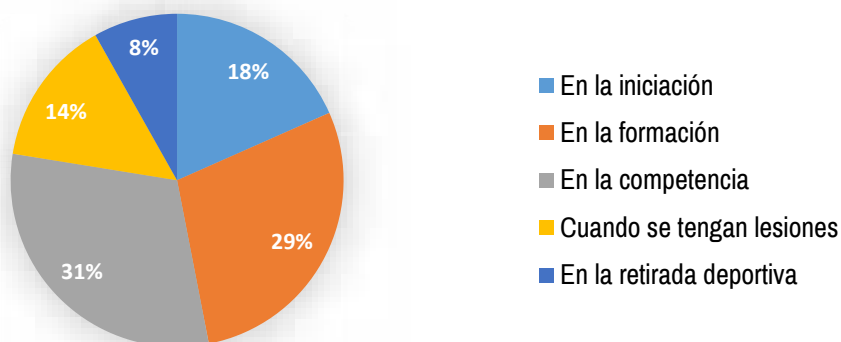
Además, se encontró que solo el 12% de los padres han asistido a alguna intervención con el psicólogo del deporte. Los resultados se relacionan directamente con el hecho de que la institución deportiva en la que se encuentran sus hijos no cuenta con un profesional en este campo.

## Deportistas

Al indagar con los deportistas sobre si han contado con el acompañamiento, o han seguido un proceso de la mano de un psicólogo deportivo, se encontró que un 60% no han tenido este apoyo en su formación, en contraste, el 40% sí.

Por otro lado, la mayoría de deportistas (31%) considera que es importante la presencia de un psicólogo deportivo cuando se tengan competencias, por el contrario, sólo un 8% de deportistas creen que se requiere cuando se retiren del deporte (Ver figura 14).

Figura 14. ¿En qué momento del ciclo deportivo, consideraría importante la presencia de un psicólogo del deporte?

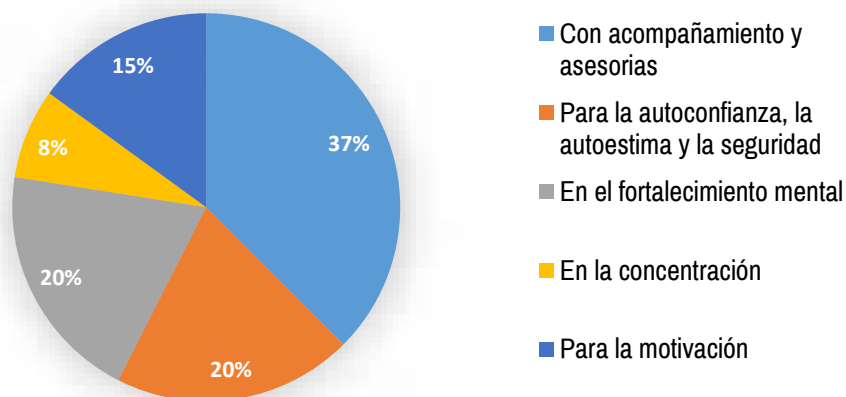


Fuente: elaboración propia

Adicionalmente, la totalidad de deportistas creen que el psicólogo les podría ayudar a mejorar su rendimiento. Por otro lado, al preguntarle a los deportistas si conocen algún psicólogo con postgrado en psicología del deporte, gran parte de ellos (62%) afirmó que no.

Por último, se halló que la mayoría de deportistas opinan que el psicólogo podría acompañarlos con asesorías en sus procesos deportivos, además un 20% comentó que este también podría aportar en la autoconfianza, la autoestima y la seguridad en sí mismo (Ver figura 15).

Figura 15. ¿Cómo podría aportar el psicólogo del deporte en su entrenamiento y en la competencia?



Fuente: elaboración propia

## Discusión

La Psicología de la Actividad Física y el Deporte es un área de intervención relativamente nueva, comparada con otros campos de aplicación de la Psicología más tradicionales (clínica, educativa, forense, social u organizacional), que ha generado importantes desarrollos teóricos y técnicas de intervención, siendo un campo de aplicación con un amplio rango de acción.

