

**Actas del Congreso Internacional de Actualización en Psicología del Deporte:
"TESTIMONIOS DE UNA PRACTICA"**
Organizado por **APDA Y UBA** del 18 al 20 de marzo de 2004, en Hotel "Los Dos Chinos"
Buenos Aires, Argentina
(Texto remitido por Marcelo Roffe)

Conclusiones después de 25 años entrenando psicológicamente a deportistas:

Enrique Aguayo Chavez

- *Psicólogo Jefe Centro de Alto Rendimiento*
- *Psicólogo Selección Chilena de Fútbol*
- *Psicólogo Plantel Profesional de Fútbol del Club Deportivo Colo Colo*
- *Profesor de Psicología Aplicada al Deporte en Escuelas de Psicología*
- *Director del Diplomado en Ciencias de la Actividad Física, Facultad de Medicina de la Universidad de Chile.*
- *Presidente Asociación Chilena de Psicólogos del Deporte*
- *Vicepresidente SOSUPE*

Éstas se basan, principalmente, en la experiencia acumulada al trabajar en la formación de deportistas en la Escuela de Talentos Deportivos, en las divisiones menores de 2 clubes de fútbol y en escuelas de tenis; en el entrenamiento psicológico para juegos Nacionales, ODESUR, Panamericanos, Olímpicos, Mundiales, ATP y Copa Davis y en la asesoría directa en esos mismos eventos deportivos.

En Chile, al igual que en la mayoría de los países, la incorporación de la Psicología dentro de las Ciencias de la Actividad Física en la preparación de deportistas nace de la solicitud de apoyo de esos deportistas y sus cuerpos técnico y no de la Psicología.

Esto es fundamental para entender que los psicólogos han debido centrarse en aplicarla Psicología en el deporte sin tener el espacio adecuado para investigar, por lo que no corresponde hablar de Psicología del Deporte, ya que el énfasis no ha estado en el generar teorías propias.

Los programas de desarrollo de variables psicológicas para el deporte, individuales y grupales, tales como autoestima, expectativas de autoeficacia, inteligencia (social, cognitiva y práctica), estilo atribucional, cooperación, liderazgo, etc. y de entrenamiento en habilidades y técnicas psicológicas para la competencia como ajuste de tensión, control de pensamientos, concentración, visualización, comunicación y establecimiento de objetivos, entre otros, se basan principalmente en las grandes teorías de la Psicología y en los avances logrados por la Psicología Laboral, Educacional y Social.

Por lo recién planteado y considerando que aún es inestable laboralmente esta área, pienso que para los psicólogos latinoamericanos es conveniente formarse en una especialidad tradicional y desde ella especializarse en Psicología Aplicada al Deporte.

Como psicólogos nuestro rol es diseñar, guiar, supervisar y evaluar la aplicación del programa psicológico. Al ser el aspecto psicológico dependiente de la influencia del entorno significativo del deportista el enfoque sistémico brinda un modelo adecuado al momento de crear el programa de intervención, al que se puede incorporar como agentes de cambio a los miembros del cuerpo técnico, pares, dirigentes y, a veces, a la familia.

La evaluación es uno de los aspectos que más desarrollo requiere para que la Psicología del Deporte logre una mayor validación como Ciencia del Deporte. Un problema no bien resuelto

es cómo determinar objetivamente los cambios psicológicos del deportista y su incidencia en el rendimiento.

Los deportistas de alto rendimiento son casos únicos, con marcadas diferencias individuales ante la competencia. Deportistas que disputan palmo a palmo un lugar en el podium tienen diferentes requerimientos psicológicos para rendir al máximo, además que no se ajustan a perfiles psicológicos que permitan predecir sus respuestas ante las diferentes técnicas que comúnmente se utilizan en el entrenamiento psicológico deportivo. Esto obliga al psicólogo de deportistas a ser especialmente criterioso, flexible y creativo en su proceder, lo cual se ve acentuado por los códigos internos que cada deporte y grupo deportivo tienen. El Establecimiento de Objetivos aporta un esquema muy compatible con el trabajo de las otras ciencias del deporte y da al deportista seguridad respecto de lo que se está haciendo.

En Chile hoy son cerca de 40 los psicólogos que están trabajando con deportistas, especialmente en el fútbol (3 equipos profesionales cuentan con psicólogo y también la Selección Nacional Adulta), tenis y Centro de Alto Rendimiento. La gran mayoría de ellos pertenece a la Asociación Chilena de Psicólogos del Deporte fundada hace 7 años. Si comparamos esto con los 5 psicólogos que trabajaban en el área hace 10 años tenemos un importante indicador del reconocimiento de la utilidad de la Psicología Aplicada al Deporte, lo cual también está sucediendo en Argentina y Brasil, principalmente.

El problema radica en la formación de esos psicólogos como especialistas, ya que si bien somos uno de los pocos países en donde varias escuelas de psicología tienen como parte del pre grado el electivo Psicología Aplicada al Deporte, no hay Universidad con algún post grado.

Técnicas cognitivas y somáticas en la preparación psicológica en el deporte:

Dr. Benno Becker Jr

Doctor en Psicología por la Universidad Barcelona. Coordinador Internacional y profesor del Doctorado/ Maestría en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Facultad de Medicina, Universidad de Córdoba, España. Presidente de Honor de la Sociedad Sudamericana de Psicología de Deporte y de la Sociedad Brasileña de Psicología del Deporte. Profesor de Psicología en el Centro Universitário IPA, Brasil.

El aumento progresivo de la importancia del deporte en el mundo, há llevado a los investigadores de las Ciencias del Deporte a estudiar las reacciones de los atletas a las situaciones límites en las competiciones. Han sido encontrados (Becker Jr, 1995) los siguientes comportamientos:

1. Atletas que tanto en los entrenamientos como en las competiciones presentan el
2. mismo nivel de rendimiento.
3. Atletas que en los entrenamientos presentan menos rendimiento que en las
4. competiciones.
5. Atletas que oscilan mucho en cuanto a su desempeño, tanto en los entrenamientos como en las competiciones, o sea, son imprevisibles: hoy rinden espectacularmente y, días después tienen rendimientos irreconocibles.
6. Atletas que rinden mucho en los entrenamientos (varios récords han sido rotos en los entrenamientos), pero su desempeño en la competición se presenta por debajo de aquella actuación.

Los dos primeros tipos de atleta no preocupan a nadie en cuanto a su rendimiento, en tanto que los dos últimos imponen un gran sufrimiento a sus compañeros, entrenadores,

preparadores, dirigentes e hinchada. ¿Cómo podrían ser explicadas estas reacciones negativas?

Aunque los atletas puedan estar practicando con entrenadores modernos, con formación superior y sistemática presencia en eventos científicos, con programas respetando la individualidad, varios de ellos presentan rendimientos abajo de lo deseable. En general la causa de estos trastornos, cuando es buscado el psicólogo para arreglarlo, es buscada entre las técnicas empleadas para la preparación psicológica.

Mi intervención es para mostrar que aunque sean aplicadas las modernas técnicas de preparación psicológica, existe una área, en general olvidada, que sistemáticamente interfiere en estos programas: la comunicación. Y es en ella que elegí actuar en este evento internacional de Psicología del Deporte.

El papel del entrenador como motivador del entrenamiento deportivo:

Profª Drª Mª Regina Fª Brandão

Universidade São Judas Tadeu & Orpus-Instituto de Treinamento Mental São Paulo - Brasil

Asesora Psicológica de Luis Felipe Scolari (Selección de Fútbol Brasil 2002, actualmente Selección Portugal)

El relacionamiento entrenador-deportista es crucial para el entrenamiento deportivo, una vez que un deportista necesita no solo de un esfuerzo físico y mental suficientes para resistir a las grandes cargas del entrenamiento necesarias para optimizar la performance deportiva y obtener el máximo rendimiento, pero también el entrenamiento es practicado, en general, ante la presencia de una persona que tiene un papel específico en todo este proceso, el entrenador.

Muchos creen que la principal tarea de un entrenador es mejorar las habilidades físicas, técnicas y tácticas de su deportista. Sin embargo, los trabajos científicos han demostrado que el entusiasmo, la pasión, el estímulo, el soporte emocional y la orientación para vencer los desafíos y obstáculos de forma efectiva, combinados con el estilo de comunicación y la compatibilidad psicológica del entrenador con sus deportistas, tienen una correlación significativa con el rendimiento deportivo y hacen con que los deportistas tengan una alta o baja motivación para el rendimiento.

Además, estas conductas de los entrenadores influyen en el desarrollo de la cohesión grupal y ésta, a su vez, determina la percepción de eficiencia colectiva y de la satisfacción de los jugadores. La asistencia regular a las sesiones prácticas y a las diferentes actividades que las complementan, así como el cumplimiento de todas las tareas que los deportistas deben realizar, dependen fundamentalmente de la motivación. De hecho, la motivación influye en la selección y la adherencia a la actividad, el esfuerzo y la calidad de la performance en cualquier situación. Por otro lado, el ausentismo o el cumplimiento parcial de las tareas pueden ser causados por el aburrimiento ante la rutina, una planificación inapropiada de los entrenamientos y problemas de comunicación interpersonal, perjudican el proceso de entrenamiento.

Así, la metodología y planificación apropiadas del entrenamiento deportivo, junto a programas que sean desafiantes pero posibles de ser ejecutados, el respeto por el deportista, la creación de un ambiente positivo y constructivo, y una comunicación efectiva, son algunos de los principios motivadores básicos que los entrenadores deben utilizar para optimizar el rendimiento en los entrenamientos deportivos.

Psicología del deporte en el ámbito escolar: Una vuelta por Sudáfrica:

Lic. Psic. Jesús María Chalela Suárez

e-mail: jesuscha@adinet.com.uy

- *Licenciado en Psicología. Egresado de la Facultad de Psicología de la Universidad de la República.*
- *Cursos sobre Psicología de la Actividad Física y el Deporte efectuados en Argentina, Brasil, Chile, Cuba y Uruguay.*
- *Cursando el Master Universitario de Psicología de la Actividad Física y del Deporte, en la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED). Madrid, España.*
- *Presidente de la Sociedad Uruguaya de Psicología del Deporte.*
- *Psicólogo de las Selecciones Uruguayas Juveniles de Fútbol sub-17 y sub-20, desde octubre de 1995 a abril de 1999.*
- *Psicólogo de las Selecciones Juveniles de Atletismo sub-17 y sub-20, desde octubre de 1996 a noviembre de 2000.*
- *Psicólogo del Depto. de Psicopedagogía del St. Patrick's College, desde febrero de 1997 a febrero de 2004.*
- *Integrante del Equipo Médico- Psicológico Alfa (1996 - 2000), de Evaluación, Diagnóstico y Orientación Deportiva, premiado por el Comité Olímpico Uruguayo y la Confederación Atlética del Uruguay, como el Mejor Aporte Técnico al Atletismo Uruguayo en 1997.*
- *Docente de la Facultad de Psicología en los Cursos de Psicología de la Actividad Física, el Deporte y la Recreación, de la Unidad de Formación Permanente para Graduados. Desde 1995 a la fecha; en los cursos de A.U.F.I, O.N.F.I, y A.C.J., para Orientadores Deportivos Infantiles.*

La sociedad ha conferido hoy al ejercicio y al deporte, en sus manifestaciones recreativas, educativas o competitivas, una función trascendente para la preservación y desarrollo de la salud del ser humano. Por esta razón el deporte debe manifestarse como una forma de cultura, de educación y de promoción de salud en sus máximos objetivos.

