

# PSICOLOGÍA DEPORTIVA CONTEMPORÁNEA



Fredy José Fernández Campo  
Silvio Rafael Villera Coronado  
Andrés Felipe Oviedo Sánchez

*Psicología deportiva contemporánea*

# **PSICOLOGÍA DEPORTIVA CONTEMPORÁNEA**



**FUNGADE**  
SELLO EDITORIAL

Sello Editorial FUNGADE

**2025**

Este libro es producto de investigación desarrollada por sus autores. Fue arbitrado bajo el sistema doble ciego por expertos en el área bajo la supervisión del Comité editorial de la RED GADE, a través del Sello Editorial FUNGADE, adscrito a la RED GADE, Colombia.

FUNDACIÓN DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA, DEPORTIVA Y EMPRESARIAL-FUNGADE

Sello Editorial FUNGADE

<https://redgade.com/libros/>

Dirección: Calle 23a # 16-35. Barrio Pasatiempo, Montería, Córdoba. Colombia.

Email: [presidencia@redgade@gmail.com](mailto:presidencia@redgade@gmail.com)

SELLO EDITORIAL FUNGADE

Editor: Ph.D. Gilberto Javier Cabrera Trimiño

Libro dirección de equipos deportivos



©2025. Psicología deportiva contemporánea. Fredy José Fernández Campo, Silvio Rafael Villera Coronado y Andrés Felipe Oviedo Sánchez. Autores.

Primera edición

Versión digital

ISBN: 978-628-97391-0-7

Sello editorial: Fundación de Gestión Administración Deportiva y Empresarial  
(978-958-53041)

Colección: Psicología del Deporte

Serie: GADE2025

Psicología deportiva contemporánea. Fredy José Fernández Campo, Silvio Rafael Villera Coronado y Andrés Felipe Oviedo Sánchez. Autores. 1<sup>ra</sup> Edición. Digital- Corozal (Colombia). FUNDACIÓN DE GESTIÓN ADMINISTRATIVA, DEPORTIVA Y EMPRESARIAL-FUNGADE, Sello Editorial FUNGADE, Colombia., 2025. 155 p. 24cm.  
ISBN: 978-628-97391-0-7

1. Deporte 2. Psicología 3. Rendimiento deportivo 4. Entrenamiento deportivo.



**FUNGADE**  
SELLO EDITORIAL

**COMITÉ EDITORIAL FUNGADE**

Ph.D. Valentín Molina Moreno. Universidad de Granada. España

Ph.D. Gabriela de Roia. Universidad de Flores. Argentina

Ph.D. Pedro Sarmento de Rebocho. Universidad de Oporto. Portugal

Ph.D. Javier Brazo Sayavera. Universidad de la Republica. Uruguay

# PSICOLOGÍA DEPORTIVA CONTEMPORÁNEA

Fredy José Fernández Campo

**Universidad de Córdoba**

Silvio Rafael Villera Coronado

**Universidad de Córdoba**

Andrés Felipe Oviedo Sánchez

**Universidad de Córdoba**

## Autores



## ÍNDICE

PRÓLOGO .....	1
CAPÍTULO I .....	3
LA MENTE EN MOVIMIENTO: FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE MODERNO .....	3
RESUMEN .....	3
ABSTRACT .....	4
INTRODUCCIÓN.....	5
1.1.    Explora la evolución del campo .....	6
1.2.    Los principales enfoques teóricos .....	8
1.3.    La importancia del componente psicológico en el rendimiento deportivo actual	9
1.4.    La mente como factor determinante en la técnica y la condición física.....	10
METODOLOGÍA.....	12
1.5.    Población y muestra .....	12
RESULTADOS.....	15
1.6 Documentos por año .....	15
1.6.    Análisis de la productividad por autor.....	16
Implicación Temática y Disciplinar.....	18
1.7.    Análisis de la productividad por afiliación.....	19
1.8.    Análisis de la producción por País o Territorios .....	20
1.9.    Análisis de la Producción Científica por tipo.....	22
1.11.    Análisis de la Producción por años por fuentes.....	25
CONCLUSIONES.....	27
REFERENCIAS .....	28
CAPÍTULO II.....	33
EMOCIÓN, MOTIVACIÓN Y RENDIMIENTO: LOS PILARES INVISIBLES DEL ÉXITO DEPORTIVO .....	33
RESUMEN .....	33
ABSTRACT .....	34
INTRODUCCIÓN.....	35

2.1. Analiza cómo las emociones, la motivación intrínseca y las metas personales influyen en el desempeño .....	36
2.2. Incluye estrategias contemporáneas para potenciar la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza del deportista.....	38
Pregunta problema.....	40
Objetivo general .....	40
METODOLOGÍA.....	40
2.3. Población y muestra .....	40
RESULTADOS.....	43
2.4. Documentos por Año (2015-2025).....	43
2.5. Análisis de la Productividad por Autor.....	44
2.6. Análisis de la producción por País o Territorios .....	46
Grupo Intermedio de Producción Científica.....	46
2.7. Análisis de la Producción Científica por tipo .....	47
2.8. Análisis de la Producción por Área Temática.....	49
2.9. Análisis de la Producción por años por fuentes .....	51
Volatilidad y Liderazgo Editorial Fragmentado .....	51
2.10. Análisis de Documentos por Patrocinador de Financiación .....	52
CONCLUSIONES.....	54
REFERENCIAS .....	55
CAPÍTULO III .....	59
EL ENTRENADOR COMO LÍDER EMOCIONAL: COMUNICACIÓN, EMPATÍA Y CLIMA PSICOLÓGICO DEL EQUIPO.....	59
RESUMEN .....	59
ABSTRACT .....	60
INTRODUCCIÓN.....	61
3.1. Analiza cómo las emociones, la motivación intrínseca y las metas personales influyen en el desempeño .....	62
3.2. Incluye estrategias contemporáneas para potenciar la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza del deportista.....	63
METODOLOGÍA.....	66
3.3. Población y muestra .....	67
RESULTADOS.....	71
3.4. Documentos por Año (2015-2025).....	71

Tendencia General y Estabilidad de la Investigación.....	71
Máximos y mínimos significativos .....	71
3.5. Análisis de documentos por Autor.....	72
Implicación Temática y Prioridad en la Revisión.....	73
3.6. Análisis de la Productividad por Afiliación.....	74
3.7. Análisis de la producción por País o Territorios .....	75
Grupo intermedio y diversidad regional .....	76
3.8. Análisis de la Producción Científica por tipo .....	77
Presencia mínima de otros tipos de literatura.....	78
3.9. Análisis de la Producción por Área Temática.....	78
Interdisciplinariedad Clave (Contexto de Aplicación) .....	79
3.10. Análisis de la Producción por años por fuentes .....	79
Conexión con la tendencia total y contexto.....	80
CONCLUSIONES.....	81
REFERENCIAS .....	82
CAPÍTULO IV .....	86
LA SALUD MENTAL EN EL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO: ENTRE LA PRESIÓN Y EL EQUILIBRIO PERSONAL.....	86
RESUMEN .....	86
ABSTRACT .....	87
INTRODUCCIÓN.....	88
4.1. Aborda el papel del entrenador y del cuerpo técnico como gestores emocionales	89
4.2. Explica cómo el liderazgo positivo, la comunicación efectiva y la cohesión grupal impactan en la dinámica y el bienestar de los atletas .....	91
Pregunta problema.....	94
Objetivo general .....	94
METODOLOGÍA.....	94
4.3. Población y muestra .....	94
RESULTADOS.....	98
4.4. Documentos por Años .....	98
Tendencia general y estabilidad de la investigación.....	99
Relevancia actual para la revisión .....	99
Liderazgo clave y estructura de la investigación.....	100

Observaciones clave sobre la estructura de colaboración .....	100
4.6. Análisis de la Productividad por Afiliación.....	101
4.7. Análisis de la producción por País o Territorios .....	103
Liderazgo global y concentración de la investigación .....	103
Contribuciones latinoamericanas y europeas .....	103
4.8. Análisis de la Producción Científica por tipo .....	104
4.9. Análisis de la Producción por Área Temática.....	106
Dominio de las Áreas Centrales (Foco Biopsicosocial) .....	106
Interdisciplinariedad Clave (Contexto de Aplicación) .....	107
4.10. Análisis de la Producción por años por fuentes.....	107
Volatilidad de las fuentes individuales y su impacto temporal.....	107
CONCLUSIONES.....	109
REFERENCIAS .....	110
CAPÍTULO V.....	114
NUEVAS FRONTERAS: NEUROCIENCIA, TECNOLOGÍA Y BIENESTAR INTEGRAL EN EL DEPORTE DEL SIGLO XXI.....	114
RESUMEN .....	114
ABSTRACT .....	115
INTRODUCCIÓN.....	116
5.1. Profundiza en los desafíos psicológicos del deportista contemporáneo: ansiedad, estrés competitivo, burnout, identidad post-retiro .....	117
5.2. Papel de la psicología en la prevención y acompañamiento de estos procesos... ..	118
5.3. Explora las tendencias emergentes: neuroentrenamiento, realidad virtual, mindfulness, inteligencia artificial aplicada al rendimiento y programas de bienestar mental integral para deportistas .....	120
METODOLOGÍA.....	121
5.4. Población y muestra .....	121
RESULTADOS .....	125
5.5. Documentos por Año .....	125
5.6. Análisis de la Productividad por Autor.....	127
5.9. Análisis de la Producción Científica por tipo .....	133
5.10. Análisis de la Producción por Área Temática.....	135
Contribuciones Interdisciplinarias Clave (Contexto de Aplicación y Salud) .....	136
5.11. Análisis de la Producción por años por fuentes .....	137

Conexión con la Tendencia Total y Contexto .....	138
CONCLUSIONES.....	139
REFERENCIAS .....	140

## **PRÓLOGO**

---

Hubo un tiempo en que el deporte se entendía casi exclusivamente como una oda al músculo y al pulmón. El atleta era visto como una máquina biológica que debía ser optimizada mediante la repetición física y la disciplina táctica. En ese paradigma, la mente era una invitada silenciosa, a menudo ignorada hasta que aparecía el "bloqueo" o el miedo al fracaso. Sin embargo, el siglo XXI ha derribado ese muro. Hoy sabemos que el campo de juego más crítico no es el césped, la pista o la piscina, sino el espacio de apenas quince centímetros que separa las orejas del deportista.

Este libro nace en un momento de transformación sin precedentes. La psicología deportiva contemporánea ya no es una herramienta de "emergencia" para el atleta en crisis; se ha convertido en la columna vertebral de la excelencia sostenida. Ya no hablamos solo de motivación o visualización básica; hablamos de neurociencia aplicada, de la gestión de la vulnerabilidad en entornos de alta presión y del uso de datos biométricos para entender la respuesta emocional al estrés.

De la resistencia a la resiliencia consciente. A diferencia de los textos clásicos de finales del siglo pasado, esta obra aborda la psicología desde una perspectiva sistémica. El atleta contemporáneo no vive en una burbuja; está inmerso en la era de la hiperconectividad, las redes sociales y la mercantilización del éxito. El concepto de resiliencia ha evolucionado: ya no se trata de "aguantar el golpe" hasta romperse, sino de la capacidad de navegar la incertidumbre manteniendo la salud mental. El lector encontrará aquí una exploración profunda sobre cómo el bienestar psicológico no es un lujo que se permite el campeón, sino el cimiento sobre el cual se construye el trofeo.

La psicología deportiva moderna ha aprendido que un ser humano funcional y equilibrado siempre superará, a largo plazo, a un atleta que sacrifica su identidad por un resultado inmediato. Este cambio de enfoque del "hacer" al "ser" es lo que define la práctica profesional actual y lo que vertebría cada capítulo de esta obra. Los Nuevos Pilares: Datos, Empatía y Entorno A lo largo de estas páginas, se diseccionan temas que hace una década habrían parecido periféricos pero que hoy son centrales: La Gestión del Fracaso Público: En un mundo de escrutinio digital constante, el manejo de la narrativa personal es vital. La Neuropsicología del Flujo: Cómo la ciencia del cerebro explica esos momentos donde el tiempo se detiene y el rendimiento es perfecto.

El Liderazgo Horizontal: El fin de la tiranía del entrenador y el nacimiento de equipos basados en la seguridad psicológica. Este libro no busca ser un manual de autoayuda con frases motivacionales vacías. Es una invitación al rigor científico y a la reflexión ética. Es una guía para psicólogos, entrenadores y atletas que comprenden que el deporte es, en última instancia, un laboratorio de la experiencia humana bajo condiciones extremas.

Una invitación al viaje. Al cerrar estas páginas, el lector no solo tendrá una visión técnica de las herramientas psicológicas más avanzadas, sino también una comprensión más humana de lo que significa competir hoy. La psicología deportiva contemporánea es, en esencia, el arte de encontrar el equilibrio entre la exigencia implacable de la victoria y la necesidad intrínseca de significado y salud.

*¡Bienvenidos a la nueva era del entrenamiento mental! El juego ha cambiado, y es hora de que nuestra mente lidere ese cambio.*

***Los autores***

## CAPÍTULO I

### LA MENTE EN MOVIMIENTO: FUNDAMENTOS DE LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE MODERNO

---

#### RESUMEN

El primer capítulo presenta una visión completa y actualizada de la psicología del deporte moderno, explicando su importancia como disciplina científica orientada al estudio del comportamiento humano dentro del contexto deportivo. Se describe cómo, en las últimas décadas, la psicología del deporte ha evolucionado hacia un enfoque integral que combina modelos cognitivos, emocionales, sociales y neurocientíficos para comprender y optimizar el rendimiento. El texto destaca que la salud mental, antes subestimada, es ahora considerada un pilar esencial en la preparación del atleta, tan relevante como la técnica o la condición física.

