

# Informe de Resultados

Habilidades psicológicas, compromiso  
e intención de abandono deportivo  
en atletas de patinaje artístico

Julia Raimundi, Laura López, Analía Rosas, Diana Portalanza, Karina Maturano, Lucila Vallejos, María Luz Avaro, María Denise Sánchez; Karina Lois, Graciela Garau, Sofía Serfaty y Mariela Carceller

# Introducción

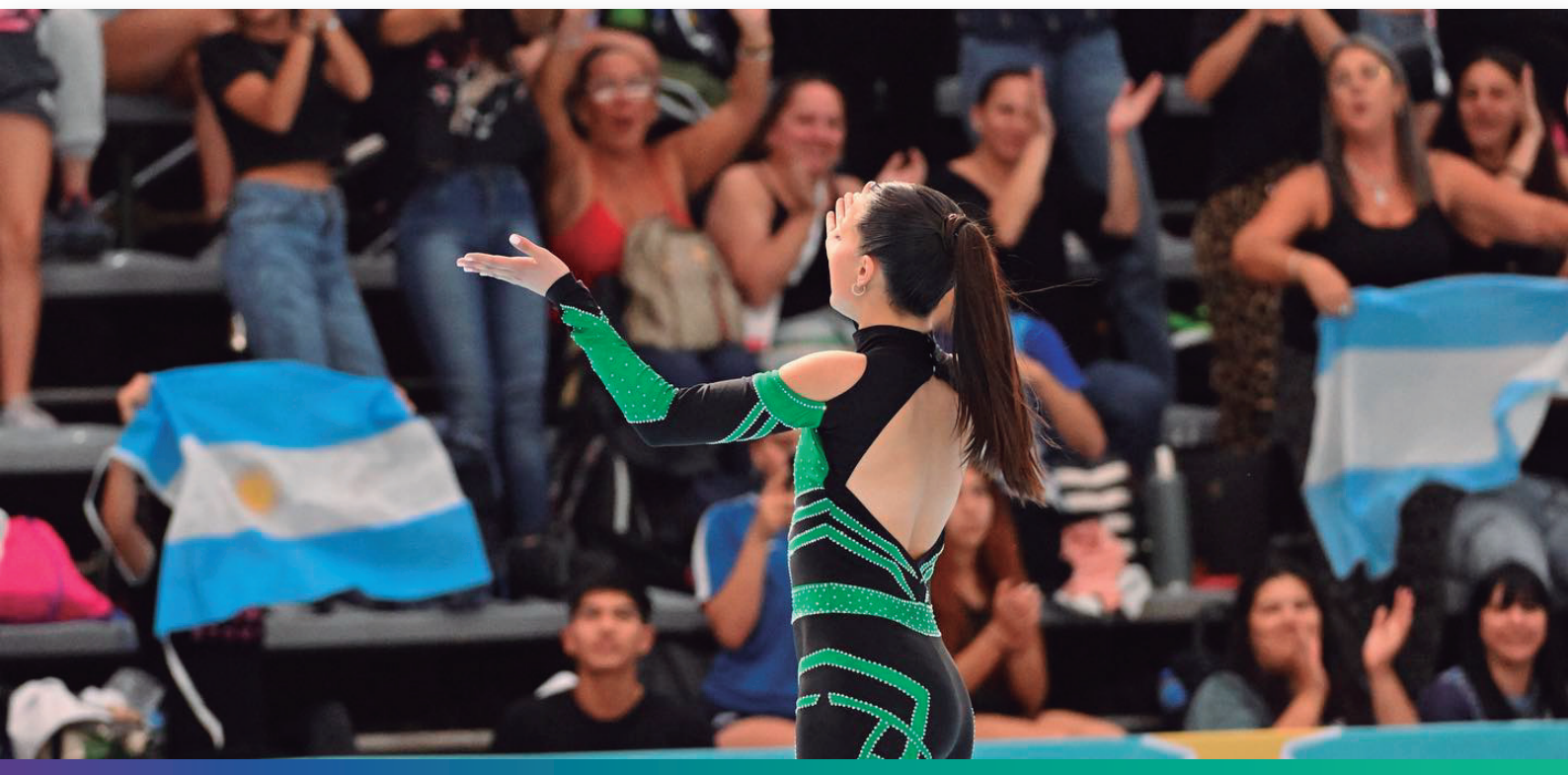
**En el Equipo de Investigación de UFLO-CAP estudiamos cómo influyen las habilidades psicológicas en el compromiso deportivo y la intención de abandono deportivo en patinadores/as artísticos de las disciplinas Libre, Danza y Figuras Obligatorias.**

Los entrenadores de la CAP compartieron las encuestas a sus atletas.