Es una ciencia que estudia el comportamiento humano en el contexto de la actividad física y deportiva, y como disciplina de las ciencias de la actividad física y del deporte, guarda una relación estrecha con todas las que conforman dicho ámbito, aportando los conocimientos psicológicos al mismo y, de esta manera, completando y enriqueciendo las aportaciones propias de otras ciencias, como la medicina, la sociología o el derecho (Dasil, 2004, p. 13).

El inicio de esta área se debe a que los profesionales de la Actividad Física y el Deporte de países como España, Estados Unidos, Inglaterra, Alemania y Canadá, identificaron la necesidad que tiene el aspecto psicológico en la práctica del deporte y el ejercicio (Reynaga-Estradal, Landeros-Rubioll, Alonso Gómez, y García Santana, 2013). Este campo de aplicación de la Psicología tiene como objeto de estudio la manifestación, desarrollo y transformación de los aspectos psicológicos en respuesta a las exigencias de la actividad deportiva. Inicialmente se afirmaba que la psicología del deporte era aplicada exclusivamente a deportistas y entrenadores, sin embargo, en la actualidad se ha ampliado el campo de acción que incluye entre sus áreas: la Psicología de la actividad deportiva, la Psicología del entrenador, la Psicología del atleta y la Psicología del árbitro (Afón Cardoso, Lamadrid Martín, Wambrug Callejas, y Miranda Ramos, 2011).

Tal como menciona Moreno (2013), actualmente existe una mayor comprensión de los programas de entrenamiento psicológico sobre la psicología del deporte, teniéndose en cuenta en la preparación deportiva.

Lo que produjo el cambio más importante y que dio lugar a esta toma de conciencia por parte de entrenadores y deportistas se relaciona con una mayor integración entre los especialistas del deporte y los psicólogos, así como con la aparición de un lenguaje común que ha facilitado la comprensión entre todos estos (Moreno, 2013, p. 16).

Plantea el autor que, pese a que los deportistas están familiarizados con la aplicación de técnicas que son útiles en la competencia, aun no tienen una comprensión exacta de las bases teóricas de la psicología del deporte.

Es fundamental también que los profesionales en psicología del deporte tengan tareas determinadas, tales como: realizar el análisis psicológico de cada grupo de deporte y estudiar sus particularidades, crear una metodología para el control y dirección de los procesos de entrenamiento y de competencia, capacitar y asesorar al personal vinculado a la actividad física deportiva, contribuir con herramientas que ayuden al colectivo técnico a potenciar el desarrollo de las etapas y la prepa-

ración física, técnica, táctica y teórica, entrenar los procesos psicológicos de cada deportista para fortalecer sus destrezas, trabajar en el establecimiento de metas y el fracaso, entre otras (Afón Cardoso et al., 2011).

Así mismo, es necesario que los psicólogos del deporte (especialmente los dedicados a la academia e investigación y los dedicados a las aplicaciones prácticas) realicen un trabajo mancomunado, con un lenguaje unificado y publicaciones conjuntas.

Sobre lo anterior, Becker en su dossier (enfocado en el rol del psicólogo del deporte en Brasil y su conocimiento por parte de otros psicólogos) manifiesta un asunto similar a lo que ocurre en Colombia con respecto al poco conocimiento que se tiene en la academia sobre esta área; el autor expresa que la formación de profesionales en el área de Psicología del Deporte en las facultades de Psicología brasileñas no existía hasta 1995, cuando la PUC/RS, en Porto Alegre, aceptó el proyecto presentado por el Dr. Benno Becker Junior, de Post Graduación en Psicología del Ejercicio y Deporte; fue el primer curso de post graduación de América del Sur. En ese curso había cuarenta plazas, siendo 20 para psicólogos y 20 para profesores de Educación Física, sin embargo, se inscribieron cinco psicólogos y 35 profesores de Educación Física, por lo que en 1997 el curso pasó a ser realizado en la Escuela de Educación Física de la UFRG, contando siempre con mayoría de profesores de educación física dentro de los inscritos.