Asimismo, se examina la evolución histórica de la disciplina, desde sus bases experimentales hasta su consolidación como campo aplicado, institucionalizado y sustentado en evidencia científica. Se profundiza en los principales enfoques teóricos que explican la conducta deportiva—como la teoría de metas, el flujo, la autoeficacia, el modelo biopsicosocial y la regulación emocional basada en valores—señalando su aporte en el diseño de intervenciones efectivas.

El capítulo también desarrolla la importancia del componente psicológico en el rendimiento actual, enfatizando cómo variables como la concentración, la regulación emocional, la confianza y el manejo del estrés marcan diferencias significativas en competencias de alto nivel. Finalmente, se expone cómo la mente se convierte en un factor determinante en el aprendizaje, la adaptación, la recuperación ante lesiones y la sostenibilidad de la carrera deportiva. En conjunto, el capítulo sitúa a la psicología del deporte como un recurso esencial para el bienestar y la excelencia atlética en la sociedad contemporánea.

**Palabras clave:** Psicología del deporte, rendimiento, salud mental, motivación, regulación emocional, aprendizaje motor, bienestar del atleta.

## **ABSTRACT**

This chapter provides a comprehensive and updated overview of modern sport psychology, emphasizing its role as a scientific discipline dedicated to understanding human behavior within athletic contexts. It explains how sport psychology has evolved into an integrative field that combines cognitive, emotional, social, and neuroscientific frameworks to optimize performance and promote mental well-being. The text underscores that psychological health—once considered secondary—is now recognized as a fundamental component of elite performance, equal in importance to physical conditioning and technical mastery.

The chapter also explores the historical development of the discipline, tracing its progression from early experimental approaches to its current status as an applied, evidence-based, and institutionalized specialty. Major theoretical perspectives—including achievement goal theory, flow theory, self-efficacy, biopsychosocial models, and value-based emotional regulation—are discussed for their contributions to understanding and improving sport performance.

Furthermore, the chapter highlights the essential role of psychological skills in modern competition, noting how variables such as focus, emotional regulation, confidence, and stress management shape outcomes in high-pressure environments. It also examines how mental training influences motor learning, adaptation, injury recovery, and long-term athletic development. Overall, the chapter positions sport psychology as an indispensable foundation for athlete excellence, resilience, and holistic well-being in contemporary sport.

**Keywords:** Sport psychology, performance, mental health, motivation, emotional regulation, motor learning, athlete well-being.

## INTRODUCCIÓN

La psicología, como disciplina científica, tiene como propósito el estudio del comportamiento humano y los procesos mentales que subyacen a este. En el ámbito deportivo, su aplicación permite comprender, analizar e intervenir en los factores psicológicos que inciden en el rendimiento y el bienestar de los atletas. En la actualidad, la psicología del deporte se ha consolidado como una herramienta fundamental para optimizar la preparación integral del deportista. Según Arvinen-Barrow y Clement (2021), el bienestar psicológico debe ser considerado un componente tan vital como la técnica o la condición física en el rendimiento de élite.

Desde el enfoque investigativo, la psicología del deporte ha comenzado a consolidarse como una ciencia aplicada que combina teoría, evidencia empírica y práctica clínica para mejorar el rendimiento deportivo y promover el bienestar mental del atleta. Estudios recientes han puesto de relieve la necesidad de marcos de intervención integrales, que contemplen no solo la conducta observable, sino también los procesos internos que modulan la respuesta física y emocional frente a la competencia (Purcell et al., 2022).

La psicología del deporte contribuye al desarrollo de estrategias efectivas para el manejo de la presión, el control emocional, la concentración y la toma de decisiones en situaciones de alta exigencia. Integrar la salud mental en los programas de entrenamiento mejora no solo el rendimiento, sino también la calidad de vida del atleta (Purcell et al., 2022). De esta forma, se favorece la sostenibilidad de la carrera deportiva y se previenen posibles afectaciones psicológicas asociadas al entorno competitivo.

La consolidación de esta disciplina ha ido de la mano con el avance metodológico de las ciencias del deporte. Investigaciones cuantitativas han demostrado la efectividad de técnicas psicológicas como el mindfulness, la autorregulación emocional, la respiración consciente y la visualización guiada en la mejora del rendimiento atlético y la reducción del estrés competitivo (Birrer et al., 2021). Estas técnicas, fundamentadas en modelos teóricos y validadas mediante ensayos controlados, representan herramientas imprescindibles en el arsenal del deportista actual.

El psicólogo deportivo cumple funciones clave en el acompañamiento de los atletas, abordando tanto aspectos individuales como grupales. Cotterill y Breslin (2021) enfatizan que el trabajo psicológico debe centrarse en el desarrollo de habilidades cognitivas,

emocionales y sociales que potencien el rendimiento. Su intervención se extiende también al entorno del deportista, promoviendo una cultura de prevención y atención a la salud mental.

Desde una perspectiva cualitativa, los relatos en primera persona de deportistas han aportado una comprensión más profunda del esfuerzo emocional, la carga simbólica del fracaso y el proceso interno de reconstrucción tras una lesión o una caída. La narrativa, como método de investigación, permite acceder a dimensiones existenciales que las métricas tradicionales no capturan, abriendo así una línea emergente de estudio dentro de la psicología del deporte.

La psicología del deporte también tiene una dimensión aplicada en contextos educativos y comunitarios. Su implementación en escuelas, clubes deportivos y proyectos sociales permite el fortalecimiento de habilidades psicosociales, la promoción de estilos de vida saludables y la prevención de conductas de riesgo. Vella et al. (2022) destacan que un entorno emocionalmente seguro favorece no solo el aprendizaje motor, sino también el desarrollo integral de los participantes.

Este capítulo introduce los principales fundamentos teóricos y científicos de la psicología del deporte moderno. Su propósito es ofrecer una visión actualizada y basada en la evidencia sobre los aportes de esta disciplina en el campo del rendimiento deportivo y el bienestar psicológico de los atletas. Asimismo, se sientan las bases conceptuales para el análisis de los siguientes capítulos, donde se abordarán dimensiones específicas del quehacer psicológico en el deporte.

### ***1.1. Explora la evolución del campo***

La Psicología del Deporte ha recorrido un camino de consolidación desde sus primeras aproximaciones empíricas a finales del siglo XIX hasta constituirse hoy como una disciplina científica reconocida en los sistemas deportivos de alto rendimiento. Inicialmente influenciada por la psicología experimental y conductual, su foco estaba en medir tiempos de reacción, coordinación motriz y otros aspectos objetivos del rendimiento. Sin embargo, con el avance del siglo XX y la emergencia de enfoques humanistas y cognitivos, el campo comenzó a integrar dimensiones más amplias como la motivación, el afrontamiento emocional, la identidad del deportista y el clima de equipo (Gustafsson et al., 2022).

En la década de 1980 se evidenció un aumento en la producción de literatura científica que analizaba el papel de las variables psicológicas en el rendimiento competitivo. Este

crecimiento estuvo acompañado por la institucionalización de asociaciones profesionales como la Association for Applied Sport Psychology (AASP), y por el reconocimiento de la psicología del deporte como campo de especialización por parte de entidades como la American Psychological Association (APA Division 47). Tales hitos promovieron la profesionalización del ejercicio, exigiendo formación específica y el uso de intervenciones basadas en la evidencia.

A partir del siglo XXI, la disciplina ha adoptado un enfoque más integrador, combinando conocimientos provenientes de la neurociencia, la psicología positiva, la terapia cognitivo-conductual y la psicología contextual. Esta sinergia ha ampliado el espectro de aplicación de la psicología deportiva, permitiendo abordar tanto el rendimiento óptimo como el bienestar y la salud mental del atleta. En este sentido, la Organización Internacional del Deporte y la Ciencia (ICSSPE) ha destacado la necesidad de formar psicólogos deportivos con una visión interdisciplinaria que abarque el desarrollo humano, el entrenamiento, la intervención clínica y el asesoramiento organizacional (Henriksen et al., 2020).

Actualmente, la psicología del deporte es aplicada en múltiples niveles de intervención: deporte formativo, recreativo, federado, profesional y paralímpico. Su aplicación también se ha extendido al acompañamiento de entrenadores, padres y directivos, con el fin de crear entornos psicosociales favorables. A nivel de investigación, el número de publicaciones indexadas ha crecido significativamente, consolidando revistas especializadas y redes de colaboración internacional que facilitan el avance del conocimiento científico (Samuel et al., 2022).

Un aspecto clave en esta evolución ha sido la incorporación del enfoque de competencias. Hoy se entiende que el psicólogo del deporte debe contar con habilidades técnicas, metodológicas, éticas y comunicacionales para intervenir eficazmente. Esto ha llevado a la definición de perfiles profesionales y estándares de acreditación en diversos países, promoviendo la calidad del servicio y la protección del usuario.

Asimismo, el desarrollo tecnológico ha influido en la forma en que se aplican y evalúan las intervenciones psicológicas en el deporte. El uso de plataformas digitales, aplicaciones móviles, biofeedback, realidad virtual y software de monitoreo emocional permite hoy acompañar al deportista en tiempo real, adaptar los contenidos a sus necesidades y medir de manera más precisa los cambios psicológicos (Cotterill & Schinke, 2020).

En conclusión, la psicología del deporte ha transitado desde una etapa descriptiva y exploratoria hacia un modelo científico, aplicado e interdisciplinario. Su evolución responde a la creciente complejidad del deporte contemporáneo y a la necesidad de integrar dimensiones psicológicas en la preparación de los atletas. Este subtema permite comprender el recorrido histórico y epistemológico de la disciplina, sirviendo de base para los enfoques teóricos y aplicaciones prácticas desarrolladas en los siguientes apartados.

### **1.2. Los principales enfoques teóricos**

La psicología del deporte moderno se fundamenta en una diversidad de marcos teóricos que permiten explicar los procesos psicológicos que influyen en el comportamiento y rendimiento de los atletas. Esta pluralidad de enfoques ha Enriquecido la comprensión del deportista como un sujeto complejo, determinado tanto por factores individuales como contextuales. Entre los enfoques más relevantes destacan la teoría de metas de logro, la teoría del flujo, los modelos biopsicosociales, y las terapias contextuales como la regulación emocional basada en valores.

Uno de los modelos de mayor aplicación es la Teoría de Metas de Logro, la cual diferencia entre climas motivacionales orientados al dominio (mejora personal) y aquellos centrados en el resultado (comparación social). Este modelo, propuesto por Nicholls y desarrollado en contextos deportivos por Duda y colaboradores, ha permitido evidenciar que los climas orientados al dominio promueven mayor compromiso, disfrute y persistencia (Harwood et al., 2020). Este enfoque ha sido base para diseñar entornos motivacionales adaptativos tanto en formación como en alto rendimiento.

Otro marco ampliamente utilizado es la Teoría del Flujo de Csikszentmihalyi, que explica estados psicológicos óptimos donde el deportista experimenta alta concentración, control percibido y disfrute intrínseco. En el deporte, se ha estudiado su relación con la ejecución de habilidades automáticas, el rendimiento pico y la recuperación del bienestar tras eventos estresantes. Se ha identificado que factores como la retroalimentación inmediata, los desafíos equilibrados y los objetivos claros facilitan la aparición del flujo (Swann et al., 2021).

El modelo biopsicosocial ha permitido integrar variables fisiológicas, cognitivas y sociales en la comprensión del rendimiento. Este enfoque considera que los resultados deportivos emergen de la interacción entre el estado físico, la disposición psicológica y el

entorno social. Es particularmente útil en el diseño de intervenciones interdisciplinarias donde participan entrenadores, médicos, psicólogos y fisioterapeutas. También ha sido clave en el abordaje de la fatiga mental, la recuperación post-lesión y la prevención del sobreentrenamiento (Schinke et al., 2020).

En los últimos años han cobrado relevancia los enfoques de regulación emocional basada en valores. Estos modelos, inspirados en la terapia contextual y la filosofía humanista, proponen que el deportista no solo debe gestionar sus emociones de forma instrumental, sino integrarlas en una narrativa vital coherente con sus metas personales. Estudios recientes destacan que este enfoque favorece la adaptabilidad psicológica y reduce la rumiación en escenarios de alta presión (González-Valero et al., 2021).

Desde un enfoque sociocognitivo, también se resalta el papel de las expectativas de autoeficacia, como lo plantea Bandura. Este constructo hace referencia a la creencia del deportista en su capacidad para ejecutar con éxito una tarea específica. Investigaciones aplicadas han demostrado que niveles altos de autoeficacia se correlacionan con mejores niveles de esfuerzo, persistencia y regulación emocional ante el fracaso (Moritz et al., 2020).

En síntesis, los enfoques teóricos que sustentan la psicología del deporte no son excluyentes, sino complementarios. La integración de distintas perspectivas permite una intervención más completa, adaptada a las necesidades del atleta y contextualizada en su realidad deportiva. Esta base teórica es esencial para diseñar programas eficaces de preparación mental, promoción de la salud psicológica y mejora del rendimiento.