Además, se contó con la autorización de la World Skate, World Skate América y la Confederación Sudamericana de Patinaje para recolectar los datos en los campeonatos Sudamericano, Juegos Sudamericanos, Panamericano y los

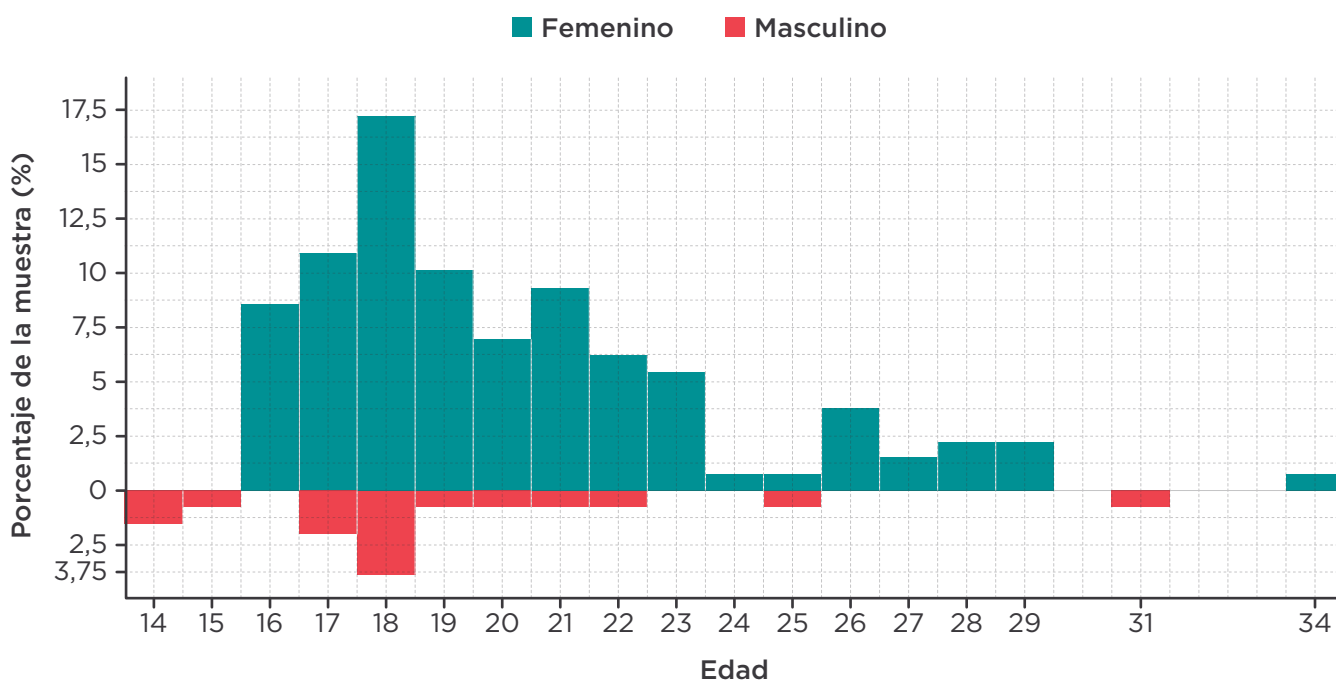
World Skate Games durante 2021 y 2022. Durante las competencias, se les explicó el proyecto a los dirigentes deportivos de los distintos seleccionados nacionales y a sus entrenadores y se compartieron códigos QR, con los cuestionarios en el idioma español y portugués, que los atletas escaneaban con sus dispositivos celulares para responder los instrumentos.

En el caso de los patinadores menores de 18 años, se solicitó que previamente los padres firmaran un consentimiento informado.