De igual manera, Becker identificó que en Brasil, en las 200 facultades o cursos de Educación Física contaban con asignaturas de Psicología Aplicada a la Educación Física, al movimiento, ejercicio o al deporte o algo similar, sin embargo, esto no ocurría en las facultades de psicología; el panorama era similar en toda América Latina: “una solución importante para concienciar al psicólogo de que ésta es también su área, sería la colocación de la disciplina (opcional también) de la Psicología del Ejercicio y Deporte en los cursos de Psicología latinoamericanos” (Becker, 2007, p. 253).

Lo que se ha dicho hasta el momento, reafirma que la psicología del deporte es un campo relativamente nuevo. Sin embargo, con los resultados de este estudio se puede concluir que la mayoría de la población antioqueña que participó en la investigación, tiene conocimiento o ha escuchado sobre esta área, aunque el 81% manifestaron que no es reconocida en Antioquia. Por otra parte, cierto porcentaje sabe qué hace el psicólogo del deporte, además la totalidad de participantes le dio importancia al rol que cumple este profesional de la salud mental del deportista.

La población percibió que el motivo para consultar a un psicólogo del deporte es iniciar procesos psicológicos en pro de la salud mental y mejorar el rendimiento deportivo. Adicionalmente, se tuvo noción sobre las funciones de este profesional: la evaluación, diagnóstico e intervención en la salud mental de los actores deportivos, lo que es coherente con las funciones planteadas por Martínez (1995).

Asimismo, los participantes identificaron la población a intervenir por parte del psicólogo del deporte, entre los que se destacan los deportistas, el entrenador y preparador físico y los padres de deportistas, siendo estos grupos poblacionales mencionados de igual manera por Martínez (1995).

De acuerdo con los datos obtenidos al indagar a psicólogos y psicólogos en formación, como requisito formativo se debe tener una especialización en psicología del deporte para ejercer en dicha área, y en menor porcentaje se menciona que se debe tener conocimiento sobre el deporte; planteamiento que concuerda con lo propuesto por Serrato (2008), quien expone que el psicólogo del deporte debe estar inmerso en el campo deportivo y tener plenos conocimientos sobre el área. En general la comunidad de psicólogos reconoció la importancia de este campo de aplicación, sin embargo, a nivel regional no es ejercida por gran cantidad de los mismos.

Por otra parte, los entrenadores hicieron referencia a lo esencial que resulta contar con el acompañamiento de un psicólogo del deporte, sin embargo, muchos de ellos no cuentan con los recursos económicos dentro de su institución deportiva para incluir este profesional dentro de su equipo de trabajo.

Al igual que los entrenadores, los padres de familia consideraron importante contar con un psicólogo del deporte dentro de las instituciones deportivas en las que están sus hijos, debido a que este aporta a su proceso de formación integral en aspectos como el aumento de la seguridad en sí mismo, la tolerancia a la frustración, el manejo del estrés, la ansiedad y los miedos. La mayoría de los deportistas participantes en el estudio no han contado con acompañamiento por parte de psicólogos del deporte, lo que ratifica la necesidad de tener un mayor número de profesionales en el área, para que se establezcan procesos de intervención y acompañamiento que posibiliten una óptima práctica deportiva.

Con lo anterior, se concluye que la problemática para la evolución de la psicología del deporte en América Latina, para Colombia y más específicamente para Antioquia, se centra en la falta de conocimiento sobre la disciplina siendo este el interés del semillero Psicología en la Actividad Física y el deporte.

Después del crecimiento por la divulgación y por el número de profesionales en acción, el problema está centrado en mejorar la formación de los docentes que enseñan a aquellos profesionales que trabajan directamente con los practicantes de ejercicio o los deportistas (Becker, 2007, p. 254).

# Conflicto de intereses

Los autores declaran la inexistencia de conflicto de interés con institución o asociación comercial de cualquier índole. Asimismo, la Universidad Católica Luis Amigó no se hace responsable por el manejo de los derechos de autor que los autores hagan en sus artículos, por tanto, la veracidad y completitud de las citas y referencias son responsabilidad de los autores.