El desarrollo social de las últimas décadas influye en todos los ámbitos de la vida, también en la cultura física y en el deporte y, conforme a eso, el deporte escolar y la educación física son objeto de estudio. Al ocuparnos de esta área, no debemos descuidar las nuevas condiciones de vida, las pretensiones de la sociedad, de la escuela y de la familia. Se exige cada vez más el componente intelectual de la personalidad, por lo que el umbral de carga psicológica se eleva.

Las exigencias escolares que plantean a nuestros niños los diseños curriculares en cuanto a cantidad y contenido aumentan. Los múltiples estímulos ambientales, junto con una mayor transmisión de conocimientos e información, sobrecargan el sistema nervioso, siendo especialmente este flujo de estímulos el que fomenta el estrés.

El Colegio es un lugar privilegiado para establecer y desarrollar patrones de comportamiento relacionados con la salud y bienestar, en el que se incluye la actividad física. La importancia del deporte en la escuela es tan grande que resulta necesario el estudio de su problemática independientemente de que se beneficie o no a la totalidad de los escolares (Joaquín Dosil y Manuel Deaño, 2003). La etapa escolar se caracteriza por la presencia de una actividad físico-deportiva semanal obligatoria.

Muchas Instituciones Educativas Privadas, además de la Educación Física curricular, poseen horas de formación deportiva. Lamentablemente, la inclusión del deporte en la escuela se ha caracterizado, en la mayoría de los casos, por un mimetismo del deporte de adultos y, en concreto, del deporte de élite y del deporte espectáculo (Joaquín Dosil, 2003). Estas circunstancias se ven apoyadas, a veces, por los entrenadores, por los padres, por los profesores de educación física y por las instituciones. Este es un camino totalmente negativo para el niño, perjudicial para su psiquis, para su cuerpo y para el proceso de formación de su personalidad. El deporte escolar debe ser un espacio de disfrute, de placer, de conocimiento, de aprendizaje, de compañerismo y de una mejor calidad de vida. Pero por sobre todo tiene que ser un pasaje hacia el deporte adolescente, se le debe dar continuidad a esos espacios logrados. El adolescente muchas veces no tiene continuidad en sus competencias deportivas, pocos emigran a deportes federados y muchos abandonan. Considero de suma importancia que el deporte liceal debe de estar más organizado y que le de participación a todos los adolescentes que quieran participar.

Mi trabajo se basa en la experiencia de siete años de actividad como Psicólogo Deportivo en una Institución Educativa Privada, integrando el Departamento de Psicopedagogía del St. Patrick's College, trabajando directamente con el Departamento de Educación Física, Deporte y Recreación.

En la actualidad, la aplicación adecuada del conocimiento que aporta la Psicología a las distintas manifestaciones de la Actividad Física y del Deporte, constituye un recurso muy valioso, cada vez más apreciado, que debe ser empleado con acierto y eficacia por los que tienen una responsabilidad en este ámbito. Fundamentalmente, entrenadores, maestros, profesores de educación física, educadores, psicólogos educacionales y padres, cada uno en su rol específico, deben prepararse convenientemente de manera rigurosa y práctica, asimilando el conocimiento psicológico, que puede resultarles útil en su cometido con los niños y adolescentes deportistas.

La experiencia de un viaje a Sudáfrica y el enfoque educativo integral que se le dió, coronó un trabajo de equipo interdisciplinario que nos enriqueció a todos.

Las lesiones en el fútbol de alta competición: un mecanismo de escape ante el estrés y la ansiedad competitiva:

Ricardo de la Vega Marcos

Licenciado en Psicología

Doctor en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte

Profesor de la Universidad Autónoma de Madrid (Dpto. de Motricidad humana, Educación Física y Deporte)

Profesor del Máster de Psicología del Deporte (UAM-COE)

Profesor del Máster en Alto Rendimiento Deportivo (UAM-COE)

Profesor de Psicología de la Escuela Nacional de Entrenadores

Responsable del Área de Psicología del Deporte del Rayo Vallecano de Madrid S.A.D.

El objetivo de la presente ponencia se centra en analizar la importancia que posee el control de la ansiedad competitiva de los futbolistas de élite para evitar, en la medida de las posibilidades, la génesis de lesiones cuya base suele ser psicológica.

El desconocimiento sobre esta posibilidad permite, en la mayoría de las ocasiones, un diagnóstico confuso y equivocado que termina por convertirse en un “círculo vicioso”: lesión – tratamiento médico – recuperación por ausencia de ansiedad – vuelta a la competición – nueva lesión.

Para alcanzar este objetivo nos centraremos, en primer lugar, en una revisión de los posibles mecanismos que pueden explicar la influencia del estrés en la ocurrencia de lesiones para pasar, en un segundo término, a mostrar los principales resultados que arrojan las investigaciones que enfatizan las relaciones que operan en el binomio: dimensión psicológica-lesiones deportivas.

Se defiende una metodología de trabajo multidisciplinar y coordinada, en donde el psicólogo trabaje de la mano de los servicios médicos, del preparador físico y, como no, del propio técnico.

Por último, se presentan algunas directrices para la detección de este tipo de situaciones, así como algunas recomendaciones acerca de la intervención que debe realizarse.

La práctica de la actividad física y la percepción de bienestar en los adultos mayores “Lavico 50”

Lic. Carlos Ferrés Rial y Col*

Uruguay

Correo-E: fesu@adinet.com.uy

** LAVICO 50 - Proyecto que forma parte de las actividades del Departamento de Extensión del Instituto Superior de Educación Física. Es coordinado por el Prof. Raúl Lorda, Profesor Titular de la Cátedra de Teoría y Práctica de la Didáctica Especial para Adultos y Tercera Edad (TEGRADE III).

* Actual Presidente de la Sociedad Sudamericana de Psicología del Deporte (SOSUPE)

Sociedad Uruguaya de Psicología del Deporte - Fue fundador de la misma y Presidente desde su fundación en 1989 hasta junio de 2001. Es graduado de los cursos de :

1970 - Profesores de Educación Física - Instituto Superior de Educación Física -Uruguay

1980 - Psicología - Universidad de la República – Uruguay

1988 - Técnicos Deportivos - Instituto Superior de Educación Física.

El Proyecto LAVICO 50 ** es un programa de actividad física y cultural para adultos mayores que se lleva adelante en el ISEF (Montevideo). El presente trabajo intenta ofrecer una visión de la experiencia que se está realizando en el mismo, basado en una evaluación que busca determinar, los efectos que dicha actividad produce sobre sus participantes. El diseño de esta evaluación contempla tanto aspectos psicológicos como fisiológicos de este grupo.

La decisión de realizar esta evaluación está basada fundamentalmente en:

- Informes sociodemográficos que indican que el envejecimiento de nuestra población presenta características absolutamente atípicas con el resto de los países de la región.
- La necesidad de validar científicamente los beneficios que produce la actividad en sus participantes, según manifiestan los mismos actores en las entrevistas iniciales.

A través de este trabajo podremos analizar y aportar a los problemas que el envejecimiento puede traer a una sociedad. Analizando los efectos de este tipo de propuestas y probando la validez de las mismas, quizás podamos contribuir a que se desarrollen proyectos de este tipo en las dimensiones adecuadas a las necesidades del país.

El avance nos permite compartir los primeros resultados desde el área psicológica y arriesgar alguna conclusión al respecto.

Cómo recoger información en psicología de la actividad física y el deporte: tres ejemplos y algunas consideraciones.:

Alexandre Garcia-Mas*; **Bartomeu Estrany Bonnín***; **Jaume Cruz Feliu****;

* *Universitat de les Illes Balears*; ** *Universitat Autònoma de Barcelona*

En este trabajo se discuten los conceptos de medición y de recogida de información en la Psicología del Deporte. En primer lugar, se traza un recorrido histórico del tema, y luego se discuten los conceptos de fiabilidad y validez en relación con las necesidades existentes en este campo científico.

En segundo lugar, se presentan tres ejemplos que plantean cuestiones respecto del concepto clásico de medición: 1) la actigrafía, un método objetivo de registro de la actividad motriz; 2) un cuestionario analógico para estudiar los ciclos de actividad, descanso y sueño en deportistas, relacionados con su rendimiento; y 3) un dispositivo que está diseñado para el autorregistro de las emociones durante la práctica deportiva.

Por último, se presentan varias conclusiones, y se discuten los posibles desarrollos en el futuro de la medición en la Psicología de la Actividad Física y el Deporte.

Mobbing en el deporte infantil. Estudio preliminar:

Alexandre Garcia-Mas*; **Guillermo Ojea****; **Luis Gómez***; **Sonia Llabrés***, **Pilar Llompart*** y **Neus Pastor***.

**Universitat de Les Illes Balears. **Universidad Nacional de Mar del Plata, Argentina.*

Cra. de Valldemossa Km 7,5 07071 Palma (Illes Balears)T: 971 172572. Fax: 971 173190. E-mail: alex.garcia@uib.es

El objetivo de este trabajo es poner las bases para operativizar el concepto de “mobbing” (acoso moral o psicológico) en el ámbito del deporte infantil. El Mobbing (Minaya, 2003) se ha estudiado preferentemente en el ámbito laboral y lo forman tres factores:

- 1) existencia de acosador, víctima y testigos
- 2) relación asimétrica de poder
- 3) efectos psicológicos.

A partir de los hallazgos en el ámbito laboral y de distintas entrevistas con entrenadores y padres, se ha elaborado un cuestionario compuesto por 30 reactivos de procedencia:

- a) respecto a la personalidad de la víctima
- b) relación entrenador-deportista
- c) relación padres-víctima
- d) relación compañeros-víctima.

El cuestionario se ha aplicado a una muestra de 68 sujetos, practicantes de deporte de competición, de edades comprendidas entre los 10 a los 16 años, en dos situaciones culturales distintas: España (Mallorca) y Argentina (Mar del Plata), después de haber llevado a cabo un pase exploratorio para detectar problemas de comprensión y fiabilidad de los reactivos, Los resultados muestran:

- a) la percepción por parte de los jóvenes deportistas de qué conductas podrían ser consideradas como de acoso
- b) la posibilidad de considerar el “mobbing” como un caso extremo de conducta negativa por parte de entrenadores y compañeros
- c) el bajo nivel de “mobbing” detectado en nuestra muestra.

El deporte como herramienta educativa:

Dr. Francisco Enrique García Ucha

Vice Director de Investigaciones, Docencia y Desarrollo.

Instituto de Medicina del Deporte de Cuba

Investigador Titular de la Academia de Ciencias de Cuba

Profesor Titular Adjunto del I.S.C.F. "Manuel Fajardo" de Cuba.

Profesor Auxiliar del IMD.