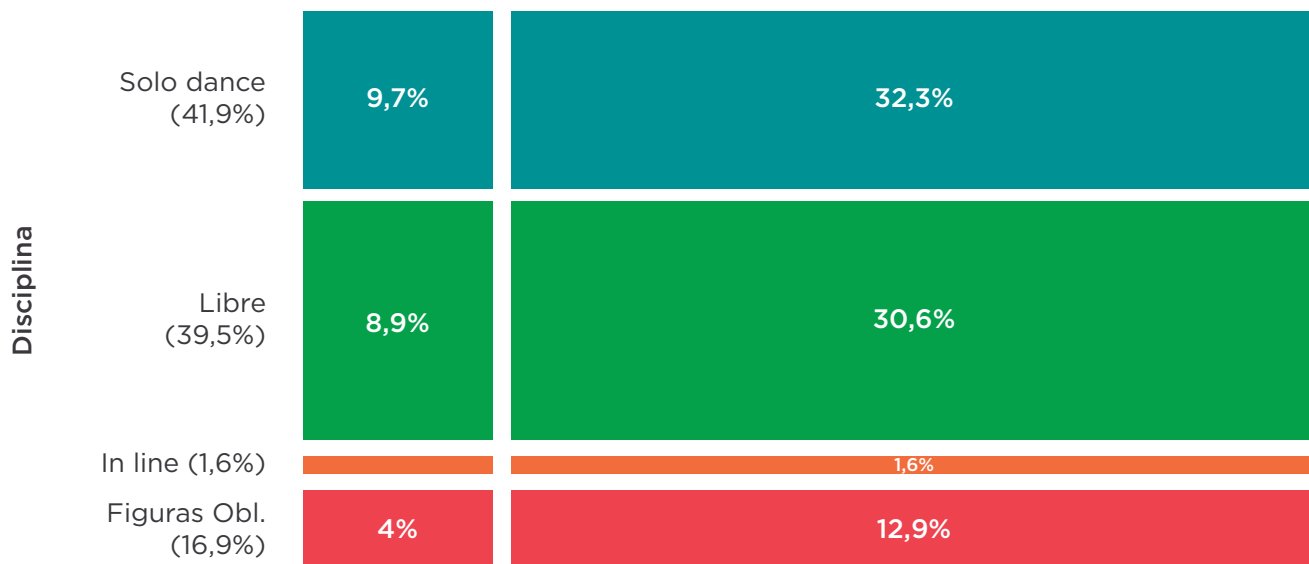


# Participantes

Participaron 194 patinadores de entre 14 y 34 años de edad. 172 de género femenino y 22 de género masculino.

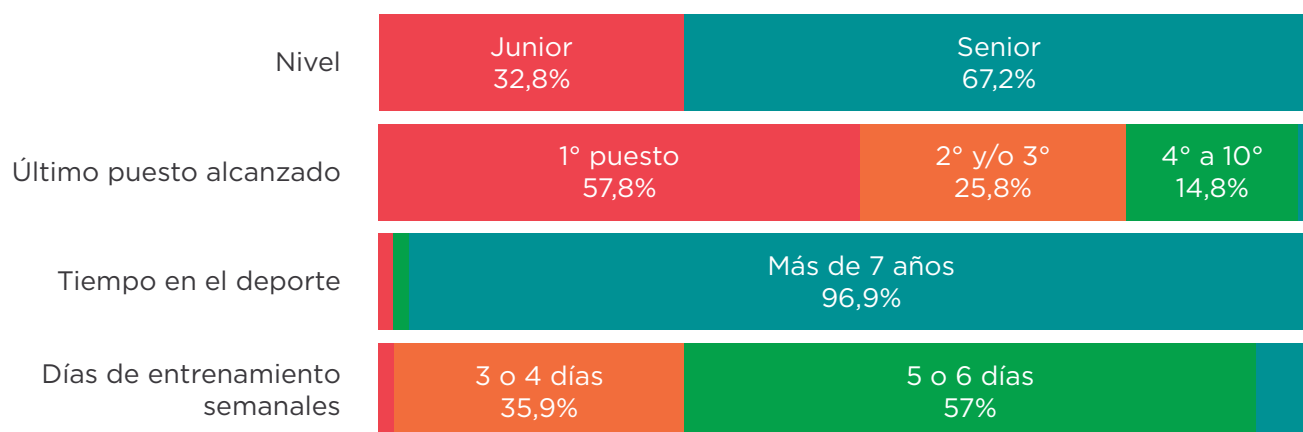


Los/as patinadores/as competían en las disciplinas Solo Dance, Libre, Inline y Figuras Obligatorias de las categorías Elite o B y Mundial WS.