# Referencias

- Acosta, E. R. (2012). Iniciación y formación deportiva: una reflexión siempre oportuna. *Revista U.D.C.A Actualidad & Divulgación Científica*, 15, 57-65. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/rudca/v15s1/v15s1a08.pdf>
- Afón Cardoso, L. L., Lamadrid Martín, D., Wambrug Callejas, T., y Miranda Ramos, M. (2011). Necesidad básica de la inclusión de la Psicología deportiva en la formación académica de los profesionales de la salud y el deporte. *Archivo Médico de Camagüey*, 15(2), 412-429.
- Arana, J. M., Meilán, J. J., y Pérez, E. (2006). El concepto de la psicología. Entre la diversidad conceptual y la conveniencia de unificación. Apreciaciones desde la epistemología. *Revista Intercontinental de Psicología y educación*, 8(1), 121–123. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/802/80280107.pdf>
- Barbosa, S. H. (2015). Retos y avances de la psicología del deporte en Colombia caso específico eje cafetero. *Congreso Alfepsi*, pp. 505 – 508. Recuperado de [https://www.researchgate.net/publication/297275186\\_RETOS\\_Y\\_AVANCES\\_DE\\_LA\\_PSICOLOGIA\\_DEL\\_DEPORTE\\_EN\\_COLOMBIA\\_CASO\\_ESPECIFICO\\_EJE\\_CAFETERO](https://www.researchgate.net/publication/297275186_RETOS_Y_AVANCES_DE_LA_PSICOLOGIA_DEL_DEPORTE_EN_COLOMBIA_CASO_ESPECIFICO_EJE_CAFETERO)
- Becker, Jr. B. (2007). La psicología del ejercicio y del deporte en Brasil y América del Sur. *Revista de psicología del deporte*, 10(2). 249-253.
- Cantón, E. (2010). La psicología del deporte como profesión especializada. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 237-240. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/778/77815136002.pdf>
- Colegio Colombiano de Psicólogos (COLPSIC). (2016). *Campo Psicología del Deporte*. Bogotá. Recuperado de <http://www.colpsic.org.co/productos-y-servicios/campo-psicologia-del-deporte/90>
- Córdoba, A. (2006). Rol profesional del Psicólogo del Deporte. *Efdeportes.com*, 11(96), 1. Recuperado de <http://www.efdeportes.com/efd96/psd.htm>

- Crisorio, R., y Bracht, V. (2003). *La educación física en Argentina y en Brasil. Identidad, desafíos y perspectivas*. Argentina: Ediciones al Margen.
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. Madrid: McGraw Hill.
- García, S. Y. (2011). *Construyendo psicología del deporte*. Bogotá: Kinesis.
- Hernández, R., Fernández, C. y Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación*. México: McGraw Hill.
- Márquez, S., y Garatachea, N. (2009). *Actividad Física y Salud*. España: FUNIBER.
- Martínez, L. de N. (1995). Perfil, rol y formación del psicólogo de la actividad física y del deporte. *Papeles del Psicólogo*, 63. Recuperado de <http://www.papelesdelpsicologo.es/resumen?pii=693>
- Moreno, A. (2013). La psicología en el deporte. *Revista deficiencias aplicadas al deporte*, 5(12), 35-43.
- Reynaga-Estradal, D., Landeros-Rubioll, A., Alonso Gómez, T. L., y García Santana, A. (2013). Presencia curricular de la Psicología de la Actividad Física y del Deporte en los planes de estudio de pregrado y posgrado de Educación Física versus Psicología, en México. *Brasileira de Ciências do Esporte*, 35(4). doi: <http://dx.doi.org/10.1590/S0101-32892013000400004>
- Sánchez, A., y León, H. H. (2012). Psicología de la actividad física y el deporte. *Hallazgos*, 9(18), 191. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/4138/413835216011.pdf>
- Serrato, L. H. (2008). Historia de la psicología del deporte en Colombia. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 3(2), 278. Recuperado de <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311126260009>
- Vidarte, J. A., Vélez, C., Sandoval, C. y Alfonso, M. L. (2011). Actividad física: estrategia de promoción de la salud. *Hacia la promoción de salud*, 16(1), 205. Recuperado de <http://www.scielo.org.co/pdf/hpsal/v16n1/v16n1a14.pdf>