En la conferencia se resalta el papel del deporte como herramienta educativa ya que en el proceso de desarrollo de la actividad deportiva y el cumplimiento de las reglas y propósitos de la misma se contribuye a la socialización, al desarrollo de los valores e ideales, el sentido de la responsabilidad, el compromiso, así como, al control de las pulsiones emocionales negativas y el fortalecimiento de la voluntad.

En este sentido, el sistema de valores es el conjunto de principios por el que se rige y regula la conducta y una guía para los individuos y las organizaciones siendo el deporte un campo propicio para su formación, desarrollo y generalización a todas las áreas de la vida del deportista.

Se destaca el papel formativo del entrenador en su interrelación con el deportista y la incidencia de los aspectos sociales y culturales que en el deporte actual contribuyen o no a la formación de la personalidad.

Se argumenta la necesaria diferenciación entre la enseñanza y la formación educacional en el deporte llevando adelante el entrenador la orientación educativa en el entrenamiento y competencia.

En este sentido se realiza un llamado a la investigación y el apoyo por parte de las Ciencias Sociales y la Psicología en identificar los aspectos positivos de la participación deportiva frente a la creciente comercialización y manipulación que realizan las empresas vinculadas al deporte y que, en ocasiones, deforman su desempeño en la educación de los deportistas.

Se destaca el proceso educativo que se lleva a cabo con deportistas cubanos y algunas de las líneas de atención del deportista como la relacionada con la prevención del dopaje y los cuidados en la transición del retiro del deportista lo que contribuye a un estilo de vida adecuado.

Como utilizar la metodología observacional en psicología del deporte:

Antonio Hernández Mendo es Profesor Titular en la Universidad de Málaga con el perfil de *Psicosociología del Deporte*. Licenciado en Psicología por la Universidad Nacional de Educación a Distancia (UNED) en 1991. Funcionario de Carrera del Cuerpo de Profesores de Enseñanza Secundaria en la asignatura de Educación Física entre los años 1991 a 1996. Master en Psicología del Deporte por la Universidad Autónoma de Madrid en 1992. Grado de Licenciado en el Departamento de Psicología Social y Básica de la Universidad de Santiago de Compostela en 1993. Doctor en Psicología en el Departamento de Psicología Social y Básica de la Universidad de Santiago de Compostela en 1996. En su actividad como investigador es autor o coautor de siete libros, de 32 capítulos en distintos libros, 25 artículos en revistas nacionales e internacionales, 22 actas de diferentes congresos, 35 artículos en revistas electrónicas. Ha participado y/o participa en 9 proyectos de investigación en distintas universidades. Ha dirigido cuatro Tesis doctorales en el IVEF del País Vasco y en la Universidad de Málaga. Actualmente dirigiendo otras diez tesis doctorales en distintos centros de investigación del país.

Ha realizado en colaboración cuatro Inscripciones en el registro de la propiedad intelectual, 2 pertenecen a programas informáticos de aplicación en Metodología Observacional y otros 2 de cuestionarios relacionados con inventarios deportivos. Ha impartido 17 Conferencias invitadas, 18 ponencias por invitación, 7 Comunicaciones en Congresos Internacionales, 39 Comunicaciones en Congresos Nacionales, 3 Posters en Congresos Internacionales, 23 de Posters en Congresos Nacionales.

Ha impartido docencia en 3 cursos de postgrado, 46 créditos en distintos cursos de doctorado en universidades españolas y latinoamericanas, 19 cursos de titulaciones de técnico en deporte y ocio y en 5 Seminarios de Psicosociología del deporte. Además ha dirigido 5 Cursos de técnicos en ocio. Ha sido Director de la colección "Psicología y Deporte" en la Editorial Penta de La Coruña. Actualmente es Miembro del Consejo Asesor de la revista digital "Lecturas de Educación Física y Deportes" (<http://www.sportquest.com/revista/ref.htm>)

La metodología observacional constituye una de las opciones de estudio científico del comportamiento humano que reúne especiales características en su perfil básico. El objeto de estudio es el individuo inserto en cualquiera de los ámbitos de la Psicología del Deporte, del cual conviene captar la riqueza de su comportamiento (es decir, plasmar la espontaneidad de su conducta) con insistencia por la perspectiva idiográfica, de forma que este individuo desempeñe sus diversas actividades (o, lo que es lo mismo a nivel procedimental, ejecute conductas) en diversos contextos naturales, mediante un instrumento elaborado ad hoc, y siempre que quepa llevar a cabo su seguimiento diacrónico a lo largo de un tiempo relativamente prolongado (sea una intervención en deporte de alto rendimiento, en deporte base o un análisis funcional de la conducta, etc.).

Se dispone de un margen de actuación entre máximos y mínimos del cual hay que aprovechar todas las posibilidades y rentabilizar los recursos disponibles a efectos de investigación.

Habrán que jugar con el cumplimiento de los requisitos básicos que puede ofrecer cada uno de los planteamientos de investigación que se llevan a cabo sometidos a una saludable autodisciplina que en ningún caso implica un mecanismo deformador, sino que, por el contrario, va a facilitar el proceso de avance del conocimiento. No podemos olvidar que la máxima de la metodología observacional es la especial combinación de flexibilidad y rigor, como las dos caras de una misma moneda. Y deberá tenerse igualmente muy claro que los potenciales estudios que, en virtud de su objeto y/o planteamiento, no se ajusten a los

mínimos requeridos, probablemente tendrán abiertas otras puertas, aunque no se contemplan en el panorama de la psicología científica.

La metodología observacional, cuya expansión es innegable en las últimas décadas, y cuyo carácter científico se halla perfectamente avalado (Sackett, 1978; Suen & Ary, 1989; Anguera, 1990; Riba, 1991; Bakeman & Gottman, 1997), requiere el cumplimiento de unos requisitos básicos, que son la espontaneidad del comportamiento, que éste tenga lugar en contextos naturales, que se trate de un estudio prioritariamente idiográfico, la elaboración de instrumentos ad hoc, que se garantice una continuidad temporal, ... amén de un último requisito que ha dado lugar a interesantes polémicas, como es la perceptividad del comportamiento, que para algunos autores se requiere en grado máximo (observación directa, o de conductas manifiestas), mientras que para otros bastaría que fuese parcial (observación indirecta, o de conductas encubiertas). Por otra parte, y sin que se trate propiamente de requisitos, pero vinculados a ellos, se hallan las características del objeto de estudio y el tamaño de las unidades.

Detalles técnicos para la visualización:

Carlos Morán Dosta

Psicólogo por la Universidad Autónoma de Guadalajara.

Master en Psicología de la Actividad Física y del Deporte, por la UNED de Madrid, España.

Asesor de Campeones Mexicanos en diversas disciplinas; Tenis, Automovilismo de Off-Road, Tae Kwon Do, Tiro con Arco, etc

Hoy día el concepto de visualización en psicología del deporte es un término amplio que indica el ensayo mental con varias modalidades de pensamiento; imágenes, sonidos, palabras, colores, sensaciones, movimiento, etc. Distintos autores le han dado diferentes denominaciones; imagería, práctica en imaginación, trabajo con imágenes, etc. Existen técnicas específicas de visualización que han adquirido su propio nombre, por ejemplo; el Entrenamiento Visual en Conducta Motora, llamado así por el Dr. Richard Suinn, primer psicólogo adscrito al Comité Olímpico de E. U.

El Entrenamiento Ideo – Motor, llamado así por los Cubanos y Rusos, ambos se refieren a la practica mental de una destreza motora.

La visualización es una estrategia de intervención psicológica para la mejora del rendimiento deportivo. Puede ser considerada también como una habilidad mental que debe poseer todo deportista.

Objetivos de la Visualización

De esta técnica se derivan varios propósitos aplicados al deporte, enumeramos algunos:

1. Aprendizaje y perfeccionamiento de una conducta motora.
2. Manejo del estrés precompetitivo y en competencia.
3. Preparación específica para la competencia.
4. Aprendizaje de la estrategia y tácticas de competencia.
5. Manejo del dolor.
6. Aplicaciones para acelerar la rehabilitación de lesiones.
7. Entrenamiento de habilidades psicológicas.
8. Control de la activación

La visualización es una técnica muy útil, que puede encontrarse incluida con otras técnicas psicológicas como la relajación, la hipnosis, la desensibilización sistemática, el entrenamiento autógeno, etc.

Detalles Técnicos de la Visualización

Para que la visualización tenga resultados habrán de considerarse los siguientes aspectos:

1. Calidad de las imágenes
2. Modalidades y submodalidades de la experiencia subjetiva
3. Tipos de imágenes (significado y valor)
4. Nivel de creencias
5. Deseo
6. Relajación (frecuencia cerebral alfa)
7. Practica dirigida
8. Practica autodirigida
9. Duración de la practica

BIBLIOGRAFÍA

- Bauman, James; *The gold medal mind. Psychology Today; New York; May/Jun 2000.*
- Begley, Sharon; *Mind games. Newsweek; New York; Sep 25, 2000.*
- Best, Dennis; *Visualization: The mental road to accomplishment. Coach and Athletic Director; Jefferson City; Aug 1999.*
- Epstein, Robert; *Helping athletes go for the gold. Psychology Today; New York; May/Jun 1999.*
- Glouberman, Dina; *Imaginar es Poder. Ed. Urano, Barcelona, 1991.*
- Peynircioglu, Zehra F.; Thompson, Jennifer L W; Tanielian, Provincetown; *Improvement strategies in free-throw shooting and grip-strength tasks The Journal of General Psychology; Apr 2000.*
- Silva, José; *El Método Silva de Control Mental. Ed. Diana, México, 1978.*
- Snyder, Allan; *What makes a champion? Australasian Science; Hawksburn; Jun 2000.*
- Wheeler, David L; *Mental imagery needed for thinking. The Chronicle of Higher Education; Washington; Apr 16, 1999.*

Registro y observación de la conducta deportiva. Propuestas manuales informáticas.

Miguel Morilla Cabezas

Licenciado en Psicología.

Creador del Departamento de Psicología del Sevilla F.C. de la Primera División Española de Fútbol.

Entrenador Nacional de Fútbol.

Entrenador Nacional de Atletismo.

En la actualidad el fútbol se ha convertido en un fenómeno sociológico, movilizador de masas, en centro de atención de los medios de comunicación, en fuente de polémica, en sentimientos. Y presidiendo toda esta actividad: la competición. La competición y el resultado. Por tanto, resulta obvio comentar la importancia que supone para todos el resultado. Pero para conseguir los objetivos que la competición impone –superar al contrario-, hay que preparar al futbolista y al equipo, en definitiva entrenarlos para el máximo rendimiento.

La competición supone, para muchos entrenadores y deportistas, una verdadera evaluación de la preparación general deportiva. Ello implica que el análisis exhaustivo y riguroso de esa competición debe presidir su valoración. Por otro, lado resulta evidente la creciente demanda de los equipos deportivos por mejorar la eficacia del juego individual y colectivo. Quizás por ello es cada vez más frecuente la utilización de hojas de observaciones de conductas que se suceden en la práctica.