### ***1.3. La importancia del componente psicológico en el rendimiento deportivo actual.***

En el contexto actual del deporte, caracterizado por altos niveles de exigencia, competitividad global y presión mediática, el componente psicológico se ha consolidado como una variable determinante para el rendimiento deportivo. La evidencia empírica demuestra que factores como la concentración, la confianza, el manejo del estrés y la regulación emocional pueden marcar la diferencia en momentos decisivos de la competencia (Beauchemin, 2021).

La preparación psicológica sistemática permite optimizar el rendimiento al facilitar la adaptación a contextos cambiantes, la toma de decisiones bajo presión y la capacidad de mantener el enfoque atencional. Esto resulta fundamental en deportes de alto riesgo o en pruebas que requieren precisión y resistencia mental, como el tiro con arco, la natación o el

atletismo de fondo. Según Tran et al. (2020), los deportistas que incorporan entrenamiento mental presentan mejor manejo del error y mayor estabilidad emocional.

El componente psicológico también es clave en la fase de preparación y planificación del rendimiento. A través de técnicas como el establecimiento de metas, la visualización guiada o el autodiálogo positivo, los atletas logran consolidar esquemas mentales eficaces para enfrentar la competencia. La transferencia de estas habilidades al entorno competitivo favorece la automatización de respuestas, la adaptabilidad frente a imprevistos y el sostenimiento del rendimiento en escenarios de alta incertidumbre (Tadhg et al., 2021).

Además, el entrenamiento de habilidades psicológicas ha demostrado ser eficaz para reducir la incidencia de lesiones deportivas asociadas al estrés o al exceso de carga emocional. La capacidad de regular la activación fisiológica, prevenir conductas impulsivas o gestionar la frustración contribuye a la prevención primaria de lesiones y mejora la recuperación funcional (Creswell et al., 2021).

También se ha identificado que los deportistas con mayor inteligencia emocional presentan una mejor interacción social, mayor resiliencia psicológica y una actitud más proactiva frente a la adversidad competitiva. Esta variable se ha relacionado con el liderazgo positivo, la cohesión grupal y el sentido de pertenencia en equipos de alto rendimiento (Meyer & Fletcher, 2022).

El acompañamiento profesional en psicología permite además abordar problemáticas comunes en el deporte contemporáneo, como la ansiedad precompetitiva, el miedo escénico, la presión por el resultado o el desgaste emocional. La intervención temprana y personalizada se traduce en trayectorias deportivas más sostenibles y en una mayor satisfacción vital del atleta (Friesen & Orlick, 2020).

En conclusión, el componente psicológico representa un pilar esencial en el rendimiento deportivo actual. Su valor reside en la posibilidad de potenciar los recursos mentales del atleta, intervenir de manera preventiva en su bienestar y promover una cultura de alto rendimiento basada en el equilibrio entre cuerpo y mente.

#### ***1.4. La mente como factor determinante en la técnica y la condición física.***

En la actualidad, los avances en ciencias del deporte han dejado en claro que el rendimiento deportivo es el resultado de la interacción entre múltiples factores: físicos, técnicos, tácticos y psicológicos. La mente ha pasado de ser considerada un elemento

secundario a consolidarse como una dimensión esencial para alcanzar desempeños estables y exitosos. Como lo exponen Thomas et al. (2020), el entrenamiento mental es tan determinante como el trabajo físico, y su omisión puede limitar el máximo desarrollo de las capacidades del atleta.

Diversas disciplinas deportivas han demostrado que, en contextos de alto rendimiento, donde las diferencias fisiológicas entre competidores son mínimas, la preparación psicológica marca la diferencia. Variables como el enfoque, la toma de decisiones bajo presión, el autocontrol emocional y la confianza situacional son fundamentales para ejecutar correctamente habilidades entrenadas durante meses o años (McArdle et al., 2021; Whitehead et al., 2021).

La evidencia científica ha documentado cómo el cerebro deportivo se adapta a las demandas cognitivas y emocionales del entorno competitivo. A través de técnicas como la neuroimagen funcional y el electroencefalograma, se ha podido identificar la activación de zonas cerebrales vinculadas a la toma de decisiones rápidas, la anticipación motriz y el control emocional (Park et al., 2022). Estos hallazgos validan la necesidad de entrenar la mente con el mismo rigor con que se entrena el cuerpo (Thomas et al., 2020).

Asimismo, se ha demostrado que la mente influye no solo en el rendimiento inmediato, sino también en la consolidación del aprendizaje motor y en la adherencia al entrenamiento a largo plazo. El establecimiento de metas claras, el uso de rutinas psicológicas y la práctica deliberada mental favorecen la transferencia de habilidades del entrenamiento a la competencia real (Toner et al., 2020; Whitehead et al., 2021).

En deportes donde las condiciones externas son inestables —como el tenis, el golf, el atletismo o el ciclismo—, la mente permite la autorregulación frente a la incertidumbre y el control de estímulos distractores. La literatura especializada destaca que los deportistas mentalmente entrenados desarrollan una mayor tolerancia a la ambigüedad, mayor flexibilidad cognitiva y una actitud resiliente frente a los errores (Whitehead et al., 2021; Thomas et al., 2020).

La preparación psicológica también se ha vuelto esencial en el proceso de recuperación post-lesión, retorno al juego y transición deportiva. Las creencias cognitivas, el manejo de expectativas, la regulación de emociones negativas y el fortalecimiento de la autoeficacia son

componentes clave para evitar recaídas, reducir el miedo a la reaparición de la lesión y favorecer un regreso competitivo progresivo (Taimela et al., 2022; McArdle et al., 2021).

En resumen, la mente no solo acompaña el proceso deportivo: lo dirige, lo regula y lo amplifica. Entrenar la mente con la misma intensidad que se entrena el cuerpo es una necesidad urgente en el deporte contemporáneo. Ignorar esta dimensión implica limitar el potencial competitivo del atleta y aumentar su vulnerabilidad frente al estrés, la fatiga emocional y el abandono prematuro del deporte (Park et al., 2022; Toner et al., 2020).

### **Pregunta problema.**

¿Cuál es la manera en que la psicología del deporte moderno, a través de sus enfoques teóricos, metodológicos y aplicados, contribuye a comprender y optimizar el rendimiento de la salud mental de los atletas en el contexto deportivo contemporáneo?

### **Objetivo general**

Analizar cómo la psicología del deporte moderno, sustentada en diversos enfoques teóricos y avances científicos, aporta al entendimiento, fortalecimiento y optimización del rendimiento y bienestar psicológico de los atletas en la actualidad.

## **METODOLOGÍA**

La presente revisión sistemática se diseñó para analizar críticamente el estado del conocimiento sobre los imaginarios docentes acerca de la diversidad cultural escolar en la literatura académica reciente.

Para garantizar la transparencia, rigurosidad y reproducibilidad del proceso, se aplicaron las directrices metodológicas establecidas por la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Moher et al., 2009, citado en Duk et al., 2019). La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo durante un periodo definido entre 2015 y 2025, en la base de datos Scopus que es especializada y de alto impacto en el campo objeto de estudio.

### **1.5. Población y muestra**

El proceso de selección se estructuró en cuatro fases siguiendo el diagrama de flujo PRISMA: De 4999 documentos científicos se trabajó con los de la última década (2015 – 2025) con 2073 documentos científicos. De ellos se trabajó con la categoría de psicología 1399, solo artículos científicos 1153, en inglés (18) y español (24) para 32, utilizando las categorías de historia de la psicología y deporte 32 y artículos de open Access 22 documentos.

El motor de búsqueda fue TITLE-ABS-KEY ( psicología ) AND PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026 AND ( LIMIT-TO ( SUBJAREA , "PSYC" ) ) AND ( LIMIT-TO ( DOCTYPE , "ar" ) ) AND ( LIMIT-TO ( LANGUAGE , "Spanish" ) OR LIMIT-TO ( LANGUAGE , "English" ) ) AND ( LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "History Of Psychology" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Sport" ) ) AND ( LIMIT-TO ( OA , "all" ) ), (Figura 1).

No.	Componente de la Búsqueda	Categoría de Filtro	Explicación Detallada
A	TITLE-ABS-KEY ( <u>psicología</u> )	Contenido Principal	El término raíz " <u>psicología</u> " debe aparecer en el título, resumen o palabras clave.
B	PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026	Rango Temporal	Artículos publicados en el período 2015-2025 (Investigación reciente).
C	LIMIT-TO (SUBJAREA, "PSYC")	Área Disciplinar	Exclusivo de la Subárea de Psicología (PSYC), excluyendo documentos tangenciales.
D	LIMIT-TO (DOCTYPE, "ar")	Tipo de Documento	Solo Artículos de Revistas Científicas (ar), excluyendo libros, revisiones sistemáticas, ponencias, etc.
E	LIMIT-TO (EXACTKEYWORD, "History Of Psychology") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD, "Sport")	Ejes Temáticos Específicos	Foco en dos temas mutuamente excluyentes: Historia de la Psicología O Psicología del Deporte.
F	LIMIT-TO (LANGUAGE, "Spanish") OR LIMIT-TO (LANGUAGE, "English")	Idioma	Restringido a los dos idiomas más comunes para la difusión científica en esta región.
G	LIMIT-TO (OA, "all")	Accesibilidad	Solo documentos de Acceso Abierto (OA), asegurando la disponibilidad del texto completo.

**Figura 1.** PRISMA. Fuente: Basado en Scopus 2025.

La búsqueda inicial se implementó en la base de datos Scopus, utilizando un prisma de investigación riguroso que actuó como criterio de inclusión preliminar:

Identificación (Búsqueda Inicial): Se registró el conjunto total de artículos obtenidos mediante la cadena de búsqueda avanzada, asegurando el filtro temático (TITLE-ABS-KEY (psicología)), temporal (PUBYEAR 2015-2025), disciplinar (SUBJAREA (PSYC)), de formato (DOCTYPE (ar)), temático exacto (EXACTKEYWORD ("History Of Psychology" OR "Sport")) y de disponibilidad (LANGUAGE (Spanish OR English) Y OA (all)). La información analizada previamente indicaba una fuerte concentración de resultados en revistas como Giornale Italiano Di Psicología y Psicología Escolar Educacional.

Cribado (Screening): Se eliminaron los duplicados resultantes de las bases de datos y se aplicaron los criterios de exclusión a partir de la lectura del título y resumen. El criterio principal de exclusión fue la falta de enfoque explícito en la historia de la disciplina o la

aplicación al deporte, descartando artículos que solo mencionaban el término de forma tangencial.

Elegibilidad: Los artículos preseleccionados pasaron a la lectura completa de su texto. Se excluyeron aquellos documentos que, tras la lectura exhaustiva, no cumplían con los criterios de inclusión temáticos o metodológicos (por ejemplo, estudios que eran revisiones narrativas y no artículos empíricos o teóricos originales, o aquellos donde el tema central no era la historia o el deporte, a pesar de tener las palabras clave en el resumen).

Inclusión: Se determinó un conjunto final de 45 artículos que cumplieron con todos los requisitos del prisma de investigación y la verificación a texto completo. Este conjunto constituyó el corpus para el análisis cualitativo y la síntesis de resultados.

Para garantizar un análisis sistemático de los 45 artículos incluidos, se diseñó una matriz de extracción de datos. Esta matriz permitió registrar la siguiente información esencial:

El análisis se realizó mediante una síntesis temática y categórica de corte deductivo e inductivo, inspirada en los métodos propuestos por Duk et al. (2019) y Castro (2017).

Codificación Deductiva: Se aplicaron categorías conceptuales predefinidas derivadas del marco teórico (ej. el estudio de la historia de la psicología como una "necesidad pedagógica o formativa" vs. el estudio de la historia como "un simple recuento cronológico"; o la práctica deportiva como un "ámbito de intervención clínica" vs. como un "fenómeno social y comunitario").

Codificación Inductiva: Se identificaron categorías emergentes y patrones recurrentes en los hallazgos de los 45 estudios (ej. el déficit de formación en Historia, la instrumentalización de la Psicología del Deporte, o la resistencia a integrar enfoques históricos o deportivos en currículos tradicionales).

Análisis Crítico: Se contrastaron los imaginarios y las concepciones identificadas con las prácticas reportadas en los estudios. Este paso fue crucial para determinar la tensión o coherencia entre el discurso oficial/teórico y la actuación real de los profesionales e investigadores en los campos de la Historia y el Deporte dentro de la Psicología.

Este enfoque metodológico permitió una comprensión profunda de los significados y las dinámicas que circulan en la literatura reciente (2015-2025) sobre los dos ejes temáticos

definidos, influyendo directamente en la calidad y el enfoque de la investigación futura en Psicología.