# Otras características que tuvimos en cuenta

Si competían en las categorías Junior o Senior, el mejor puesto en las competencias, la cantidad de años de práctica del patinaje, y la cantidad de días semanales de dedicación al entrenamiento.



*Nota: las etiquetas omitidas por baja prevalencia son: "Ninguno (1,6%)" (Último puesto alcanzado), "Hasta 3 años (1,6%)" y "Entre 4 y 6 años (1,6%)" (Tiempo en el deporte), "Hasta 2 días (1,6%)" y "Todos los días (5,5%)" (Días de entrenamiento semanales).*



Participaron atletas de diversos países: Argentina, Bolivia, Brasil, Chile, Colombia, Ecuador, México, Paraguay y Uruguay.



# Las variables de estudio

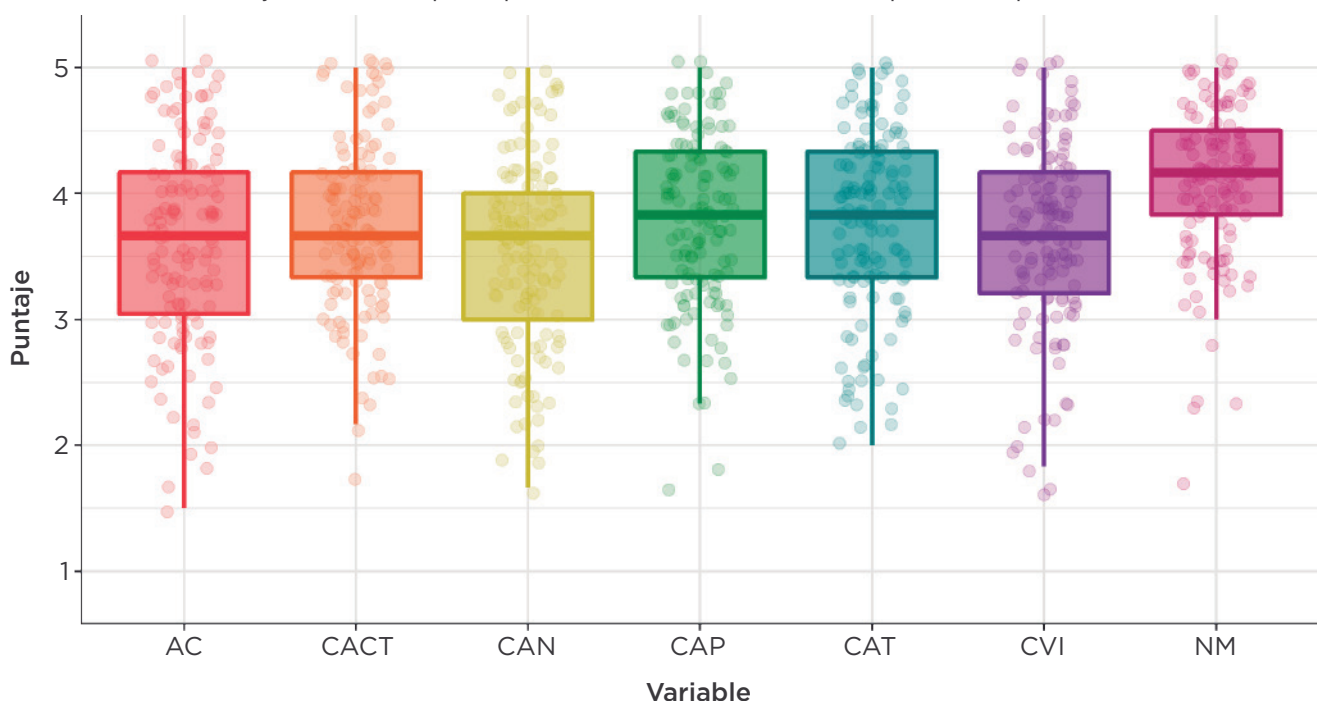
## *Habilidades psicológicas*

Las habilidades psicológicas son características del deportista que colaboran con la experiencia en el deporte. Estas habilidades pueden ser innatas pero también pueden adquirirse y mejorarse por medio de entrenamiento mental y para ello es necesario aumentar la conciencia sobre las fortalezas y debilidades mentales para luego, lograr cambios en los deportistas.