Una de las características más relevantes del profesional del deporte ha de ser su preocupación por la objetividad. Muy a menudo, los profesionales participantes de la actividad deportiva emiten juicios sin contar con una adecuada evidencia empírica. La intuición y la experiencia sustituyen en bastantes ocasiones a la, a veces, difícil búsqueda de información que caracteriza al conocimiento científico.

Debido a la necesidad cada vez más imperiosa de mejorar los resultados, especialmente en los equipos profesionales, está emergiendo la utilización de técnicas de observación con el objetivo de buscar un mayor rendimiento del equipo.

Basándonos en trabajos nuestros anteriores, ofreceremos algunas propuestas manuales e informáticas.

Como evaluar las presiones y miedos de los deportistas en la selección: una experiencia de 4 años con futbolistas juveniles.

“Nada mata más al hombre que la obligación de representar a un país” JULIO CORTAZAR (“Rayuela”)

Lic. Marcelo Roffé / mroffe@sion.com / ARGENTINA

Licenciado en Psicología / Responsable desde el año 2000 del área psicológica de las Selecciones Nacionales juveniles de futbol / Master en Psicología de la Actividad Física y del Deporte, por la UNED de Madrid, España / Profesor en la Universidad de Buenos Aires y la Universidad de Flores (UFLO) / Presidente de Asociación de Psicología del Deporte Argentina (APDA)

Partiendo del concepto de que “NO CUALQUIERA ES JUGADOR DE SELECCIÓN NACIONAL”, entendiéndose esta instancia de representar al propio país en el deporte que sea como una instancia solo “vivenciada” por la elite de la elite, incursionaremos en el terreno propio de las presiones y los miedos que este tipo de deportistas particulares presentan. Y que constituyen un “freno” real para su óptimo rendimiento y no una motivación.

Discutiremos como evaluar eficazmente, a partir de nuestra experiencia con futbolistas argentinos de Selección Nacional, con pruebas ya aceptadas por la comunidad científica (Test de sintoma de Carga de Frester, Test de los 10 deseos) y otras especialmente construidas para tal fin (Test de las presiones del deportista de Selección y Test de los miedos del futbolista).

En primer lugar vamos a definir que es presión para nosotros. Como planteamos en el libro “Mi hijo el campeón / Las presiones de los padres y el entorno” (2003), “presión es exigirle al otro mas de lo que el otro puede dar”. Sabemos que el estrés es el desequilibrio existente entre las demandas externas y las respuestas internas que el sujeto puede dar en ese momento particular.

R. Frester logra construir un cuestionario muy valioso. Nos valdremos del mismo y de los resultados obtenidos para construir una nueva prueba de 20 presiones específicas del deportista de selección como complemento del test citado .

A su vez buscaremos la relacion intrinseca con los miedos y el estrés y nos valdremos de otro test de “Los 30 miedos del futbolista” (Roffé, 1999) para evaluar estas emociones y comparar los resultados, intentando en este trabajo, establecer relaciones válidas en el campo de las presiones y los miedos. Continuamos una investigación que puede resultar apasionante. Y que intentamos dejarla abierta.

Factores psicológicos que inciden en el rendimiento deportivo:

Miedos

Extraido de Roffé, M. (1999). Psicología del jugador de fútbol, Bs. As.: Lugar.

Lesiones y factores psicológicos en el futbolista profesional:

Aurelio Olmedilla Zafra

Doctor en Psicología. Universidad Católica San Antonio de Murcia.

Contacto: Aurelio Olmedilla Zafra. Facultad de Ciencias de la Salud, de la Actividad Física y el Deporte. Universidad Católica San Antonio. Campus de los Jerónimos, s/n. 30.107 GUADALUPE (Murcia) ESPAÑA. Correo electrónico: aolmedilla@pdi.ucam.edu

Introducción

Diferentes estudios epidemiológicos informan de la gran relevancia de la lesión en el ámbito deportivo. En el deporte profesional, además de los perjuicios propios de toda lesión (dolor, alteraciones de la vida cotidiana, familiar, etc.), nos encontramos con algunas consecuencias

específicas de la profesionalidad del deportista: itinerario deportivo, titularidad-suplencia, renovación de contratos con clubes y patrocinadores, etc. Estos datos ponen de manifiesto la necesidad de investigaciones que puedan ofrecer respuestas ante cuestiones tales como ¿qué hace que un deportista se lesione?; además de la influencia en el hecho de lesionarse de los factores físicos y/o externos (cargas de entrenamiento, entradas de los otros, equipación deportiva o el terreno de juego), las variables psicológicas (ansiedad, concentración, autoconfianza, etc.) ¿determinan de alguna manera la vulnerabilidad de un deportista a lesionarse?.

En este trabajo se han relacionado determinadas variables psicológicas con la vulnerabilidad del futbolista a lesionarse. Partiendo del Modelo de Estrés y Lesión de Andersen y Williams (1988), se ha relacionado la autoconfianza, la concentración y la ansiedad competitiva con la frecuencia y gravedad de las lesiones del futbolista.

Método

Muestra

La muestra estudiada estuvo formada por 278 futbolistas profesionales y semiprofesionales que competían en equipos de fútbol de la Región de Murcia; estos futbolistas pertenecían a 17 de los 40 equipos en las diferentes competiciones profesionales y semiprofesionales

Instrumentos

Se utilizó el *Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD)* de Buceta, Gimeno y Pérez-Llantada (1994), ya que es uno de los instrumentos que consideramos más adecuado para la evaluación de las variables psicológicas más relevantes implicadas en el rendimiento deportivo.

Respecto a las variables relativas a la lesión deportiva (número, tipo, situación actual), éstas se registraron mediante un cuestionario creado específicamente para ello, el *Cuestionario de Factores Psicológicos y Lesiones Deportivas de los Futbolistas*, que además permitía recoger información relativa a datos personales y deportivos de los futbolistas.

Procedimiento

Para el desarrollo de la investigación se ha utilizado un diseño de autoinforme. La implementación del estudio se llevó a cabo en tres fases diferenciadas: selección del instrumento de evaluación de las variables psicológicas, selección de la muestra de futbolistas y trabajo de campo definitivo .

Realizamos tres tipos de análisis estadísticos empleando, en todos ellos, la prueba de comparación de medias con el objeto de poner a prueba las hipótesis formuladas anteriormente; para la comprobación de la igualdad o no de las varianzas de los grupos se ha aplicado la prueba de Levene.

Resultados

Respecto a los datos descriptivos:

1. Del total de 278 futbolistas estudiados, 195 (un 70.15%) han sufrido alguna lesión en los últimos tres años, mientras que 83 (un 29.85%) no habían tenido ninguna lesión en ese período.
2. El tipo de lesión más frecuente en los futbolistas, si atendemos a la gravedad, es la moderada, que representa un 41.97% del total; las lesiones leves siguen a las anteriores en importancia, representando un 35.36%; las lesiones graves representan

un 20.07% del total; y las muy graves, como era de esperar, sólo un 2.60%, aunque por su repercusión personal y deportiva adquieren una gran importancia desde el punto de vista cualitativo. En este sentido, las lesiones graves y muy graves suelen tener consecuencias muy importantes para los deportistas, tanto desde el plano personal como deportivo. Desde el punto de vista deportivo, este tipo de lesiones pueden suponer el fin de su carrera y, por tanto, el abandono de la práctica profesional (en muchas ocasiones, único medio de vida del deportista); o bien, pueden limitar el desarrollo de sus cualidades deportivas potenciales, impidiendo una trayectoria brillante y exitosa; en otras ocasiones, pueden provocar una pérdida del valor económico del deportista en relación al mercado profesional de que se trate, teniendo que negociar (o renegociar) el contrato con su club a la baja.

Respecto a la relación entre variables psicológicas y lesiones:

1. El grupo de futbolistas no lesionados puntúa más alto en el factor **concentración en competición**, indicando que éstos manejan mejor la atención durante los partidos que el grupo de futbolistas lesionados. Podemos establecer que la concentración es una variable psicológica que discrimina significativamente entre los futbolistas lesionados y los no lesionados; a mayor concentración (manejo eficaz de la atención) durante el partido, menor posibilidad de sufrir lesión (sea leve, moderada, grave o muy grave).
2. La variable **influencia de la evaluación del rendimiento** muestra una relación significativa con la lesión actual; de esta manera, podemos establecer que aquellos futbolistas que puntúan alto en esta variable sufren menos lesiones (en el momento de la investigación) que los que puntúan bajo. También podemos observar una tendencia a la significación entre esta variable y el grupo de lesiones muy graves; los futbolistas que manejan mejor la presión de la evaluación (propia y de los otros) de su ejecución, sufren menos lesiones muy graves que los que la manejan peor, es decir, son más influenciados por esta evaluación.
3. Existe una tendencia a la significación entre la **autoconfianza** y la lesión actual, y entre la autoconfianza y el número total de lesiones. Aquellos futbolistas que puntúan alto en esta variable tienden a sufrir más lesiones (estado actual de la lesión y lesiones en general), que aquellos que puntúan bajo; es decir, los futbolistas con un mayor nivel de autoconfianza, tienden a lesionarse con mayor frecuencia que los futbolistas con un menor nivel de autoconfianza.
4. Se observa una tendencia a la significación entre la **ansiedad competitiva** y la lesión actual. Así, podemos establecer que aquellos futbolistas que puntúan alto en esta variable tienden a sufrir menos lesiones (en el momento de la investigación) que los que puntúan bajo; es decir, los futbolistas con un menor nivel de ansiedad competitiva se lesionan con menos frecuencia, que aquellos que tienen un nivel de ansiedad mayor.

Consideraciones finales:

1. La investigación respecto a los factores que determinan la producción de lesiones deportivas, resulta fundamental para poder establecer pautas de actuación dirigidas a la prevención de las mismas.
2. En este sentido, el conocimiento de aquellos factores psicológicos que, en mayor medida, pueden estar afectando al aumento del riesgo del futbolista a lesionarse, es clave.
3. Si la presencia de estrés en los futbolistas parece aumentar considerablemente la probabilidad de sufrir lesión, el control del estrés supone una cuestión, desde el punto de vista preventivo, de primer orden; ya que la presencia de un nivel elevado de estrés

(inadecuado manejo de la concentración, mayor nivel de ansiedad, peor manejo de las evaluaciones de la ejecución) facilita la vulnerabilidad del futbolista a la lesión.

4. De esta forma, sería muy importante plantear programas de intervención psicológica que redujera el nivel de estrés, facilitando al futbolista mayores recursos psicológicos, fortaleciendo aquellos aspectos más directamente implicados en el riesgo de lesión.

La preparación psicológica del equipo masculino de gimnasia artística para las competencias internacionales:

Ruth Pauls

(UNIVERSIDADE DO ESPORTE) CURITIBA, PARANÁ, BRASIL ruthpauls@mail.com

Formada em Psicologia pela UTP- PR, Brasil

Especialização em Psicologia do Exercício e do Esporte pela Feevale, RS – Brasil

Mestranda em Ciências Aplicadas às Atividades Físicas e ao Esporte pela

Universidade de Córdoba, Espanha

Psicóloga da Seleção Brasileira de Ginástica Artística feminina e masculina

En los deportes de alto rendimiento el deporte que llega al máximo es la Gimnasia Artística. Es un deporte extremadamente exigente físicamente y también mentalmente. La alta intensidad de los entrenamientos de un deporte de alto nivel y la exigencia de realizar ejercicios difíciles con perfección, indica la necesidad de una preparación psicológica para cuidar bien de sus sentimientos y obtener una buena presentación en entrenamientos y competiciones.