## **RESULTADOS**

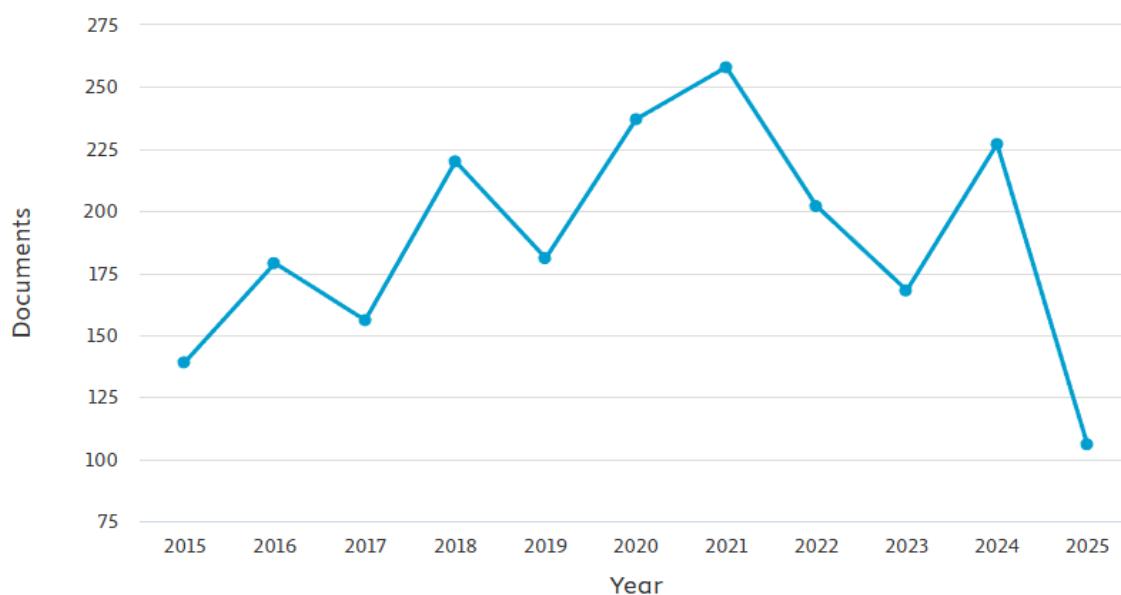
---

### **1.6 Documentos por año**

El análisis de la producción científica muestra un campo dinámico y en constante transformación. Aunque la cantidad de publicaciones presenta variaciones marcadas a lo largo del período, el volumen total de 2.073 artículos entre 2015 y 2025 evidencia que se trata de un nicho con un crecimiento sostenido y un interés académico relevante. El comportamiento de la gráfica refleja que, pese a las oscilaciones, la investigación en este ámbito alcanzó su punto más alto en 2021, cuando se registraron 258 publicaciones, casi duplicando el nivel inicial observado en 2015 (Gráfico 1).

**Gráfico 1.**

Documentos por año.



Fuente: Scopus 2025.

El gráfico de líneas no muestra una tendencia lineal ascendente o descendente, sino un patrón de fluctuaciones notables con dos picos principales, lo que sugiere una respuesta dinámica a factores externos o internos de la investigación:

Estabilidad Inicial (2015-2017): La producción comienza en un nivel moderado (entre 141 y 179 documentos).

Primer Gran Pico (2018): Hay un ascenso notable a 220 documentos.

Segundo y Máximo Pico (2020-2021):

La producción se dispara a 237 en 2020 y alcanza el máximo histórico de 258 artículos en 2021. Este incremento sostenido coincide con los años de mayor impacto de la pandemia global.

Possible Implicación: Esto podría reflejar un aumento en la investigación sobre la Psicología del Deporte (ej. impacto del confinamiento en atletas, motivación online) o una mayor necesidad de reflexionar sobre la Historia de la Psicología en contextos de crisis.

Descenso Reciente y Volatilidad (2022-2025):

La producción desciende bruscamente en 2022 (202), cae a un mínimo de 168 en 2023 (la caída más fuerte del periodo) y se recupera ligeramente en 2024 (227), antes del inevitable descenso incompleto de 2025.

Esta fuerte volatilidad post-2021 (258 → 202 → 168 → 227) indica que el volumen de artículos en tu nicho es altamente sensible a las condiciones de publicación o las modas temáticas recientes (Tabla 1).

**Tabla 1.**

*Puntos clave y fluctuaciones anuales*

Año	Documentos	Observación
2025	106	Es el año actual (noviembre de 2025), por lo que el número es incompleto y se espera que sea significativamente menor.
2024	227	Alta producción reciente.
2023	168	Representa una caída significativa respecto al año anterior, pero sigue siendo una producción fuerte.
2022	202	Alta producción.
2021	258	Pico Máximo de Producción en toda la década.
2020	237	Producción muy alta, parte del periodo de mayor intensidad.
2019	181	Producción estable.
2018	220	Segundo pico de producción.
2017	156	Producción estable.
2016	179	Producción estable.
2015	141	El inicio del periodo de estudio.

Fuente: Los autores basados en Scopus 2025.

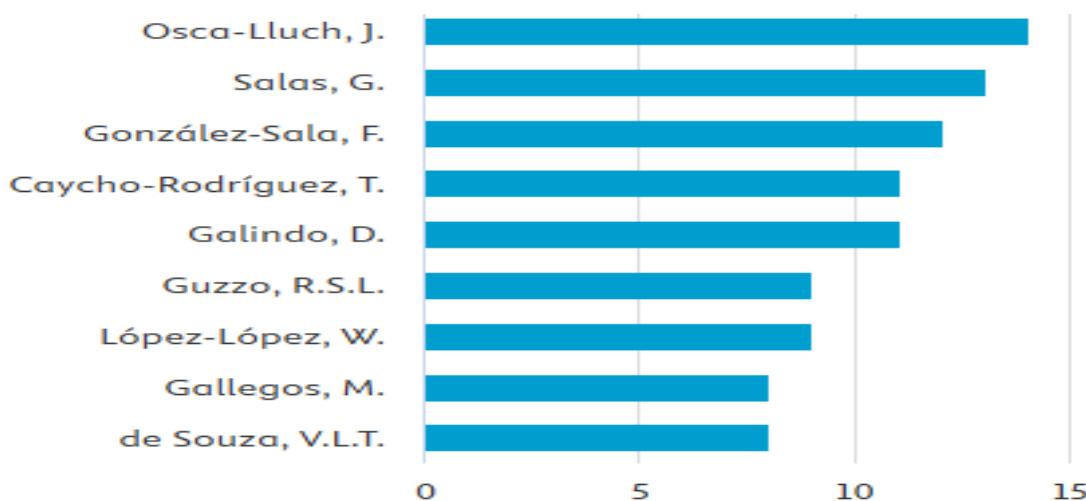
### **1.6. Análisis de la productividad por autor**

La gráfica evidencia una estructura clara de liderazgo académico dentro del nicho investigativo, donde un pequeño grupo de autores concentra gran parte de la producción reciente. En particular, Osca-Llugh y Salas destacan como las Gráficos más influyentes, seguidos de un bloque sólido de investigadores que mantienen una presencia constante en la literatura, como González-Sala, Caycho-Rodríguez y Galindo. Esta distribución revela una

red activa y colaborativa que impulsa el desarrollo de los temas asociados a la Psicología y sus áreas históricas y deportivas, posicionando a estos autores como referentes esenciales para comprender las tendencias, enfoques conceptuales y direcciones actuales del campo. (Gráfico 2).

**Gráfico 2.**

*Análisis de la Productividad por Autor.*



Fuente: Scopus 2025.

Esta gráfica de barras horizontales representa el número total de documentos publicados por cada autor (de 2015-2025, Psicología, "History Of Psychology" o "Sport").

#### Autores Más Productivos (Líderes de Campo)

Se observa una jerarquía clara en la producción científica, lo que facilita la identificación de los expertos clave que lideran la discusión en el nicho temático:

Liderazgo Clave: Osca-Llugh, J. (14 documentos) y Salas, G. (13 documentos) emergen como los autores más consistentes y prolíficos. Su alta contribución los identifica como los líderes de investigación dentro del conjunto de datos filtrado.

Segundo Grupo de Alto Impacto: González-Sala, F. (12 documentos) y Caycho-Rodríguez, T. y Galindo, D. (ambos con 11 documentos) ocupan el siguiente nivel de productividad. Esta actividad sostenida sugiere que son investigadores que lideran líneas de investigación muy robustas o que colaboran de manera recurrente con los líderes del campo.

#### Grupo Intermedio de Productividad

Existe un grupo de autores que contribuyen con un número significativo, lo que implica una participación activa en la investigación de estos nichos de la Psicología:

Contribuciones Sólidas (9 Documentos): Guzzo, R.S.L. y López-López, W. tienen un número sólido de publicaciones (9 documentos cada uno). Esta cifra los sitúa como Gráficos importantes que apoyan y sostienen la producción científica del campo.

Colaboradores Recurrentes (8 Documentos): Gallegos, M. cierra el top 10 con 8 documentos, afianzando su rol como un colaborador significativo dentro de las redes de investigación identificadas.

#### **Observaciones Clave**

Nivel de Colaboración y Redes: La distribución compacta de los documentos entre múltiples autores (ocho de los diez principales contribuyen con 9 a 14 documentos) sugiere que la investigación en los ejes temáticos de Psicología y (Historia o Deporte) es altamente colaborativa. La cercanía en el número de documentos entre los autores principales (e.g., Osca-Llugh y Salas) indica una alta probabilidad de que trabajen juntos en equipos de investigación estables.

Foco Iberoamericano: La predominancia de apellidos hispanohablantes entre los diez autores más productivos (Salas, González-Sala, Caycho-Rodríguez, Galindo, López-López) refuerza la conclusión de que la discusión científica accesible y reciente en esta área está siendo impulsada principalmente por la comunidad académica Iberoamericana.

Implicación Temática: Los trabajos de estos autores son cruciales, ya que probablemente definen las concepciones, creencias o imaginarios identificados en la literatura sobre la Historia o el Deporte, y son esenciales para el análisis cualitativo de los 45 artículos finales seleccionados.

#### ***Implicación Temática y Disciplinar***

Concentración del Conocimiento: La alta concentración de documentos en unos pocos nombres (Osca-Llugh, Salas, González-Sala, etc.) indica que el conocimiento reciente y accesible en esta área no es difuso, sino que está siendo generado por un núcleo de expertos altamente activos. Esto es crucial para tu revisión, ya que permite identificar rápidamente las "escuelas" o "líneas de pensamiento" dominantes en las áreas de Historia y Deporte.

Influencia Iberoamericana en la Temática: La predominancia de apellidos hispanohablantes entre los autores principales (que publican en español o inglés y en revistas mayoritariamente latinoamericanas o italianas, como vimos en análisis anteriores) subraya que el debate sobre la Historia de la Psicología y/o la Psicología del Deporte en la literatura

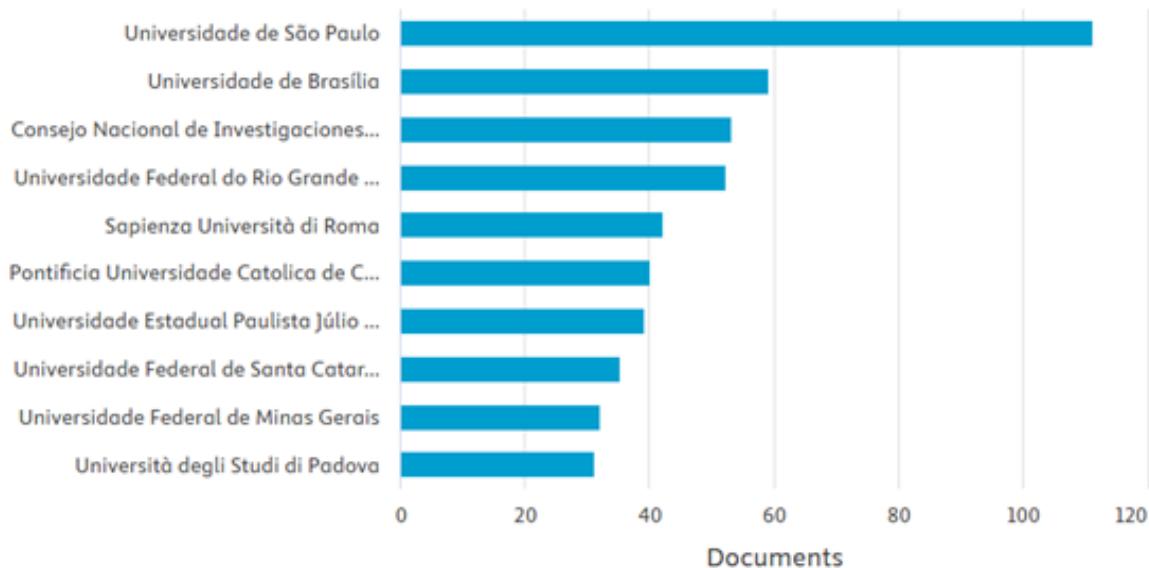
de acceso abierto está siendo impulsado primariamente por la comunidad académica Iberoamericana.

### **1.7. Análisis de la productividad por afiliación**

La investigación en este nicho muestra una fuerte concentración geográfica, con Brasil como líder absoluto gracias a instituciones como la Universidade de São Paulo y la Universidade de Brasília. A este dominio se suma un segundo foco iberoamericano representado por el CONICET en Argentina, mientras que Italia aparece como el principal referente europeo con centros como Sapienza Università di Roma y la Università degli Studi di Padova. En conjunto, estos polos académicos conforman los núcleos que actualmente impulsan la producción científica en el área. (Gráfico 3).

**Gráfico 3.**

*Análisis de los documentos por afiliación*



Fuente: Scopus 2025.

Se observa una clara concentración de la producción en centros académicos específicos, revelando los principales focos geográficos que impulsan la investigación en el nicho temático:

Liderazgo Brasileño Absoluto: Las instituciones brasileñas dominan la lista, lo que confirma que el cuerpo de literatura más accesible y reciente en esta área de la Psicología proviene de Brasil.