Las habilidades psicológicas propuestas por el modelo de Loher son la motivación (NM), la autoconfianza (AC), el control atencional (CA), el control de la visualización (CVI) y control actitudinal (CACT) y el control de afrontamiento positivo (CAP) y negativo (CAN).

Los resultados de la investigación mostraron que los patinadores percibían buen nivel de habilidades psicológicas

Gráficos de cajas de la autopercepción de distintas habilidades para el deporte



# Habilidades Psicológicas

## Control atencional

Lograr enfocar la atención en lo que queremos, inhibir los estímulos del entorno que no necesitamos y sostenerlo en el tiempo es clave a la hora de entrenar o competir

## Autoconfianza

Sentirse competentes o buenos en el deporte que realizamos tiene muchos beneficios.

## Motivación

El disfrute por realizar el deporte elegido es fundamental a la hora de decidir continuar entrenando o abandonar la carrera deportiva.

## Control del Afrontamiento Positivo

Es la capacidad del deportista de controlar las emociones en situaciones favorables.

La posibilidad de tomar buenas decisiones aún cuando estamos haciendo las cosas bien es tan importante como hacerlo en otras situaciones.

## Control del Afrontamiento Negativo

Es la capacidad del deportista de controlar las emociones en situaciones desfavorables.

Esto tiene influencia en la habilidad para tomar decisiones en situaciones adversas

## Control Actitudinal

Está relacionado con los hábitos de pensamientos del deportista.

Cómo nos hablamos a nosotros y lo que pensamos mientras entrenamos o competimos influye en el rendimiento.

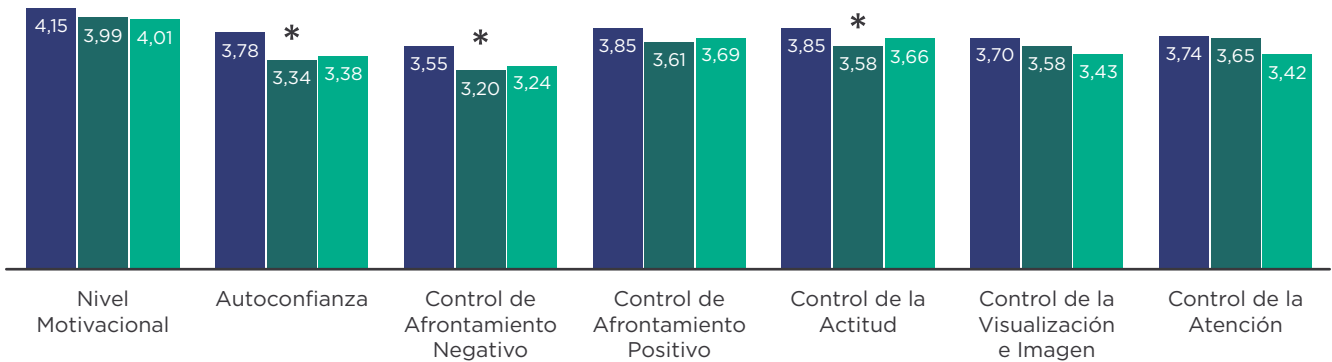
## Control Visuoimaginativo

Lograr dominar la visualización como técnica es importante. Puede influir tanto en el control emocional como en la ejecución técnica del deportista.