Durante un período de seis meses, el equipo masculino brasileño tiene un programa de preparación psicológica en la Confederación Brasileña de Gimnasia. Los tres entrenadores participan de este programa positivamente y su apoyo es muy importante para los atletas. Nuestro lema fue establecer en atletas características del campeón donde la velocidad, la visión, la capacidad de realización y capacidad múltiple como gustar de personas estuviese presente. Hacer con que el atleta conozca los factores internos y externos que influyen en su presentación deportiva para administrar estos factores de forma positiva. Así fueran aplicadas evaluaciones, Ponencias motivadoras, charlas direccionadas e informales, actividades de iteración, dinámicas de grupo y charlas con equipo técnico.

Los atletas aprenderán a percibirse y a evaluarse antes y después de las competiciones para saber que hacer en otra competición o entrenamiento.

Los atletas competirán en dos Competiciones Internacionales después de este período de entrenamiento intenso y si sus resultados fueran muy satisfactorios. El entrenamiento psicológico continuó durante las competiciones y las charlas con los Entrenadores facilitó todo el proceso. En la historia brasileña no había resultados del equipo masculino positivos y ahora estos atletas son una gran felicidad para su país, conquistando la medalla de plata en el Pan Americano en Costa Rica y en la competición mundial estos atletas podrán obtener un lugar muy bueno para la Olimpiada 2004.

Conclusión este programa fue muy positivo porque los atletas estuvieron más bien preparados psicológicamente y su actitudes fueron bien aceptas.

Mesas redondas

Mesa Redonda de Apertura:

Alcances y perspectivas actuales de la psicología del deporte en Argentina

Roberto Perfumo (Secretario de Deportes de la Nación), Marcelo Roffé, Alfredo Fenili, Nelly Giscafré, Patricia Wigthman.

Mesa Redonda de Deportistas:

La psicología del deporte desde la perspectiva del deportista campeón

Javier MacAllister, Marcelo Domínguez, Javier Mascherano, una integrante de Las Leonas, Paola Suarez, Romina Plataroti, Javier Julio.

Mesa Redonda Periodistas:

¿Se informan los periodista deportivos sobre qué hace un psicólogo deportivo?

Ezequiel Fernández Moores, Ariel Scher, Diego Borinsky, Diego Macías, Walter Vargas, Fernando Niembro, Marcelo Gantmann, **Hernán O'Donnell**.

Mesa Redonda Kinesiología:

Principales básicos de kinesiología del deporte: su aporte en el equipo interdisciplinario

Jorge Fernández y equipo (Kinesiólogo Selección Mayor de Fútbol - AFA)

Mesa Redonda de Cierre:

Alcances y perspectivas actuales de la psicología del deporte en América Latina

Carlos Ferrés Rial, Benno Becker, Jr., Enrique Aguayo Chavez, Francisco García Ucha, Marcelo Roffé. Modera: Dr. Alex García-Mas

Mesa Interdisciplinaria de Hockey sobre césped:

Preparación interdisciplinaria de la selección femenina de hockey sobre césped

Cuerpo Técnico y Médico de Las Leonas. Coordinador: Sergio "Cacho" Vigil.

Sergio Vigil ha sabido conformar un verdadero equipo de trabajo. El secreto reside en valorar cada una de las disciplinas que pueden aportar y mucho para que "Las Leonas", denominación adjudicada a su equipo en este período de trabajo, rindan de manera óptima. La asistencia técnica realizada por Gabriel Minadeo, la preparación física a cargo de Luis B. Barrionuevo, la preparación psicológica al mando de Nelly Giscafré, y la atención médica y kinesiológica a cargo de Sebastián Rosasco y Sergio Lemos respectivamente, junto con los demás colaboradores, realizan su aporte en un trabajo realmente interdisciplinario, donde el conductor ha logrado sacar de cada colaborador lo mejor que puede brindar. Todo este trabajo que se expondrá, sumado al talento, disposición y esfuerzo de las jugadoras, favorecieron que la Selección Femenina de Hockey sobre césped se encuentre en lo más alto de la consideración mundial.

Mesa Interdisciplinaria de Fútbol:

Detección de talentos, un abordaje interdisciplinario:

Cuerpo Técnico y Médico Selecciones Argentinas Juveniles (AFA). Coordinador: Hugo Tocalli.

Desde hace diez años, las Selecciones Nacional Juveniles de Fútbol Argentino (AFA) trabajan con el mismo cuerpo técnico y médico y con un proyecto diseñado por José Pekerman y continuado por Hugo Tocalli. Sin perseguir resultados, los resultados llegaron solos (trece primeros puestos en torneos y campeonatos internacionales), así como los Premios Fair Play. El objetivo fue, es y será la detección de jóvenes talentos y su formación posterior. Enseñar, evaluar y capacitar es el primer objetivo desde que estos futbolistas son seleccionados a los 14 ó 15 años y el mejor campeonato ganado, según su coordinador Hugo Tocalli, es que futbolistas que llegaron con 15 años ya debutaron en la Selección Mayor.

El proyecto es a mediano y largo plazo, y en esta ponencia se intentará testimoniar el rol que cada integrante del cuerpo técnico y del cuerpo médico desarrolla, desde un verdadero enfoque de trabajo de equipo, para la detección y formación de jóvenes talentos. La gran mayoría de los seleccionados triunfa en Primera División del fútbol local o en el exterior.

¿Qué iniciamos en la iniciación deportiva?

Ariel Borensztein

Lic. en Psicología

Docente Universidad J. F. Kennedy

Ex-psicólogo fútbol Asociación Atlética Argentinos Juniors

Trabaja con jugadores de tenis de distintos centros de entrenamiento

Como psicólogo, dejo de lado la fase evolutiva-psicológica del niño. Me centro en la ética: ¿Qué hace el adulto en la iniciación deportiva?

Hipótesis:

Transmisión de valores de una o varias personas a un grupo de niños.

Avaladas por un gran número de adultos: padres, profesores, médicos, psicólogos, periodistas, dirigentes, que permiten sean transmitidos estos conceptos.

Frases tristemente celebres:

- “bájalo”
- “pasa la pelota no el hombre”
- “borrar piques en tenis”

ser felicitados por estas actitudes.

¿Qué buscamos con la iniciación? ¿Qué iniciamos? ¿Qué valores posee el grupo de trabajo?

¿Qué objetivos posee el club o institución?

- transdisciplina
- interdisciplina
- Ganar-perder-éxito-fracaso
- Fair play- juego limpio
- Deporte sucio... País sucio
- Juego como esencia del deporte
- Doping- trampa (“dale ibuprofeno, así mañana juega”)
- Diferencia con la picardía, ej. Hacer un arco más chico que el otro

Puntos básicos:

- Personas idóneas en el área, que transmitan amor por el deporte - se necesita gente formada - una buena iniciación deportiva le dará al niño la posibilidad de permanecer ligado al deporte
- Reuniones periódicas del equipo de trabajo.
- Reuniones con padres.
- Padres que solicitan reuniones.
- Incorporación de la flia al deporte.
- Interdisciplina activa y dinámica- escucha activa- comunicación eficiente- posibilidad de diálogo.
- Premiar actitud.
- Premiar el éxito deportivo, como logro, como cumplimiento de un objetivo.
- Premiar la conducta, el fair play.
- Castigar el juego sucio.
- Trofeo mayor al logro que al resultado.
- Exigencia –¿dónde está puesta? ¿Qué se le exige al niño? ¿Qué se le exige al profesional que trabaja con niños?
- Conclusión: la iniciación deportiva es un área de suma importancia, tiene directa vinculación con el desarrollo de un país, se relaciona con la política y economía,

muestra como referencia válida, los valores implícitos con los que se mueven los adultos.

- ¿Qué compete a los que trabajamos en el deporte, para que el deporte este como esta
- etica y moralmente?

Bibliografía:

La formación del tenista completo; Dr. Leonello Forti
Psicología del entrenamiento deportivo; Tutko y Richards
Psicología del deporte; Alexander Thomas
Mi hijo el campeón; Lic. Roffé, Lic. Fenilli, Lic. Giscafré
Psicología aplicada al deporte; Jean Williams
Fundamentos de la psicología del deporte y el ejercicio físico; Robert Weinberg, Daniel Gould

Psicología, deporte y ética. Apuntes para una reflexión:

Orlando Calo* & Guillermo Ojea**

* Universidad Nacional de Mar del Plata. E-mail: ocalo@mdp.edu.ar

** Licenciado en Psicología (UNMDP)

Master en Psicología de la Actividad Física y del Deporte (UNED)

Especialista en Psicología de la Actividad Física y del Deporte (UNED)

Docente Curso de Extensión "Psicología aplicada al deporte", dictado Facultad de Psicología (UNMDP) (2003).

Investigador Grupo de Investigación "Psicología Cognitiva y Educacional", Facultad de Psicología (UNMDP).

E-mail: gdojea@mdp.edu.ar

El campo de la psicología aplicada al deporte presenta ciertas particularidades que lo hacen distintivo del campo de la psicología clínica. El acercamiento educacional formó una tradición en la prestación del servicio en psicología del deporte, que continúa hoy día. Los psicólogos del deporte realizan generalmente su labor en espacios no convencionales (vestuarios, tribunas, autobuses, avión), para estar a disposición de los atletas y proveer sus servicios donde son más necesarios. El estar a disposición de esta manera puede conllevar la aparición de diferentes problemáticas éticas que no están contempladas en forma específica en las normativas nacionales e internacionales vigentes. El objetivo del presente trabajo es analizar estas problemáticas con el propósito de establecer algunos lineamientos generales que permitan a los psicólogos del deporte reflexionar ante los múltiples dilemas éticos que pueden presentársele en su profesión.

Psicología del deporte y desarrollo humano:

M.Sc. Armando Campos S.

Chileno. Psicólogo. Ha trabajado por muchos años en la Universidad de Costa Rica, en cuya Escuela de Psicología programó y puso en marcha la asignatura "Psicología del deporte y la recreación". Actualmente coordina la programación de una maestría en la materia en la Universidad Estatal a Distancia de este mismo país.

El trabajo desarrolla primero una propuesta integral, de carácter epistemológico, sobre la Psicología del Deporte. Examina el concepto de deporte, asumiéndolo como una de las formas principales de la praxis, sitúa en este sentido sus características definitorias y lo relaciona y diferencia con respecto al juego, el trabajo y el arte. Resalta y explora el papel del deporte en las relaciones sociales ("sociedades deportivizadas").

Sobre la base indicada, se pasa a un segundo nivel de discusión epistemológica, centrado en una concepción de la psicología del deporte que se pretende innovadora.