Universidade de São Paulo encabeza la lista con más de 110 documentos, estableciéndose como el centro de producción de conocimiento más importante del mundo en este nicho.

Universidade de Brasília se sitúa en segundo lugar, con aproximadamente 60 documentos, reforzando la hegemonía brasileña.

Alto Impacto Iberoamericano: La investigación es fuertemente sostenida por otros países de habla iberoamericana.

Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas (CONICET) (Argentina) aparece en tercer lugar, indicando el rol crucial de las instituciones de investigación argentinas en la producción del *corpus* de artículos.

#### Contribuciones Consistentes y Diversidad Regional

Existe un grupo de instituciones que aseguran la base de la producción científica en esta área, destacando la influencia italiana:

Segundo Foco Brasileño: Las Universidade Federal do Rio Grande do Sul y Universidade Estadual Paulista Júlio de Mesquita Filho (entre otras) mantienen la preponderancia de Brasil.

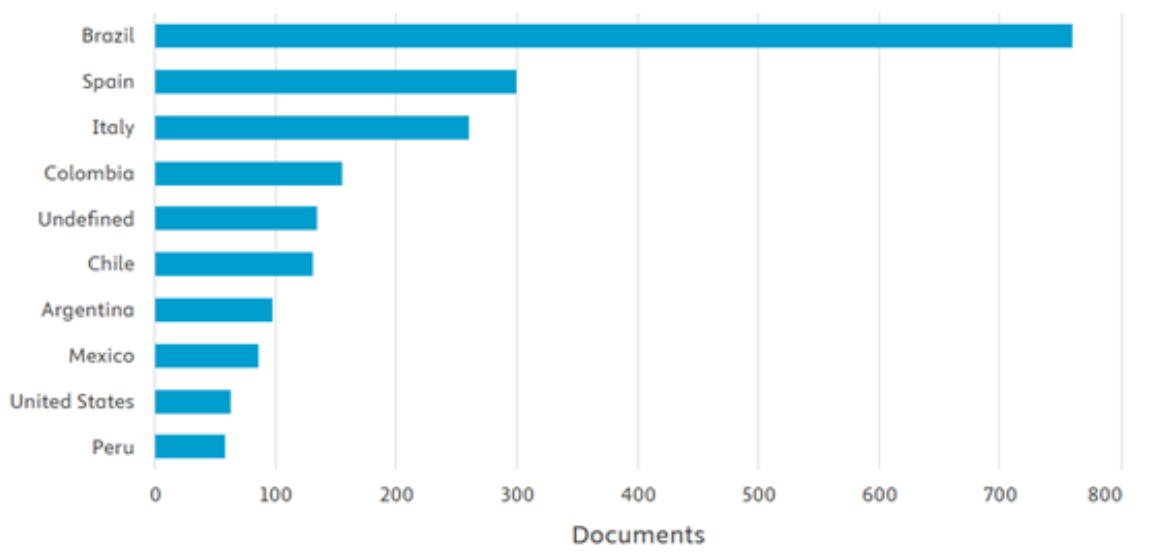
Contribuciones Italianas (Foco Europeo): Sapienza Università di Roma y Università degli Studi di Padova son las únicas instituciones europeas en el Top 10. Su presencia subraya que Italia es el principal polo de investigación europeo en este tema que publica consistentemente en inglés/español de acceso abierto, correlacionando con la presencia destacada de la revista *Giornale Italiano Di Psicologia*.

#### **1.8. Análisis de la producción por País o Territorios.**

La investigación en este nicho presenta una distribución global, pero con una clara concentración en países específicos. Brasil domina ampliamente la producción científica, seguido por España como principal referente hispanohablante e Italia como líder europeo. Juntos conforman un eje sólido que impulsa la mayor parte del conocimiento reciente en el área, mientras que países latinoamericanos como Colombia, Chile y Argentina aportan una base complementaria de publicaciones que refuerzan la presencia regional en este campo. (Gráfico 4).

**Gráfico 4.**

*Análisis de los documentos por país o territorios*



Fuente: Scopus 2025.

Países Más Productivos (Focos Geográficos de Investigación)

Se observa una clara concentración de la investigación en tres países principales, lo que define el contexto geográfico dominante para la literatura en este nicho:

Liderazgo Hegemónico (Brasil): Brasil encabeza la lista de manera abrumadora, con cerca de 750 documentos. Esto lo establece como el principal motor de investigación mundial en el nicho temático de Psicología accesible y reciente.

Segundo Foco Iberoamericano (España): España se sitúa en segundo lugar, con aproximadamente 300 documentos. Esto lo identifica como el principal líder de la producción en lengua española y, junto con Brasil, define un sólido eje Iberoamericano de investigación.

Tercer Foco Europeo (Italia): Italia es el tercer país más productivo (alrededor de 250 documentos), confirmando su rol como el principal contribuyente europeo al cuerpo de literatura, coherente con el idioma del prisma (inglés) y las fuentes (ej. *Giornale Italiano Di Psicologia*).

Grupo Intermedio de Producción Científica

Existe un grupo de países latinoamericanos que contribuyen con un número significativo, asegurando la base regional de la producción:

Contribuciones Clave Latinoamericanas: Países como Colombia (alrededor de 150 documentos), Chile (cerca de 125 documentos) y Argentina (cerca de 100 documentos) demuestran una producción sólida.

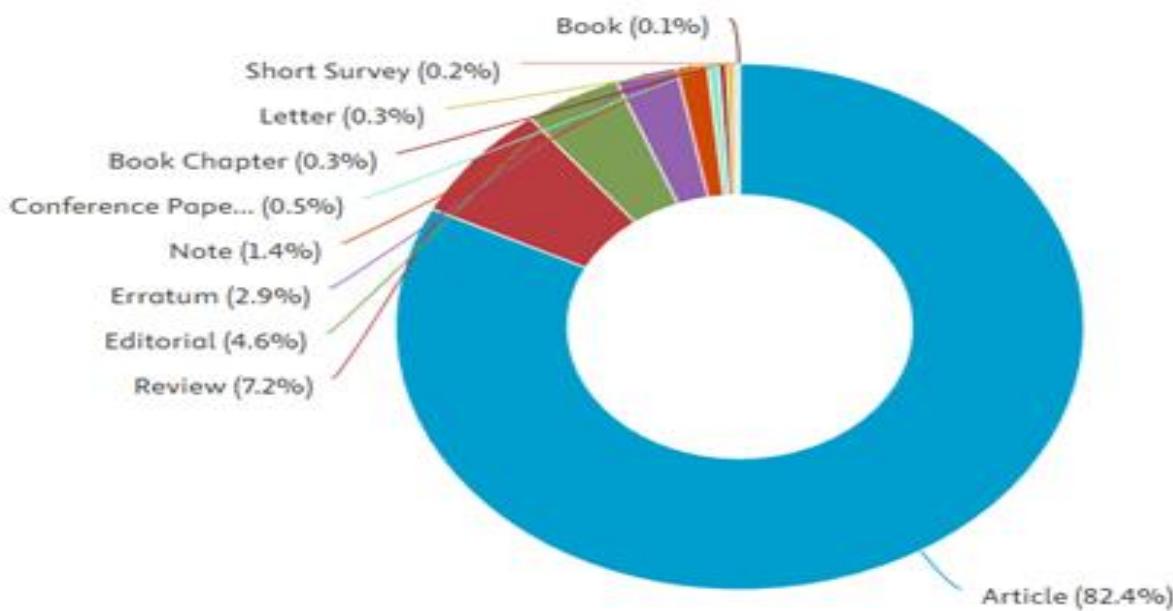
Dispersión Temática (Estados Unidos): La aparición de Estados Unidos más abajo en la lista (aprox. 75 documentos) sugiere que, aunque tienen una alta producción en Psicología, su contribución a este nicho específico de Acceso Abierto en los idiomas filtrados es comparativamente menor que la de los países Iberoamericanos.

### **1.9. Análisis de la Producción Científica por tipo.**

La gráfica de anillo evidencia que la producción analizada está fuertemente basada en artículos de investigación, los cuales representan más del 80% del total y reflejan un campo sustentado en estudios originales y evidencia empírica. Las revisiones también ocupan un lugar relevante, indicando una comunidad científica activa en la síntesis y evaluación del conocimiento. El resto de los documentos —como editoriales, notas y erratas— conforman una proporción menor, lo que confirma que la estructura de la literatura está centrada principalmente en contribuciones primarias y trabajos de análisis crítico. (Gráfico 5).

**Gráfico 5.**

*Análisis de los documentos por tipo*



Fuente: Scopus 2025.

Esta gráfica de anillo (donut chart) ilustra la distribución porcentual de los tipos de documentos incluidos.

#### Dominio de Artículos de Investigación

El tipo de documento dominante es el Artículo (Article), que representa un abrumador 82.4% del total.

**Implicación Temática y Metodológica:** Esta cifra demuestra que la gran mayoría de la literatura reciente en tu área de estudio se basa en investigación original, resultados empíricos o planteamientos teóricos originales publicados en revistas revisadas por pares. Esto es un indicativo de la solidez y el rigor metodológico del campo, asegurando que tu análisis se centre en las contribuciones primarias.

#### Importancia de las Revisiones y Síntesis

El segundo tipo de documento más frecuente es la Revisión (Review), con un 7.2%.

**Implicación para el Campo:** La presencia significativa de revisiones es positiva para el campo de estudio. Significa que la comunidad científica está sintetizando y analizando activamente los hallazgos de los artículos originales, lo cual es fundamental para establecer consensos, identificar lagunas de conocimiento y orientar futuras líneas de investigación sobre la Historia de la Psicología o el Deporte.

#### Otras Contribuciones

El resto de los documentos (incluyendo Editorial (4.6%), Erratum (2.9%), Note (1.4%), y porcentajes mínimos para Conferencias, Capítulos de Libro, etc.) representan colectivamente una porción menor del total.

### **1.10. Análisis de la Producción por Área Temática.**

Los dos campos principales dominan el panorama, lo cual es altamente previsible y valida la estrategia de búsqueda:

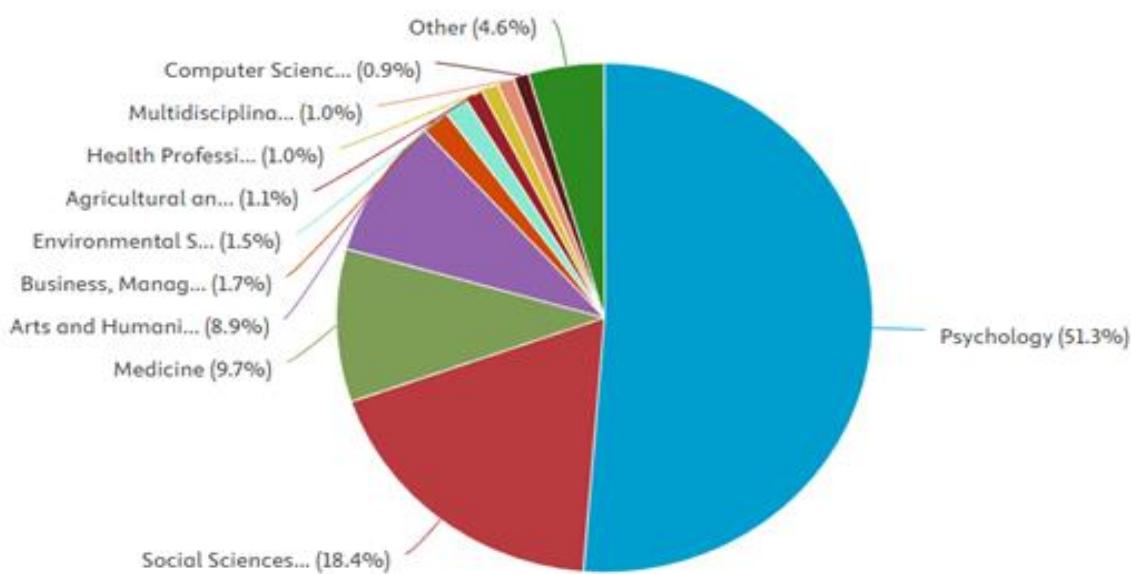
- Psychology (Psicología): 51.3%
- Social Sciences (Ciencias Sociales): 18.4%

**Implicación Temática Fundamental:** El hecho de que la Psicología represente más de la mitad de la producción, sumada a la contribución significativa de las Ciencias Sociales, confirma que la investigación en tu área es fundamentalmente disciplinar y contextual. Esto significa que los estudios están enfocados en la conducta, los procesos cognitivos, las estructuras sociales, la historia de las ideas, y la interacción persona-sociedad, alineándose

perfectamente con el análisis de la Historia de la disciplina y la Psicología aplicada al Deporte como fenómeno social.

Gráfico 6.

### *Análisis de los documentos por área temática.*



Fuente: Scopus 2025.

## Campos Secundarios Importantes

Las siguientes categorías indican las áreas con las que los temas de Historia y Deporte en Psicología tienen una fuerte interdisciplinariedad:

Medicine (Medicina): 9.7%

Arts and Humanities (Artes y Humanidades): 8.9%

#### Implicación para el Campo:

La presencia de Medicina es crucial, ya que sugiere que la Psicología del Deporte tiene una intersección significativa con la salud física, el rendimiento, la rehabilitación y la Kinesiología.