### Habilidades psicológicas en función del último puesto alcanzado

■ 1° puesto ■ 2° y/o 3° ■ del 4° al 10°

\* p < .05



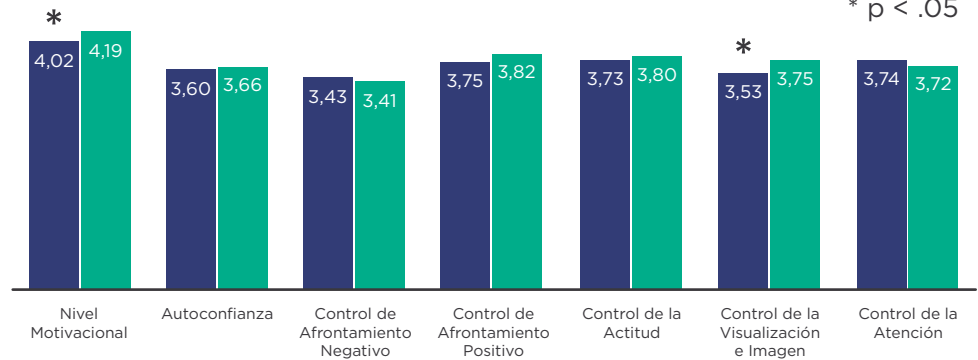
Los/as patinadores que lograron la primera posición, al menos una vez, entre 2021 y 2022 obtuvieron puntajes significativamente mayores en Autoconfianza, Control de Afrontamiento Negativo y de la Actitud.

Se encontraron diferencias significativas a favor de los/as patinadores/as que trabajan con profesionales de la psicología, en las habilidades del Control de la visualización y de la imagen y el Nivel motivacional.

### Habilidades psicológicas en función de la presencia del psicólogo/a

■ No ■ Sí

\* p < .05



Quienes competían en la categoría Mundial WS tenían mayor presencia de psicólogos/as del deporte en sus equipos que quienes competían en Elite / B.

# Intención de Abandono

Se refiere a la intención de no continuar practicando o entrenando el deporte en la siguiente temporada.

Cuando hablamos de intención pensamos en el grado en el cual las personas tienen planes de realizar o no una conducta voluntariamente (Warshaw & Devís, 1985).

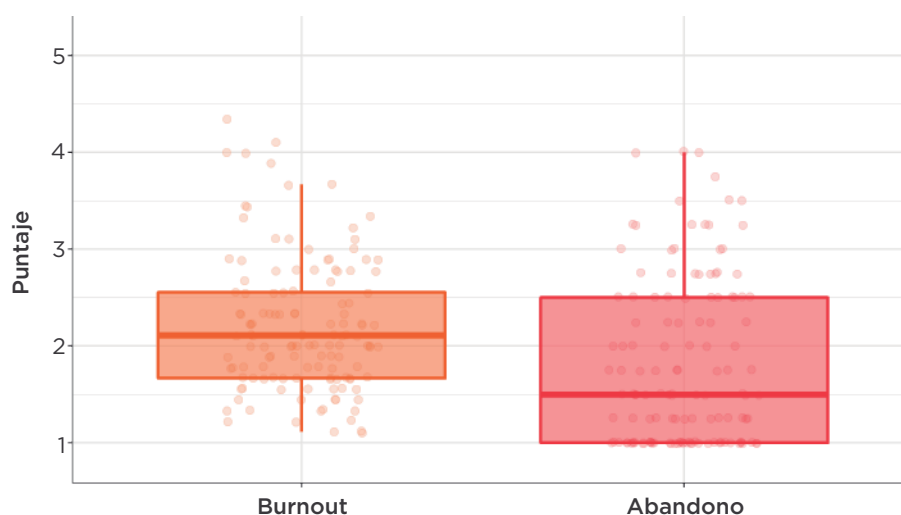
Los autores afirman que, a mayor intención en realizar una conducta, mayor probabilidad de que esta se realice.

Es por ello que es de mucha importancia identificar los factores que influyen en la intención de abandonar el deporte, y centrar la atención en el momento en el que todavía se podría evitar el abandono real.

## BurnOUT

El burnout en el deporte está definido como el agotamiento tanto físico como mental. Así como la disminución de los logros y devaluación deportiva” (Cox, 2007)

Los resultados de la investigación mostraron que los patinadores en las categorías más altas percibían baja intención de abandono y bajo burnout.



Los análisis de correlación mostraron asociaciones significativas directas de moderadas a fuertes entre todas las habilidades psicológicas para el rendimiento y el compromiso, y correlaciones inversas moderadas a fuertes con la intención de abandono del deporte. Es decir, las habilidades psicológicas se asocian a un mayor compromiso y

pueden proteger del abandono del deporte. Conocer las variables psicológicas y optimizarlas a través del trabajo de los/as profesionales de la Psicología puede permitir mejorar los procesos de entrenamiento, el bienestar y aumentar las posibilidades de éxito en la competencia deportiva.

**Agradecemos especialmente a los atletas, entrenadores y dirigentes por su valiosa participación en la investigación.**