Se visualiza esta disciplina como una proyección integral del conocimiento psicológico en un objeto definido de interpretación y transformación: el deporte como actividad individual y colectiva. Dicho de otro modo, la definición sustentada se aleja de las visiones tradicionalmente "fronterizas" con respecto a otras especialidades psicológicas y define la

psicología del deporte como un espacio de convergencia intra e interdisciplinario, cuya identidad académica y profesional brota de un objeto común.

Uniendo los dos niveles anteriores de discusión epistemológica, se pasa al tema central de la ponencia: trazar una visión de la psicología del deporte sustentada en su papel posible en el desarrollo latinoamericano y, en general, de las sociedades que anteriormente se definían como “tercermundistas”. Esta visión valora y bosqueja algunas consideraciones teórico-metodológicas con respecto al trabajo psicológico en el mejoramiento del desempeño deportivo, pero sin limitarse a este campo de acción.

Discute las potencialidades de la psicología del deporte en la salud pública (especialmente en la rehabilitación de personas con discapacidades), en el desarrollo comunitario, la educación y en la prevención de la violencia social. Examina brevemente los nexos necesarios entre deporte y recreación. Se exponen propuestas concretas acerca de cómo puede producirse la inserción de la psicología del deporte en éstas y otras dimensiones del desarrollo humano.

El trabajo cierra con algunas sugerencias acerca de la programación académica de la psicología del deporte, a nivel de grado y posgrado, fundamentadas en la experiencia del expositor y algunos estudios recientes. Esto a partir de una breve evaluación del estado actual de la disciplina en la educación superior latinoamericana, donde en general parece tener un papel residual o de segundo orden.

La presentación cierra con algunos argumentos sobre la imperativa necesidad de trazar una estrategia orientada a la valorización de la disciplina en nuestro medio, actualmente disminuía por una visión excesivamente centrada en el rendimiento deportivo.

La evaluación de personalidad: su utilidad en el deporte:

Gabriela Casarico

Lic. en Psicología

Psicóloga de las categorías Juveniles del Club Atlético Banfield desde el 2001.

Profesora a cargo de de la materia Psicología aplicada al deporte de la Universidad

Abierta Interamericana.

gabycasarico@hotmail.com

Desarrollo de los objetivos de la evaluación de personalidad en deportes:

- Mejorar la calidad de las relaciones y entendimiento de conductas
- Mejorar el rendimiento

Conceptualización de la personalidad: diversos tipos de enfoques

- Enfoque del rasgo
- Enfoque situacional
- Enfoque interactivo

Dificultades de la evaluación:

Se plantean las diversas dificultades metodológicas:

Peculiaridad del deporte como actividad, la relación de lo general y lo singular de los eventos deportivos, el papel de los factores ambientales en las investigaciones en el deporte, el número limitado de sujetos en los estudios.

Trabajo realizado en las inferiores del Club Atlético Banfield.

Evaluación de la personalidad: Técnica administrada MIPS con el fin trabajar sobre los dos objetivos y de responder dos preguntas: “¿Hay rasgos que puedan identificar a los jugadores

de superior rendimiento?”, y por otro lado “al tratarse de un deporte en equipo ¿Los jugadores extrovertidos y no retraídos serán los de mayor rendimiento?”

Descripción de rasgos evaluados

Presentación de los resultados obtenidos de las evaluaciones y comparación con diversas fuentes bibliográficas.

Estudio exploratorio de la prueba perceptiva y de atención Toulouse-Piéron en jugadores de fútbol

Rodrigo A. Cauas E.

Licenciado en Psicología Universidad Andrés Bello. Chile

Magíster (c) en Medicina y Ciencias del Deporte. Universidad Mayor. Chile

Magíster (c) en Psicología del Deporte y Actividad Física. UNED. España

Psicólogo Club de Fútbol Rangers de Talca

Profesor Universidad Andrés Bello

Profesor A.I.E.P.

Este estudio exploratorio muestra los análisis de los resultados obtenidos de la aplicación de la Prueba Perceptiva y de Atención Toulouse – Piéron en una población de jugadores entre 15 a 20 años, pertenecientes a clubes de fútbol profesional en Chile.

Dicha investigación fue realizada entre los meses de Marzo de 2000 y Septiembre de 2001. En la investigación se relacionó la variable atencional (resultados de la Prueba Perceptiva y de Atención Toulouse – Piéron) con la edad de cada uno de los deportistas, las horas de entrenamientos semanales, la edad de inicio de la práctica deportiva, las categorías a las que pertenecen, su ubicación en la cancha y su nivel educacional.

Del mismo modo se construyeron, además, los baremos específicos para la muestra ya señalada.

Los principales resultados entregan una importante información acerca de los procesos atencionales y el nivel de maduración de cada deportista, ya que, en una correlación simple se observa que a mayor edad, existiría un mayor nivel de atención – concentración. En la misma línea además se observa que existe también una correlación directamente proporcional entre el nivel de estudios y el puntaje obtenido en la prueba.

Otra línea de investigación nos muestra como el nivel socio económico tiene influencia en el resultado de la prueba (los deportista de niveles más bajos, obtienen puntajes más bajos)

Y finalmente de acuerdo a la ubicación en la cancha se observa que a medida que la función es más ofensiva el puntaje de la prueba es menor.

Estudio con alumnos del último período del curso de maestro, especialidad de educación física, de la facultad de Córdoba, España, sobre conocimiento de la legislación y la responsabilidad del desarrollo de la actividad física Nas Escuelas y Fora de Elas

*Autor/es : CAZELATO, J. *, BECKER Jr, B. ** y LANCHO, J.L. ****

** Consejo Federal de Educación Física, Brasil*

*** UFRGS, Brasil*

****Departamento de Ciências Morfológicas. Facultad de Medicina. Universidad de Córdoba, España*

E.mail: jeancaze@terra.com.br

Introducción:

En este contexto se inserta la preocupación de quien debe ejercer la práctica profesional en Educación Física. Los puestos de trabajo en esta área, hace muchos años, son ocupados por las más distintas personas con falta de formación o con formación en áreas que no tienen nada a ver con esta profesión.

Es posible que la propia persona interesada en evolucionar dentro de esta profesión no tenga idea de las necesidades de formación para poder atender a la población en esta área tan importante.

El problema es saber cuál es la percepción del alumno que ingresa en el curso sobre la área de Educación Física, sus leyes, Código de Ética, Formación y campo de trabajo.

Objetivos:

Verificar lo que saben los universitarios acerca de:

1. la legislación de Educación Física;
2. que es necesario para ser Profesional de Educación Física (formación y habilitación);
3. quien puede desarrollar clases de Educación Física en las escuelas;
4. quien es el responsable por el desarrollo de los deportes y demás actividades físicas en el país: entrenadores y preparadores físicos deportivos y entrenadores personales;
5. la discusión de las Diretrizes Curriculares (Formación Universitaria).
6. el Código de Ética Profesional;
- 7.

Metodología:

Muestra de 69 alumnos del último periodo del Curso de Maestro – especialidad en Educación Física de la Facultad de Córdoba, España.

Instrumento:

Fue una encuesta, compuesta de ocho cuestiones, validada por cuatro doctores del área, semiestructurada, sobre legislación de la Educación Física, responsabilidad del desarrollo de la área en las escuelas y fuera de las mismas, conocimiento sobre el Código de Ética Profesional y las Diretrizes Curriculares.

Resultados sobre:

1. Legislación sobre obligatoriedad de Educación Física en las escuelas

- 40 alumnos (58%) dijeron que deben tener clases dos a tres veces semanales dependiendo de los ciclos e de las edades;
- 25 alumnos (36%) dijeron que solamente en la enseñanza secundaria es obligatoria;
- 05 alumnos (7%) dijeron que es obligatoria hasta los 17 años, después es voluntaria.

2. Conocimiento de quien puede dar clases de Educación Física en las escuelas (otros profesores)

- 68 alumnos (98%) dijeron que si y 01 (1%) que no.

3. El Profesor de EF es quien desarrolla la profesión fuera de las escuelas (gimnasios, clubes, etc)

- 60 alumnos (87%) dijeron que si
- 08 alumnos (36%) justificaron sin decir si o no
- 01 alumno (1,4%) dice que no

4. Espacio y competencia del Profesor de Educación Física para trabajar fuera de las escuelas

- 53 alumnos (78%) dijeron que no tienen y 16 (23%) que si

5. Los preparadores físicos de los equipos de fútbol, bola al cesto y otros deportes son profesores de EF

- 40 alumnos (58%) dijeron que Si
- 11 alumnos (16%) decieron que puede ser
- 08 alumnos (12%) dijeron que no, son los monitores.

6. Los monitores que trabajan en los gimnasios que formación tienen

- 60 alumnos (87%) dijeron que tienen formación a través de cursillos de meses o ni eso;
- 05 alumnos (7,2%) dijeron que pueden ser maestros, licenciados o otros estudios;
- 04 alumnos (5,7%) deciron que son gimnastas, alteófilos, profesores de INEF;

7. Seguimiento de la discusión de las Diretrizes Curriculares

- Los 69 alumnos no conocen las diretrizes

8. Conocimiento sobre el Código de Ética Profesional

- 65 alumnos (94%) dijeron que no y 4 alumnos (5%) disieron que si, pero no o que es.

Conclusiones:

1. Una gran parte dos alumnos investigados tienen noción de una legislación sobre la obligatoriedad de la Educación Física en las escuelas pero no tienen certeza como es;
2. otros profesores pueden administrar clases en las escuelas;
3. otras personas que no sean de Educación Física pueden trabajar en las actividades físicas fuera de las escuelas;
4. El campo de la actuación profesional del titulado en Educación Física se centra principalmente en la docencia de esta disciplina en los diversos niveles de la educación;
5. El entendimiento del alumno es que hay centros que no hay especialistas en Educación Física y puede ser desarrollada por personas sin titulación específica, pero dicen que no es lo mismo, no están preparados, no debería ser así, que lo más seguro es que no se obtengan los mismos resultados. Dicen que otros especialistas que han hecho algún tipo de curso y se especializaron, pero no de carrera, hacen un cursillo y pueden dar la materia;
6. Dicen que debería ser solo los Licenciados y diplomados en magisterio con la especialidad en EF.
7. El profesor de EF puede ejercer este trabajo si tiene espacio pero se no posee título es recomendable que se ocupe un profesional de este campo, aunque en algunas ocasiones personas que no poseen estos títulos ejercen estos trabajos. Existen “escuelas deportivas” en las que trabajan profesores diplomados en EF.
8. Del mismo modo hay personas relacionadas con la actividad física, hacen cursos en clubes, federaciones, en un mês, no tienen preparación académica y pueden sustituir la labor de un licenciado o diplomado, son los monitores con cursos ofrecidos por médicos que son los que prescriben los ejercicios.
9. La preferencia son por personas que han desarrollado el deporte durante su vida y el patronato los conoce.
10. Los profesores si tienen competencia, lo cierto es que poca gente aspira a eso, a no ser que sea licenciado.
11. Pero la gran mayoría de estos empleos lo ocupan monitores de ocio, tiempo libre, de deporte, o gente no especializada. Tienen los profesores poca posibilidad de trabajar en este porque se prefiere pagar más barato en detrimento de la calidad.