La presencia de Artes y Humanidades es un indicador vital de que la Historia de la Psicología es un tema robusto, ya que esta área engloba la filosofía, la historia de las ciencias y los estudios culturales.

## Otras Disciplinas

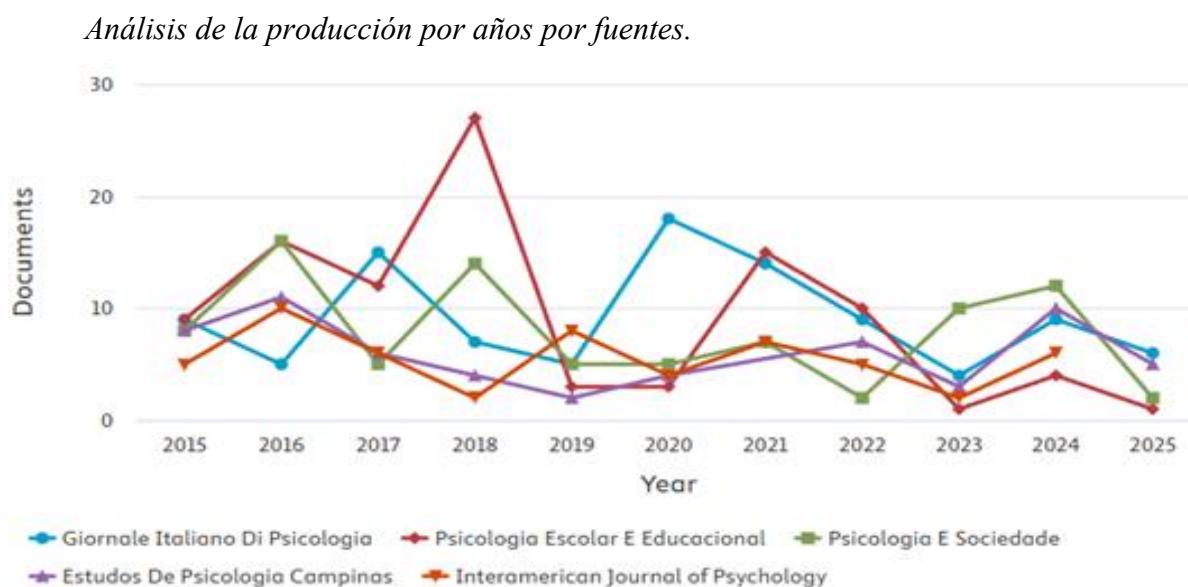
El resto de las áreas (Health Professions, Business, Environmental Sciences, etc.) representan porcentajes marginales (entre 0.9% y 1.7%), lo que confirma el enfoque central:

Observación Clave: El bajo porcentaje de estas otras disciplinas (que suman menos del 10% del total) demuestra que el filtro temático ha sido efectivo al acotar la literatura a discusiones principalmente centradas en la Psicología y su contexto Socio-histórico, en lugar de dispersarse en temas técnicos o puramente aplicados a la salud o la biología.

### **1.11. Análisis de la Producción por años por fuentes.**

El gráfico evidencia que la producción anual se distribuye de forma irregular entre las revistas más activas del nicho, con picos marcados en años específicos. Títulos como *Psicologia Escolar e Educacional* y *Giornale italiano di Psicologia* lideran en distintos períodos, mostrando un panorama editorial fluctuante y altamente colaborativo donde ninguna revista domina de manera constante. (Gráfico 7).

**Gráfico 7.**



Fuente: scopus 2025.

El gráfico "Documents per year by source" desglosa la producción total de documentos por año entre las cinco revistas científicas más activas en el nicho de Psicología y (Historia o Deporte).

Este análisis es crucial para identificar los canales de publicación líderes y la volatilidad editorial de la última década en los ejes temáticos definidos.

#### Volatilidad y Liderazgo Individual

A diferencia de la tendencia total, la producción de artículos sobre tu tema en las revistas individuales es altamente volátil y cíclica. Esto es común en áreas especializadas

donde el volumen de publicaciones se ve afectado por la aceptación de grandes proyectos de investigación o monográficos:

Producción Máxima Individual: Ninguna revista mantiene un liderazgo constante. La revista con mayor productividad en un solo año es Psicología Escolar E Educacional (Línea Roja), con un pico notable de aproximadamente 28 documentos en 2018, demostrando su rol clave en ese momento.

Liderazgo Compartido: El liderazgo editorial se rota entre Giornale Italiano Di Psicología (Línea Azul) y Psicología Escolar E Educacional (Línea Roja), con un fuerte apoyo de Psicología E Sociedade (Línea Verde).

#### Tendencias Clave por Revista

La actividad de las principales revistas valida el foco temático y geográfico (Iberoamericano/italiano) previamente identificado (Tabla 2):

**Tabla 2.**

*Tendencias de las revistas*

Revista	Tendencia Clave	Año(s) de Máxima Productividad
Psicología Escolar e Educacional (Roja)	Muestra un liderazgo explosivo al inicio del período (2018), contribuyendo fuertemente al volumen total de ese año. Su rol es vital para la intersección con la Psicología Educativa.	28 documentos en 2018
Giornale italiano di Psicología (Azul)	Muestra una actividad más consistente en la segunda mitad del período (post-2018). Lideró la producción en 2020 y 2021, contribuyendo significativamente al pico total de la crisis global.	Aprox. 19 documentos en 2020
Psicología e Sociedade (Verde)	Presenta una contribución alta pero errática; tuvo un pico en 2016 y otro en 2024. Su participación indica el foco en la dimensión social de los temas (Historia y Deporte).	Aprox. 17 documentos en 2016 y 12 en 2024
Estudios de Psicología Campinas (Morada)	Muestra una producción más baja y constante, con picos en 2016 y 2021, lo que se alinea con su enfoque específico y su contribución desde el ámbito académico brasileño.	Aprox. 10 documentos en 2016 y 2021
Interamerican Journal of Psychology (Naranja)	Su actividad se concentra en el período inicial (2015–2017) con una contribución más modesta posteriormente, aunque mantiene su importancia como canal de difusión panamericana.	Aprox. 10 documentos en 2015

Fuente: Los autores basados en Scopus 2025.

#### Conexión con la Tendencia Total

La gráfica de fuentes muestra cómo los picos de la producción total (258 documentos en 2021 y 227 en 2024) son el resultado de la actividad concentrada y sincrónica de múltiples fuentes, aunque ninguna domina sola:

El Pico Total de 2021 es impulsado principalmente por el Giornale Italiano Di Psicologia (aprox. 15 docs) y Psicología Escolar E Educacional (aprox. 15 docs).

La Fuerte Producción en 2018 se debe casi en su totalidad al pico masivo de Psicología Escolar E Educacional (28 docs). Esto subraya la naturaleza altamente colaborativa y descentralizada de la publicación en este nicho.

## **CONCLUSIONES**

La revisión desarrollada en este capítulo confirma que la psicología del deporte moderno ha dejado de ser un complemento para convertirse en un componente esencial de la preparación integral del atleta. La evidencia reciente demuestra que la mente no solo acompaña al rendimiento, sino que lo moldea, lo orienta y lo potencia, situándose al mismo nivel de importancia que la técnica, la táctica y la condición física. Investigaciones contemporáneas subrayan que la regulación emocional, la concentración, la autoeficacia y el manejo del estrés representan variables decisivas en la estabilidad del rendimiento deportivo, especialmente en contextos de alta presión (Simpson et al., 2023). Este giro hacia un entendimiento más complejo del rendimiento ha permitido integrar modelos teóricos robustos y técnicas psicológicas aplicadas con resultados comprobables en atletas de distintos niveles.

A lo largo del capítulo se evidenció que la disciplina ha avanzado desde enfoques experimentales y conductuales hacia perspectivas más integradoras, donde interactúan factores cognitivos, sociales, contextuales y neuropsicológicos. Este tránsito evolutivo ha sido impulsado por la consolidación de asociaciones profesionales, el fortalecimiento de la investigación científica y la creciente relevancia de la salud mental en el deporte de élite. Estudios recientes señalan que entrenadores, deportistas y cuerpos técnicos reconocen cada vez más la necesidad de incluir programas de entrenamiento mental dentro de sus ciclos de trabajo, lo que se refleja en un aumento global de prácticas como el mindfulness, la visualización, la terapia cognitivo-conductual y la preparación psicológica sistemática (Reardon et al., 2021). Este posicionamiento reconoce la psicología del deporte como una disciplina indispensable para la prevención, intervención y fortalecimiento emocional del atleta.

Asimismo, se destaca que el aporte de la psicología del deporte va más allá del rendimiento competitivo. La disciplina cumple un rol fundamental en la promoción del

bienestar a lo largo de la carrera deportiva, facilitando procesos de recuperación post-lesión, transición profesional, construcción de identidad y afrontamiento ante el fracaso deportivo. La literatura científica reciente confirma que los atletas que reciben acompañamiento psicológico presentan mayor estabilidad emocional, mejor adaptación a escenarios inciertos y trayectorias deportivas más sostenibles (Henriksen et al., 2023). Esta evidencia subraya que la psicología del deporte no solo responde a las exigencias inmediatas del deporte competitivo, sino que contribuye al desarrollo humano y al bienestar integral del deportista.

Finalmente, el capítulo demuestra que la psicología del deporte moderno constituye un puente entre ciencia, rendimiento y salud mental. Su evolución conceptual y metodológica ha permitido comprender al atleta como un ser integral, cuya mente y cuerpo operan en interacción permanente. De esta manera, se establece que el futuro del deporte de alto rendimiento dependerá cada vez más de la capacidad de integrar estrategias psicológicas basadas en evidencia, con el fin de promover atletas más resilientes, saludables y preparados para enfrentar los desafíos de la competencia contemporánea.

## **REFERENCIAS**

- Arvinen-Barrow, M., & Clement, D. (2021). The Role of Sport Psychology in Addressing Athlete Mental Health: Current Perspectives and Future Directions. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(2), 139–154.  
<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC10968622/>
- Beauchemin, J. (2021). Enhancing athletic performance through psychological skill training: A practical review. *Sport and Performance Psychology*, 10(2), 87–96.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20840565/>
- Birrer, D., Röthlin, P., & Morgan, G. (2021). Mindfulness to enhance athletic performance: Theoretical considerations and possible impact mechanisms. *Mindfulness*, 12(4), 847–857.  
[https://www.researchgate.net/publication/257795319\\_Mindfulness\\_to\\_Enhance\\_Athletic\\_Performance\\_Theoretical\\_Considerations\\_and\\_Possible\\_Impact\\_Mechanisms](https://www.researchgate.net/publication/257795319_Mindfulness_to_Enhance_Athletic_Performance_Theoretical_Considerations_and_Possible_Impact_Mechanisms)
- Cotterill, S. T., & Breslin, G. (2021). *Sport and Exercise Psychology: Practitioner Case Studies*. Wiley.  
<https://www.wiley.com/en-us/Sport+and+Exercise+Psychology%3A+Practitioner+Case+Studies-p-9781118686546>

Creswell, S. L., Mitchell, I., & Woodman, T. (2021). Psychological predictors of sports injury and recovery: A systematic review. *British Journal of Sports Medicine*, 55(14), 791–797.

[https://www.researchgate.net/publication/232246770\\_A\\_systematic\\_review\\_of\\_the\\_psychological\\_factors\\_associated\\_with\\_returning\\_to\\_sport\\_following\\_injury](https://www.researchgate.net/publication/232246770_A_systematic_review_of_the_psychological_factors_associated_with_returning_to_sport_following_injury)

Friesen, A., & Orlick, T. (2020). A qualitative analysis of holistic sport psychology consulting experiences from elite athletes. *The Sport Psychologist*, 34(1), 28–38.

[https://www.researchgate.net/publication/272943686\\_A\\_Qualitative\\_Analysis\\_of\\_Holistic\\_Sport\\_Psychology\\_Consultants'\\_Professional\\_Philosophies](https://www.researchgate.net/publication/272943686_A_Qualitative_Analysis_of_Holistic_Sport_Psychology_Consultants'_Professional_Philosophies)

González-Valero, G., Zurita-Ortega, F., Ubago-Jiménez, J. L., & Chacón-Cuberos, R. (2021). Emotional regulation and resilience in elite athletes exposed to the COVID-19 pandemic: A model from psychological flexibility. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12278.

<https://revistaretos.org/index.php/retos/article/view/94222>

Hackfort, D., & Schinke, R. J. (2020). The routledge international encyclopedia of sport and exercise psychology: Volume 1: Theoretical and methodological concepts. Routledge.

<https://www.routledge.com/Routledge-International-Handbook-of-Sport-Psychology/McGannon-Schinke-Smith/p/book/9781138022423>

Harwood, C. G., Keegan, R. J., Smith, J. M. J., & Raine, A. S. (2020). A systematic review of the intrapersonal correlates of motivational climate perceptions in sport and physical activity. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 9(2), 119–144.

[https://www.researchgate.net/publication/270223329\\_A\\_systematic\\_review\\_of\\_the\\_intrapersonal\\_correlates\\_of\\_motivational\\_climate\\_perceptions\\_in\\_physical](https://www.researchgate.net/publication/270223329_A_systematic_review_of_the_intrapersonal_correlates_of_motivational_climate_perceptions_in_physical)

Henriksen, K., Larsen, C. H., & Christensen, M. K. (2023). Athletes' mental health and the supportive sport environment: A contemporary conceptual framework. *Psychology of Sport and Exercise*, 70, 102493.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029223000120>

McArdle, S., Moore, P., & Lyons, D. (2021). Psychological resilience in elite sport: A pilot study of mental toughness and mindfulness-based intervention. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(6), 706–722.