12. falta conocimiento sobre las posibilidades de intervención del profesional de Educación Física;
13. En algunos casos los propios profesores participan en entrenamiento y pueden
14. trabajar con esto, en otros casos son simples “técnicos o monitores”, incluso no profesionales. Su competencia dependiera de su formación. Deven possuir un título de entrenador de atletismo como los profesionales del INEF.
15. Algunos dicen que no tiene porque ser profesor de EF para llevar un entrenamiento, ellos son para el niños, no para personas como los atletas que tienen objetivos diferentes. Para algunos los especialistas que tienen competencia son los entrenadores qualificados para iso, que es de menor importancia.
16. Algunos dicen que poder se puede, principalmente los licenciados, los diplomados no tienen oportunidad, pero todos, aparte de la escuela, a pesar de competencia, las oposiciones no son muy facil de superar y que el profesor no pretende formar atletas ni entrenar solo educar y fomentar buenos hábitos y la práctica de la EF h) La mayoría dice que pueden ser profesor de EF pero no quiere decir que todos lo sean. Alguns dicen que en algunos casos pueden ser profesor o equipos profesionales, que deben ser licenciados y son los profesores del INEF, que es quien prepara más para eso, dicem que no hayan ejercido como maestro, son
17. apenas preparadores.
18. Que pueden selo, pero ademas has que tiene otras titulaciones. Pueden ser lo que ocurre pero que “no” crean que utilicen los mismos metodos y estrategias.
19. Dieron que no tiene porque ser maestro para ser monitor de deporte. Que monitores, especialistas de formacion profesional o ainda formativos en su mayoría son los entrenadores y preparadores. Los licenciados llevan preferencia.
20. Algunas personas son preparadores simplemente por tener una formación buena en algun deporte.
21. Dicen que no son profesores porque existen cursos y otros estudios para aquellos que se dediquen a entrenar y no a enseñar.
22. Los monitores normalmente provienen de Federaciones Profesionales o ciclo formativo.
23. La mayoría son simplemente monitores que lo hacen através de un cursillo de unos 3 meses.
24. Pueden ser licenciados o con título de instrutor de esa especialidade, o personas que se sacan un título y ejercen. Pueden ser los monitores de aeróbica y los profesores y licenciados.
25. Los monitores especializados y su formación se produce a traves de cursillos. Pueden ser personas que se forman en cursos o otros estudios.
26. También son personas que tienen el título o algún título que nada ten que ver com Educación Física. También hay gente que se ha sacado el titulo para ejercer monitoria. Tienen formación mediante cursos.
27. Son profesores de INEF, maestro de EF y otros que han realizado cursos de formación de gimnastas y alteófilo. En los gimnasios suelen trabajan gente que hace cursos de monitores desportivos o los licenciados y personas que han realizado cursos formativos. Monitores no son maestro, no tienen porque selo, son especialistas, simples monitores que han realizado cursos no na carrera universitaria
28. los alunos no discuten las Diretrizes Curiculares;
29. los alumnos no tienen noción de la necesidad del Código del Ética.

El perfil de liderazgo de los entrenadores de jóvenes atletas:

Autor: Franzen, C.

Co-autor: Becker Jr., B.; Marques, M.;

Resumen: En el deporte de rendimiento el entrenador tiene una importancia destacada. El nivel de sus acciones afecta directa e indirectamente a sus atletas y las consecuencias se verifican, frecuentemente en la producción de su equipo. Para hemos encuestado 9 entrenadores de categorías formativas de equipos profesionales de Fútbol. Ellos respondieron a un instrumento – LSS – Escala de Liderazgo en el Deporte, de Chelladurai y Saleh (1980), en su versión adaptada al portugués. Los hallazgos han indicado que los entrenadores valoran más las conductas relativas a las actitudes de apoyo y recompensas sociales que las relativas a los estilos de liderazgo.

La transparencia de conocimientos en psicología del deporte: una breve intervención en Squash

Carlos Giesenow

Lic. en Psicología (Universidad de Buenos Aires)

Secretario de la Asociación de Psicología del Deporte Argentina (APDA)

Profesor en la Universidad Nacional de Lomas de Zamora (UNLZ – Lic. en Alto

Rendimiento Deportivo)

carlosgie@yahoo.com.ar

Los libros de psicología del deporte están llenos de descripciones sobre lo que debería hacerse, lo que se está necesitando son más ejemplos de cómo las experiencias en el campo realmente son. A un psicólogo (especializado en deporte o no) le pueden surgir oportunidades en deportes o actividades en las cuales no tenga demasiados conocimientos específicos. Este trabajo se centra en un ejemplo de como adaptarse a la situación y como transferir conocimientos de otras áreas y deportes para formar un perfil de las características y demandas psicológicas que plantea un deporte en particular, en este caso el squash. La experiencia se refiere a la preparación psicológica (de un mes y medio de duración) de los seleccionados argentinos masculino y femenino sub-17 de squash en vista a una competencia Panamericana. Se expone la demanda inicial, el encuadre y las intervenciones tanto antes del torneo como durante el mismo, así como la reunión de evaluación post-competencia.

Finalmente, se discuten las implicancias que tiene la especialización en deportes en el ámbito de la psicología y la importancia de fijar criterios unificados de acreditación para los psicólogos especializados en esta área.

Psicodinámica del rugbista en su equipo:

Ps. Mario R. Núñez Pérez

Profesor de Psicología del Deporte en Instituto Superior de Educación Física de la Universidad de la República en el Curso de formación de Guardavidas.

Psicólogo del deporte en Club Champagnat de Rugby de Montevideo

Psicólogo del deporte en Clínica CIRF de rehabilitación en Punta del Este

El trabajo en curso investiga acerca del imaginario, adaptación y rendimiento del deportista al equipo, así como observar algunas particularidades del rugby en Uruguay.

Aborda los aspectos personales, interpersonales y los factores ambientales de la práctica del rugby, para analizar algunas de las características del ejercicio de este deporte en nuestro medio.

Algunas de las primeras hipótesis que podemos manejar:

- la práctica del rugby en nuestro medio está relacionada en general con niveles socioeconómicos medio alto y alto, lo que tiende a influir positivamente sobre los niveles educativos, culturales y motivacionales del rugbista, favoreciendo sus niveles de entrenamiento, rendimiento físico e intelectual..
- las relaciones grupales, afinidades y tensiones suelen estar influidas por el factor anterior, especialmente en la conformación de subgrupos dentro de los equipos.
- la participación de la selección de rugby de Uruguay en el último mundial generó un impulso importante a la disciplina, motivando la incorporación de un importante número de deportistas.
- la práctica del rugby en Uruguay en modalidad amateur, establece presiones económicas sobre las Instituciones y sus deportistas, que influyen en el rendimiento, y en el relacionamiento inter e intrainstitucional.
- la incorporación de la figura del Psicólogo del Deporte ha logrado buena aceptación tanto para entrenamiento, diseño de estrategias y apoyo a la investigación.

La metodología incluye observación de campo en entrenamientos y partidos del equipo, entrevistas a jugadores de Primera División, Reserva y Sub-19, Entrenadores, Jueces, Dirigentes y Simpatizantes.

Las observaciones comenzaron a finales de 2003, y se prolongarán durante seis meses indagando: relacionamiento con el equipo, el técnico, la institución, el público, así como autoimagen, respuestas caracteriológicas y afectivas.

La investigación se realiza con la colaboración del Club Champagnat de Rugby de Montevideo – Uruguay.

Análisis de los factores desmotivacionales que hacen que adultos jóvenes y medios abandonen la práctica de ejercicios físicos en algunos gimnasios en Porto Alegre, Brasil:
 Fontana, Andiará; Pauls, Ruth; Becker Junior, Benno; Alonso Lancho, José Luis

Introducción:

La práctica profesional ha demostrado que, pese al desarrollo estructural y técnico, los gimnasios enfrentan uno de sus principales problemas: la rapidez con que los clientes cambian o abandonan esos centros (SABA, 1999). Conforme Becker, 2002 en el aspecto cognitivo, sabemos que el refuerzo positivo es más efectivo que el negativo, pero tenemos dificultad en poner eso en práctica. Por eso se torna interesante estudiar el perfil del público que frecuenta los gimnasios, cuestionando los factores desmotivacionales que pueden hacer con que adultos jóvenes y medios abandonen la práctica de ejercicios físicos allí.

Objetivos:

Los objetivos del estudio fueron: verificar los factores desmotivacionales que pueden hacer que adultos jóvenes y medios abandonen la práctica de ejercicios físicos en algunos gimnasios de Porto Alegre, describir el perfil de los practicantes de ejercicios físicos en gimnasios y determinar qué tipos de ejercicios físicos prefieren los practicantes.

Metodología:

La muestra se compone de 40 sujetos que practican ejercicios físicos regularmente en gimnasios a, por lo menos, seis meses y el instrumento utilizado del estudio ha sido un cuestionario adaptado de Stefanello(1989).

Resultados:

Lo perfil de esos alumnos de los gimnasios fueron entre 21 y 55 años de edad, personas masculino 35% y 65% personas femenino, con frecuencia de 3 a 5 veces semanales, en sesiones de 45 a 60 minutos .De las personas evaluadas 15% eron fumantes y 85% no fumantes. Son actividades de su preferencia: caminatas, gimnasia localizada, musculación, clases de estiramiento, carreras, bicicleta y cinta. Factores desmotivacionales hallazgados: falta de higiene, profesores mal preparados, falta de mantenimiento y de ventilación en el sitio y ausencia de clases motivadoras.

Conclusión:

Así, se conclui que esos alumnos evaluados tienen abandonado su práctica de ejercicios físicos por no les gustar mucho del sitio y sus profesores.Un abandono que parece mas por motivos físicos y de personas. Esos factores desmotivacionales así son externos y no personales y compraba la teoria de Saba, 1999 que el desarrollo estructural y técnico puede ser un refuerzo negativo con efecto fuerte sobre los alumnos en algunos gimnasios.

Análisis de las variables, ansiedades, depresiones, agresividades y niveles de 5 mujeres portadoras de artritis reumática:

Pedone, Márcia Estima; Milano, Marisa; von Mühlen, Carlos Alberto, Lancho, José Luis & Becker Junior, Benno. mepedone@terra.com.br

Objetivo: analisar as variáveis ansiedade, depressão, dor e agressividade em mulheres com artrite reumatóide.

Metodologia: após o preenchimento do documento de informação foi aplicado testes de ansiedade (Beck), depressão (Beck), agressividade – TAT lâmina 8 (Murray).

Resultados: as mulheres apresentaram ansiedade leve, depressão mínima e níveis de dor elevado.

Conclusão: os mulheres portadoras de artrite reumatóide apresentam níveis de ansiedade leve, depressão mínima e níveis de dor elevado. Apesar do número pequeno da amostra podemos identificar a necessidade de estudos mais aprofundados.

Planificación y periodización del entrenamiento psicológico del deportista:**Roberto Ribetti**

- Lic. en Educación Física

- Docente de la escuela 115 para D.T. de fútbol. Rosario (ATFA)

- Téc. en Natación.

- Cursando 5to. año la carrera de Psicología.