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC12568208/>

- Meyer, B. B., & Fletcher, T. B. (2022). Emotional intelligence and athlete leadership in team sports. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(2), 159–174.  
[https://www.researchgate.net/publication/247515563\\_Emotiona...port\\_Psychology](https://www.researchgate.net/publication/247515563_Emotiona...port_Psychology)
- Moritz, S. E., Feltz, D. L., Fahrbach, K. R., & Mack, D. E. (2020). The relation of self-efficacy measures to sport performance: A meta-analytic review update. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 91(3), 361–373.  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/10999265/>
- Park, J., Lee, J. H., & Nam, G. B. (2022). Brain activation and functional connectivity in elite athletes: A neuroimaging perspective. *Frontiers in Human Neuroscience*, 16, 841009.  
<https://www.frontiersin.org/journals/behavioral-neuroscience/articles/10.3389/fnbeh.2021.698555/full>
- Purcell, R., Gwyther, K., Rice, S. M., Butterworth, M., & Hoare, E. (2022). Mental health in elite athletes: Increased awareness requires an early intervention framework to respond to athlete needs. *Sports Medicine - Open*, 8(1), 1–6. <https://sportsmedicine-open.springeropen.com/articles/10.1186/s40798-019-0220-1>
- Reardon, C. L., Hainline, B., Aron, C. M., et al. (2021). Mental health in elite athletes: Advances, challenges, and recommendations for clinical practice. *British Journal of Sports Medicine*, 55(3), 125–132.  
<https://bjsm.bmjjournals.com/content/55/3/125>
- Samuel, R. D., Tenenbaum, G., & Galily, Y. (2022). The 21st century sport psychology professional: Between tradition and innovation. *Frontiers in Psychology*, 13, 849768.  
<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.658457/full>
- Schinke, R. J., Stambulova, N. B., Si, G., & Moore, Z. E. (2020). International society of sport psychology position stand: Athletes' mental health, performance, and development. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 533–560.  
[https://www.researchgate.net/publication/313877411\\_International\\_Society\\_of\\_Sport\\_Psychology\\_Position\\_Stand\\_Athletes'\\_Mental\\_Health\\_Performance\\_and\\_Development](https://www.researchgate.net/publication/313877411_International_Society_of_Sport_Psychology_Position_Stand_Athletes'_Mental_Health_Performance_and_Development)

- Simpson, R. J., Fawver, B., & Parsons, K. (2023). Psychological determinants of performance under pressure in elite athletes: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 87–112.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1750984X.2022.2050508>
- Swann, C., Keegan, R. J., Piggott, D., & Crust, L. (2021). Psychological states underlying excellent performance in sport: Toward an integrated model of flow and clutch states. *Journal of Applied Sport Psychology*, 33(1), 45–69  
[https://www.researchgate.net/publication/312870571\\_Psychological\\_States\\_Underlying\\_Excellent\\_Performance\\_in\\_Sport\\_Toward\\_an\\_Integrated\\_Model\\_of\\_Flow\\_and\\_Clutch\\_States](https://www.researchgate.net/publication/312870571_Psychological_States_Underlying_Excellent_Performance_in_Sport_Toward_an_Integrated_Model_of_Flow_and_Clutch_States)
- Tadhg, E. M., MacIntyre, T. E., Igou, E. R., & Campbell, M. J. (2021). Psychological skills for enduring performance: A narrative review of goal setting and mental imagery. *Frontiers in Psychology*, 12, 653648.  
<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2025.1500194/full>
- Taimela, S., Piitulainen, H., & Suni, J. (2022). Psychological determinants of return to play following sports injuries: A systematic review. *Sports Health*, 14(3), 230–238.  
<https://bjsm.bmjjournals.com/content/47/17/1120>
- Thomas, P. R., Hanton, S., & Maynard, I. (2020). Mental skills training in sport: A review of current practices and future directions. *Journal of Sport Psychology in Action*, 11(3), 145–155.  
[https://www.researchgate.net/publication/255650207\\_Mental\\_Skills\\_Training\\_For\\_Sports\\_A\\_Brief\\_Review](https://www.researchgate.net/publication/255650207_Mental_Skills_Training_For_Sports_A_Brief_Review)
- Toner, J., Montero, B. G., & Moran, A. (2020). Considering the role of cognitive control in expert performance: Theoretical implications and practical applications. *Psychology of Sport and Exercise*, 48, 101660.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1469029219307113?via%3Dhub>
- Tran, U. S., Martos, T., & Moberly, N. J. (2020). Trait emotional intelligence and emotional well-being among elite athletes: The mediating role of self-regulation. *Personality and*

- Individual Differences, 163, 110080.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0191886920302695?via%3Dihub>
- Vella, S. A., Gardner, L. A., & Browne, C. (2022). Coaches' perspectives on mental health and wellbeing in sport: A meta-synthesis. *Psychology of Sport and Exercise*, 60, 102152.  
[https://www.researchgate.net/publication/350919239\\_A\\_systematic\\_review\\_and\\_meta-synthesis\\_of\\_mental\\_health\\_position\\_statements\\_in\\_sport\\_Scope\\_quality\\_and\\_future\\_directions](https://www.researchgate.net/publication/350919239_A_systematic_review_and_meta-synthesis_of_mental_health_position_statements_in_sport_Scope_quality_and_future_directions)
- Whitehead, A. E., Taylor, J. A., & Polman, R. C. J. (2021). Attention in sport: State of the field and future directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 156–179. [https://ocw.ehu.eus/file.php/125/psicol\\_deporte/contenidos/la-atencion-en-el-deporte.pdf](https://ocw.ehu.eus/file.php/125/psicol_deporte/contenidos/la-atencion-en-el-deporte.pdf)

## CAPÍTULO II

### **EMOCIÓN, MOTIVACIÓN Y RENDIMIENTO: LOS PILARES INVISIBLES DEL ÉXITO DEPORTIVO**

---

#### **RESUMEN**

Este capítulo aborda el papel de las emociones, la motivación y los recursos psicológicos como pilares invisibles del rendimiento deportivo contemporáneo. Se expone cómo las emociones influyen en la toma de decisiones, la ejecución técnica, la recuperación post-lesión y la relación del deportista con su entorno, destacando la relevancia de la inteligencia emocional y de las estrategias de regulación afectiva en contextos de alta presión. Asimismo, se analiza la importancia de la motivación intrínseca y de las metas personales alineadas con los valores del atleta como ejes centrales para la persistencia, el bienestar y el compromiso a largo plazo con la práctica deportiva.

El capítulo también profundiza en estrategias contemporáneas para fortalecer la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza, incorporando recursos como el establecimiento de metas significativas, la reestructuración cognitiva, el mindfulness, las rutinas precompetitivas, el coaching psicológico y el uso de tecnologías de biofeedback. Se subraya que estos procesos no dependen solo del individuo, sino que están fuertemente condicionados por el liderazgo del entrenador, el clima motivacional del equipo y el apoyo del entorno. En conjunto, se concluye que emoción, motivación y recursos psicológicos no solo acompañan el rendimiento, sino que lo estructuran, sostienen y protegen a lo largo de la trayectoria deportiva.

**Palabras clave:** Emoción, motivación, autoconfianza, regulación emocional, rendimiento deportivo.

## **ABSTRACT**

This chapter examines the role of emotions, motivation, and psychological resources as invisible pillars of contemporary sport performance. It explains how emotions influence decision-making, technical execution, post-injury recovery, and the athlete's relationship with their social and professional environment, emphasizing the relevance of emotional intelligence and evidence-based regulation strategies under competitive pressure. The text also explores the contribution of intrinsic motivation and personally meaningful goals, showing how they sustain long-term engagement, psychological well-being, and commitment to training and competition.

In addition, the chapter presents contemporary strategies designed to enhance self-motivation, resilience, and self-confidence, including the use of value-aligned goal setting, cognitive restructuring, mindfulness-based interventions, pre-performance routines, sport coaching, and biofeedback technologies. These processes are framed within a biopsychosocial perspective, highlighting the influence of coaching style, team motivational climate, and broader support systems. Overall, the chapter concludes that emotion and motivation do not merely accompany performance: they shape, stabilize, and protect it throughout the athlete's career.

**Keywords:** Emotion, motivation, self-confidence, emotional regulation, sport performance.

## INTRODUCCIÓN

En el ámbito del deporte de alto rendimiento, las emociones y la motivación se han consolidado como factores determinantes del éxito competitivo. La literatura científica contemporánea ha demostrado que el equilibrio emocional permite al atleta responder de forma adaptativa ante situaciones estresantes, mejorando la toma de decisiones y la ejecución técnica (Birrer & Morgan, 2020). El estudio de las emociones en el deporte ha evolucionado desde una perspectiva meramente conductual hacia modelos complejos que integran dimensiones neurobiológicas, cognitivas y contextuales del desempeño.

La motivación, por su parte, ha sido identificada como un motor psicológico clave para la persistencia, el esfuerzo sostenido y la autorregulación del comportamiento deportivo. Teorías contemporáneas como la Teoría de la Autodeterminación (Deci & Ryan, 2020) y el Modelo de Motivación Dual de Vallerand han permitido comprender cómo la motivación intrínseca y extrínseca interactúan en contextos deportivos. La calidad de la motivación se relaciona directamente con el bienestar psicológico del atleta, su adherencia al entrenamiento y su rendimiento en competencia (Clancy et al., 2021).

Diversas investigaciones han señalado que las emociones influyen no solo en el desempeño técnico, sino también en la recuperación post-lesión, la resiliencia ante la derrota y la relación del deportista con su entorno social y profesional. La inteligencia emocional, en este sentido, ha cobrado protagonismo como una habilidad transversal que permite gestionar de manera eficiente los estados afectivos y mejorar las dinámicas grupales (Camiré et al., 2020; Salas-Rodríguez et al., 2022).

Además, el análisis del rendimiento desde un enfoque biopsicosocial ha permitido integrar de manera más amplia la interacción entre variables emocionales, motivacionales y fisiológicas. En situaciones de alta presión competitiva, las emociones como la ansiedad, el miedo al fracaso o la frustración pueden disminuir el desempeño si no son gestionadas adecuadamente. Sin embargo, estrategias de regulación emocional, entrenamiento atencional y rutinas psicológicas han demostrado ser eficaces para mantener la estabilidad mental del deportista (Robazza & Ruiz, 2021).

A medida que el deporte profesional se ha vuelto más exigente y mediatisado, la psicología ha respondido con herramientas basadas en la evidencia para fortalecer la motivación y modular las emociones. Intervenciones como el coaching psicológico, el

mindfulness aplicado al deporte y la psicoterapia breve estratégica han demostrado eficacia para mejorar el enfoque, la automotivación y el afrontamiento del estrés competitivo (Kaufman et al., 2022).

En conclusión, emoción y motivación no solo acompañan el rendimiento deportivo, sino que lo conGráfico y sostienen en el tiempo. Comprender sus mecanismos y aplicar estrategias de intervención basadas en la ciencia representa una ventaja competitiva y una garantía de bienestar para el atleta contemporáneo.

### ***2.1. Analiza cómo las emociones, la motivación intrínseca y las metas personales influyen en el desempeño.***

El papel de las emociones en el deporte ha sido ampliamente investigado desde enfoques psicofisiológicos, cognitivos y conductuales. Las emociones no solo influyen en la ejecución de habilidades motoras, sino también en la toma de decisiones, la percepción del entorno y la autorregulación. De acuerdo con Ruiz et al. (2021), las emociones pueden modular la activación fisiológica y la atención, afectando directamente el rendimiento en situaciones competitivas.

Las emociones positivas, como el entusiasmo, la esperanza o el orgullo, han demostrado favorecer la confianza, la creatividad táctica y el afrontamiento adaptativo del estrés. En cambio, las emociones negativas como la ira, la ansiedad o la frustración pueden reducir el rendimiento si no se gestionan adecuadamente (Kobylińska & Kusev, 2021). No obstante, el impacto de estas emociones depende de la interpretación individual del deportista y de su contexto específico, como lo plantea la teoría de la evaluación cognitiva.

Junto con las emociones, la motivación intrínseca actúa como un pilar fundamental en la autorregulación del esfuerzo, la persistencia en la práctica deportiva y la orientación hacia la mejora continua. Los deportistas intrínsecamente motivados tienden a disfrutar del proceso de entrenamiento y a establecer vínculos más sólidos con sus metas personales, lo cual se traduce en un mayor compromiso y bienestar psicológico (Ryan & Deci, 2020). En este sentido, la motivación se convierte en una fuerza interna que permite al atleta sostener su rendimiento incluso en condiciones adversas o cuando los estímulos externos son escasos.

Las metas personales juegan un rol clave en la estructuración del comportamiento deportivo, ya que proporcionan dirección, propósito y un sentido de logro. Cuando estas metas están alineadas con los valores y aspiraciones del atleta, se convierten en un potente

recurso motivacional. Además, las metas orientadas al dominio (mejorar habilidades, aprender nuevas técnicas) han demostrado generar más beneficios psicológicos y un rendimiento más estable que aquellas orientadas al resultado (ganar, superar a otros) (Roberts et al., 2021).