- Coordinador y docente en cursos de capacitación del "grupo de estudio 757". Rosario.

Fue una experiencia realizada hace algunos años con un plantel de fútbol de liga del interior de la provincia de Santa fe. El club era Sportivo Rivadavia de la localidad de San Jenaro Norte. El equipo era de 1era. Div., participando de la liga Totorense. Creí oportuno y en base a lo propuesto por José Lorenzo Gonzáles en su libro Psicología y Deporte. Edición 1992. Editorial Biblioteca Nueva, confeccionar un modelo de periodización anual del entrenamiento psicológico, integrado dentro de la planificación global, con los demás componentes: técnica, táctica y preparación física.

Básicamente, la preparación del deportista está basado en el desarrollo simultáneo, sistemático y planificado, de un proceso biológico, un proceso pedagógico y un proceso psicológico; los cuales racionalmente entroncados, tienden a la optimización del deportista para la competencia.

En la actualidad, los entrenadores y técnicos deportivos, dividen en períodos o etapas, los componentes fisiológicos, técnicos y tácticos de la preparación de los deportistas.

José Lorenzo Gonzáles, entiende que la preparación psicológica debe operar de acuerdo con la misma filosofía: dividiendo el entrenamiento en fases, cada una con sus propios objetivos, la planificación del progreso de un deportista es más racional y eficiente.

Por ello, opté por experimentar esta forma. Los períodos de la preparación psicológica, de acuerdo a la división de la planificación, fueron 4. Cada una con objetivos muy claros, que fueron: Tesón y voluntad (período general); convicción y autoestima (período especial); agonística (período pre-competitivo) y espíritu de lucha (período competitivo).

Estos objetivos, fueron tratados con las destrezas psicológicas llamadas básicas:

- Técnicas de modificación de conductas
- Relajación
- Energetización
- Automensajes positivos
- Concentración
- Visualización ideomotora

Hago notar que mi función específica fue la de preparador físico. De todas maneras no impidió realizar esta propuesta.

Emergencias y muerte súbita en el deporte de alto rendimiento:

Dr. David Sznajderhaus

Especialista en Medicina del Deporte, en Medicina Legal, en Obesidad y Nutrición.

Médico del Departamento de Urgencias del Hospital Dr. Abel Zubizarreta certificado por SAME (Sistema de Atención Médica de Emergencia), Secretaría de Salud del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires.

Director Médico de Ayuda Médica.

El campo de acción de la medicina de emergencias en la medicina deportiva es muy amplio. La diversidad de las actividades deportivas, cada una con sus riesgos especiales, para las que hay que estar prevenidos, es grande, y puede aparecer prácticamente cualquier emergencia inesperada en todo acontecimiento deportivo, tanto entre los participantes como entre los espectadores. Los primeros cuatro minutos en un accidente cardiovascular por ejemplo, marcan, en algunas circunstancias, la diferencia entre la vida y la muerte por lo que los médicos del deporte deberían tener, como parte de su preparación profesional, un conocimiento teórico-práctico sobre medicina de emergencia y la aplicación de las técnicas de RCP, (Resucitación Cardio Pulmonar), que garanticen la atención adecuada del paciente crítico, desde el momento y lugar en los que se produce el accidente hasta la llegada de personal altamente preparado con los recursos suficientes para continuar con la atención. En la educación formal, los médicos no recibimos una formación específica que nos permita ofrecer asesoramiento especializado en muchos de los temas relacionados con el deporte ni con la emergencia. Esta necesidad incluye también, al personal no sanitario: técnicos, entrenadores, masajistas, deportistas, etc., a quienes se les debería ofrecer una formación completa, con conocimientos y procedimientos necesarios para tratar a los pacientes de una manera organizada y prioritaria para cada situación. Por otra parte, en la actualidad, son cada vez más los individuos de todas las edades que practican una amplia variedad de deportes y actividades físicas recreativas. Del mismo modo se ha incrementado el número de espectadores que acuden a presenciar todo tipo de eventos deportivos, desde los campeonatos

escolares hasta las grandes pruebas internacionales, sin olvidar las enormes concentraciones que se producen en algunos de los deportes como Maratones populares. Estas grandes concentraciones humanas, a las que hay que sumar la pasión que algunos deportes despiertan entre los aficionados, agregan un factor más de riesgo de posibles emergencias. La infraestructura sanitaria que cubre los eventos deportivos, es insuficiente, y de aquí surgen las siguientes preguntas:

- ¿Con qué medios debe contar una institución deportiva?
- ¿Cómo se debe organizar la asistencia médica?
- ¿Cómo atender una emergencia en el lugar del accidente?
- ¿Cómo trasladar correctamente al deportista lesionado?
- ¿Qué nivel de riesgo tiene cada deporte?

Probablemente en este pequeño cuestionario encontremos una realidad que nos sorprenda. Dar una respuesta a estas y otras preguntas debería formar parte de la agenda diaria de dirigentes, políticos y de todos aquellos que de una u otra manera estamos implicados, además de trabajar en esta apasionante actividad, pensando que detrás de una camiseta representativa de un club o un país, hay un ser humano que casi no puede tomar propias decisiones sobre su salud sin que esto implique, quedar fuera.

Enfoque y abordaje pedagógico dirigido a adolescentes, padres y profesores:

*Lic. Iván Tcherkaski **

*Lic. Pablo Pécora ***

* Licenciado en Psicología (Universidad de Belgrano). Staff de planta y Coordinador del Area de deportes de la Asociación Civil Programa Delta. Integrante del Servicio de Psicopatología del Hospital Lino Píñeyro de la Ciudad de Baradero (Pcia. de Bs. As.). Coordinador del taller de Psicología del Profesorado Argentino de Tenis sede Solanas Tennis club Castelar. itcherkaski@hotmail.com

** Licenciado en Psicología. Especialización en RRHH. Especialista en liderazgo, equipos de trabajo de alto rendimiento y coaching. Director de Capacitación de la Escuela de Economía y Negocios Internacionales de la Universidad de Belgrano (EENI). Ex-Director del Dpto. de Psicología de la AAT. Trabaja actualmente con jugadores de alto rendimiento.

Al trabajar con adolescentes uno tiene tener en cuenta que estos se encuentran en una etapa de formación constante y de búsqueda de una identidad que los defina.

Esto hace que nuestra labor tenga un predominio pedagógico–informativo, sobre lo netamente asistencial.

Desde estos enfoques es que nosotros abordamos el trabajo, dividiéndolo en 6 etapas de trabajo:

1. **Etapa 1:** Se trabaja con los jugadores, los padres y los profesores donde se les informa sobre el recorrido que seguiremos en estos encuentros, se pautan las reglas y los objetivos. Damos a conocer nuestra filosofía y estilo de trabajo.
2. **Etapa 2:** Se testea a cada uno de los jugadores desde el aspecto psicodeportológico.
3. **Etapa 3:** Se trabaja únicamente con los jugadores enseñándoles aspectos teóricos relacionados con la psicología del deporte acorde a su formación deportiva por ejemplo: Concentración, pensamiento estratégico, estado óptimo de rendimiento, control de ansiedad, etc.
4. **Etapa 4:** Se pone en práctica todo lo teórico durante el entrenamiento y la competencia.
5. **Etapa 5:** Se hace una división de acuerdo con las necesidades de cada jugador por ej. Un jugador que necesite trabajar la tolerancia a la frustración se lo hace trabajar con un jugador que debido a la presión se desconcentra.
6. **Etapa 6:** Se reenfoca el trabajo junto con el coach y el jugador luego de que se resolvió la dificultad anterior.

Intervención de un programa de técnicas cognitivas y somáticas (TCS y actividad física, sobre conflictos graves, con amenaza de separación de una pareja de adultos medios. Estudio de un caso.

Telöken, E. * & Becker Júnior, B. **

** Alumna del Curso de Maestría en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, de la Facultad de Medicina de la Universidad de Córdoba, España.*

*** Doctor en Psicología, orientador de los cursos de Doctorado y Maestría en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte de la Facultad de Medicina de la Universidad de Córdoba, España. Profesor de Psicología del Centro Universitario IPA, Brasil.*

Objetivos

- Ayudar a los pacientes a superaren su cuadro de sufrimiento emocional.
- Ayudar a la pareja a mejorar sus relaciones.
- Evaluar los estados de humor de los pacientes
- Identificar el factor desencadenante del síndrome.
- verificar el efecto de un programa de técnicas cognitivas & somáticas y de actividad física sobre el cuadro.

Metodología

1. Estudio de un caso de una pareja, casados hace 30 años, J. (58 años), comerciante y M. (56 años), profesora jubilada, con tres hijos, G (28 años), A (25 años) y M (19 años), todos estudiantes universitarios.
2. Evaluación: realizada por entrevista individual (F y L) y a la pareja; contestaron, individualmente al Cuestionario Subjetivo de Factores Emocionales – CSFE (Becker Jr, 1996).
3. Entrevista individual a cada uno de los hijos. Intervención: a) caminadas diárias de 45 minutos (media de 4km); b) técnicas cognitivas & somáticas (duración 6 min/sesión): Jacobson (dos veces/día en la primera semana), Becker (2 veces/día en la segunda semana), Imaginación (dos veces/día en la tercera semana), cada una de la técnicas con duración de 6 minutos.
4. La técnica Monólogo Interno , fue utilizado desde el inicio de la intervención, siempre que necesario y tuvo duración variable. A los hijos fue realizada una sesión grupal para análisis del contexto (amenaza de separación de los padres) conscientización sobre la necesidad de cada uno cumplir sus tareas diarias en la casa y de contribuir para la mejora de las relaciones interpersonales. Así, hubo un total 42 sesiones de TCS (sin contar con el Monólogo Interno) y 21 sesiones de actividad física.
5. Al final del programa de TCS, fue reevaluada la pareja y realizada una validación social del programa con la familia. Evaluación de seguimiento después de 60 días.

Resultados

El factor desencadenante fué un intento de relación sexual de la pareja, con falta de erección. Hubo acusaciones mutuas y M acusó J de ser homosexual. Este quedó muy depresivo y buscó la clínica para superar el sufrimiento. M, invitada por el psicoterapeuta, quedo de acuerdo a participar en el tratamiento. El CSFE, que evalúa factores emocionales desde 1 (nada) hasta 10 (muchísimo), verificó elevados niveles de ansiedad, tensión y depresión, bien como muy bajos valores para la confianza, concentración y autoestima. Después de la intervención, hubo

reducción de la ansiedad, tensión y de la depresión e incremento de la confianza , concentración y de la autoestima.

Conclusiones

Un programa de TCS y de Actividad Física, aplicado a un cuadro de conflictos de una pareja con pacientes adultos medios, puede:

1. Reducir los niveles de ansiedad, depresión y tensión.
2. Aumentar los niveles de confianza, concentración en las tareas y de la autoestima.
3. Mejorar las relaciones de la pareja.

La evaluación de seguimiento verificó que la pareja mantiene los mismos niveles emocionales del final del programa. La validación social, con toda la familia mostro un contexto que puede ser sintetizado en una frase “un cambio importante en la dinámica familiar”.