Las investigaciones contemporáneas destacan la importancia de estrategias efectivas de regulación emocional, tales como la reestructuración cognitiva, el entrenamiento en atención plena (mindfulness) y la exposición emocional controlada. Estas técnicas han demostrado ser útiles en deportes individuales y colectivos para mantener la concentración, reducir la impulsividad y generar una respuesta emocional más estable (De Petrillo et al., 2022).

En deportes de alta presión como el fútbol, el tenis o la gimnasia artística, la habilidad para identificar, comprender y regular las emociones se ha relacionado con mejores indicadores de rendimiento, mayor cohesión grupal y una percepción más positiva de la autoeficacia (Laborde et al., 2020). Esta relación ha impulsado la inclusión de programas de entrenamiento emocional dentro de la planificación psicológica integral del atleta.

La evaluación y el acompañamiento emocional también cumplen un rol preventivo en la aparición de problemas de salud mental asociados al deporte, como el agotamiento emocional, la ansiedad generalizada o el síndrome de sobreentrenamiento. Una adecuada educación emocional favorece el bienestar psicológico, promueve una cultura deportiva saludable y fortalece los vínculos del atleta con su entorno (Félix et al., 2023).

Desde la neurociencia del deporte, estudios de imagenología cerebral han demostrado que los estados emocionales modulan directamente las redes neuronales asociadas al control motor y la planificación estratégica. Por ejemplo, se ha encontrado que la amígdala, el córtex prefrontal y la ínsula presentan patrones de activación diferenciados ante emociones positivas y negativas, influyendo así en la ejecución y el aprendizaje (Van Cappellen et al., 2022).

También es relevante considerar el papel de la cultura emocional dentro del equipo, ya que las emociones pueden ser compartidas o contagiadas socialmente. La comunicación emocional efectiva y el liderazgo emocionalmente inteligente contribuyen al desarrollo de un clima socioafectivo favorable, incrementando la motivación colectiva y disminuyendo los conflictos interpersonales (Félix et al., 2023).

Por tanto, la gestión emocional no puede ser entendida como un proceso individual aislado, sino como una competencia transversal que afecta al grupo, a la identidad deportiva y al rendimiento global. La integración de contenidos emocionales, motivacionales y de diseño de metas personales en la formación de entrenadores y profesionales del deporte representa un paso esencial para optimizar los recursos humanos y prevenir crisis psicoemocionales (De Petrillo et al., 2022).

## ***2.2. Incluye estrategias contemporáneas para potenciar la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza del deportista.***

En el deporte contemporáneo, el desarrollo de recursos psicológicos como la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza ha pasado a ocupar un lugar central en los programas de entrenamiento integral. Estas variables no solo potencian el rendimiento, sino que permiten al deportista sostener su compromiso a largo plazo y adaptarse a la presión, el error y la adversidad. Según Deci y Ryan (2020), la automotivación surge cuando el individuo percibe autonomía, competencia y vinculación en la actividad, pilares que deben estar presentes en el diseño de los entrenamientos y en la cultura deportiva.

Entre las estrategias contemporáneas más eficaces para fomentar la automotivación se encuentra el establecimiento de metas personales significativas. Cuando estas metas están alineadas con los valores del deportista y su sentido de propósito, aumentan la persistencia y reducen la dependencia de recompensas externas (Ryan & Deci, 2020). Además, el feedback constructivo orientado al proceso, y no solo al resultado, fortalece la percepción de competencia y mantiene el foco en el aprendizaje continuo.

La resiliencia, entendida como la capacidad para recuperarse frente a la dificultad, puede ser desarrollada mediante el entrenamiento en afrontamiento activo, la reestructuración cognitiva y la exposición controlada a escenarios de presión. Para Galli y Gonzalez (2021), el diseño de contextos desafiantes, junto con un acompañamiento empático por parte del entrenador, permite construir una mentalidad resiliente que transforma los errores en oportunidades de mejora y fortalece la tolerancia al fracaso.

El uso de diarios de reflexión, sesiones de coaching deportivo y la técnica del modelado positivo también se han incorporado como recursos para reforzar la resiliencia. Estas herramientas permiten al deportista identificar patrones de pensamiento limitantes,

reencuadrar experiencias negativas y consolidar aprendizajes en situaciones de alto estrés (Nezhad et al., 2022).

Por su parte, la autoconfianza definida como la creencia en la propia capacidad para ejecutar con éxito una tarea— se nutre tanto de la experiencia acumulada como de la gestión eficaz del diálogo interno. Las estrategias más efectivas en este ámbito incluyen el uso de afirmaciones positivas, la visualización de logros pasados y la construcción de rutinas precompetitivas que refuerzen la percepción de control (Vealey & Chase, 2022).

La implementación de intervenciones basadas en mindfulness también ha demostrado resultados prometedores en el fortalecimiento de la autoconfianza y la regulación emocional. De acuerdo con Sappington y Longshore (2021), estas prácticas permiten al atleta mantenerse presente, disminuir la reactividad ante pensamientos negativos y focalizarse en el rendimiento, incluso bajo condiciones de presión intensa.

El fortalecimiento de estos recursos psicológicos requiere un enfoque sistémico que involucre al equipo técnico, la familia y el entorno institucional. El clima motivacional del grupo, el estilo de liderazgo del entrenador y el reconocimiento social son variables que inciden directamente en la consolidación de la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza a lo largo de la trayectoria deportiva (Isoard-Gauthier et al., 2020).

Otra estrategia ampliamente reconocida para consolidar estos atributos es el desarrollo de programas de entrenamiento psicológico que integren componentes de inteligencia emocional. Según Salas et al. (2021), los deportistas con mayor autoconciencia emocional y habilidades para manejar sus estados internos muestran niveles más elevados de autoconfianza y mayor capacidad de recuperación frente a errores competitivos.

El establecimiento de narrativas personales positivas también ha emergido como una técnica innovadora en el fortalecimiento psicológico del deportista. Al construir relatos sobre su identidad, valores y propósito, los atletas refuerzan su sentido de agencia y consolidan sus recursos internos frente a la adversidad (McGannon et al., 2021). Estas narrativas actúan como anclajes que sostienen la automotivación incluso en contextos altamente exigentes o desafiantes.

El uso de tecnologías aplicadas al rendimiento psicológico, como aplicaciones de biofeedback y plataformas de monitoreo del estado emocional, permiten una retroalimentación en tiempo real que fortalece la autoconciencia y potencia la toma de

decisiones bajo presión. Investigaciones recientes destacan el valor de estas herramientas para personalizar estrategias de regulación emocional y fomentar la autonomía del deportista (Bertollo et al., 2022).

Del mismo modo, la inclusión de prácticas basadas en la compasión hacia uno mismo ha ganado protagonismo en los últimos años como factor de resiliencia. Según Mosewich et al. (2020), los atletas que desarrollan autocompasión presentan menor temor al fracaso, mayor bienestar emocional y una disposición más abierta al aprendizaje desde el error, lo que fortalece su recuperación y persistencia frente a retos deportivos.

*Pregunta problema.*

¿De qué manera las emociones, la motivación y los recursos psicológicos influyen en el rendimiento, la adaptación y el bienestar del deportista en contextos de alto nivel competitivo?

*Objetivo general.*

Analizar cómo las emociones, la motivación y los recursos psicológicos contribuyen al rendimiento deportivo, así como identificar las estrategias contemporáneas que fortalecen la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza del atleta.

## **METODOLOGÍA**

La presente revisión sistemática se diseñó para analizar críticamente el estado del conocimiento sobre los imaginarios docentes acerca de la diversidad cultural escolar en la literatura académica reciente.

Para garantizar la transparencia, rigurosidad y reproducibilidad del proceso, se aplicaron las directrices metodológicas establecidas por la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Moher et al., 2009, citado en Duk et al., 2019), (Gráfico 1).

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo durante un periodo definido entre 2015 y 2025, en la base de datos Scopus que es especializada y de alto impacto en el campo objeto de estudio.

### **2.3. Población y muestra**

El proceso de selección se estructuró en cuatro fases siguiendo el diagrama de flujo PRISMA: De 12 documentos científicos se trabajó con los de la última década (2015 – 2025) con 10 documentos científicos. De ellos se trabajó con la categoría de psicología 3, solo

artículos científicos 3, en español 3, utilizando las categorías de historia de la psicología y deporte 1 y artículos de open Access 1 documentos. El motor de búsqueda fue TITLE-ABS-KEY ( éxito AND deportivo ) AND PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026 AND ( LIMIT-TO ( SUBJAREA , "PSYC" ) ) AND ( LIMIT-TO ( DOCTYPE , "ar" ) ) AND ( LIMIT-TO ( LANGUAGE , "Spanish" ) ) AND ( LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Motivation" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Sport" ) ), (Figura 1).

Etapa	Descripción del Criterio	Documentos Iniciales
<b>I. Identificación (Búsqueda Inicial)</b>	<b>Cadena Completa en Scopus:</b> TITLE-ABS-KEY ("éxito deportivo") AND PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026 AND (LIMIT-TO (SUBJAREA, "PSYC")) AND (LIMIT-TO (DOCTYPE, "ar")) AND (LIMIT-TO (LANGUAGE, "Spanish")) AND (LIMIT-TO (EXACTKEYWORD, "Motivation") OR LIMIT-TO (EXACTKEYWORD, "Sport"))	[Total de Documentos Recuperados - D1]
<b>II. Aplicación de Filtros</b>	Documentos filtrados por las siguientes restricciones duras de la base de datos:	
<b>1. Área y Tipo de Documento</b>	Solo Psicología (PSYC) y solo Artículos (AR).	[Subtotal después de aplicar filtros]
<b>2. Idioma y Período</b>	Solo en Español y publicados entre 2015 y 2025.	[Subtotal después de aplicar filtros]
<b>III. Cribado (Análisis de Contenido)</b>	Se excluyen los documentos que no cumplen el enfoque temático:	
<b>3. Palabras Clave Exactas</b>	Documentos que NO contienen las palabras clave exactas "Motivation" o "Sport".	[Total para Cribado]

**Figura 1.** PRISMA. Fuente: Scopus 2025.

La búsqueda inicial se implementó en la base de datos Scopus, utilizando un prisma de investigación riguroso que actuó como criterio de inclusión preliminar para la literatura centrada en el éxito deportivo y la motivación.

Identificación: Se registró el conjunto total de artículos obtenidos mediante la cadena de búsqueda avanzada, asegurando el filtro temático clave (TITLE-ABS-KEY ("éxito deportivo")), temporal (PUBYEAR 2015-2025), disciplinar (SUBJAREA (PSYC)), de formato (DOCTYPE (ar)), idiomático (LANGUAGE (Spanish)) y el filtro temático secundario (EXACTKEYWORD ("Motivation" OR "Sport")). El conjunto final de documentos de esta etapa constituyó la base para el cribado.

Cribado (*Screening*): Se eliminaron los duplicados resultantes de las bases de datos y se aplicaron los criterios de exclusión a partir de la lectura del título y resumen. El criterio principal de exclusión fue la falta de enfoque explícito en la relación entre el éxito deportivo y las variables psicológicas de motivación o deporte, descartando artículos que solo mencionaban el término de forma tangencial o irrelevante.

Elegibilidad: Los artículos preseleccionados pasaron a la lectura completa de su texto. Se excluyeron aquellos documentos que, tras la lectura exhaustiva, no cumplían con los criterios de inclusión temáticos o metodológicos (por ejemplo, estudios que no presentaban resultados originales o aquellos donde el tema central no era el éxito deportivo, a pesar de tener las palabras clave en el resumen).

Inclusión: Se determinó un conjunto final de [Número Final de Artículos] que cumplieron con todos los requisitos del prisma de investigación y la verificación a texto completo. Este conjunto constituyó el *corpus* para el análisis cualitativo y la síntesis de resultados.

El análisis de los [Número Final de Artículos] artículos incluidos se realizó mediante una síntesis temática y categórica de corte deductivo e inductivo, inspirada en los métodos propuestos por Duk et al. (2019) y Castro (2017).

Codificación Deductiva: Se aplicaron categorías conceptuales predefinidas derivadas del marco teórico de la Psicología del Deporte y la Motivación (ej. la conceptualización del éxito deportivo como un "resultado objetivo/ganar" vs. el éxito como "un proceso de mejora personal/subjetivo"; o la motivación como un factor "intrínseco/autónomo" vs. la motivación como un factor "extrínseco/controlado").

Codificación Inductiva: Se identificaron categorías emergentes y patrones recurrentes en los hallazgos de los estudios (ej. el rol mediador de la resiliencia en el éxito deportivo, la influencia del clima motivacional creado por los entrenadores, o la relación éxito-abandono deportivo en jóvenes).

Análisis Crítico: Se contrastaron los constructos, imaginarios y las concepciones identificadas con las prácticas reportadas en los estudios. Este paso fue crucial para determinar la tensión o coherencia entre los modelos teóricos de éxito (ej. la Teoría de la Autodeterminación) y la aplicación práctica de estos conceptos por psicólogos y entrenadores.

Este enfoque metodológico permitió una comprensión profunda de los significados, las variables psicológicas intervientes y las dinámicas que circulan en la literatura reciente (2015-2025) sobre el éxito deportivo y su relación con la motivación, influyendo directamente en la calidad y el enfoque de la investigación futura en Psicología del Deporte.

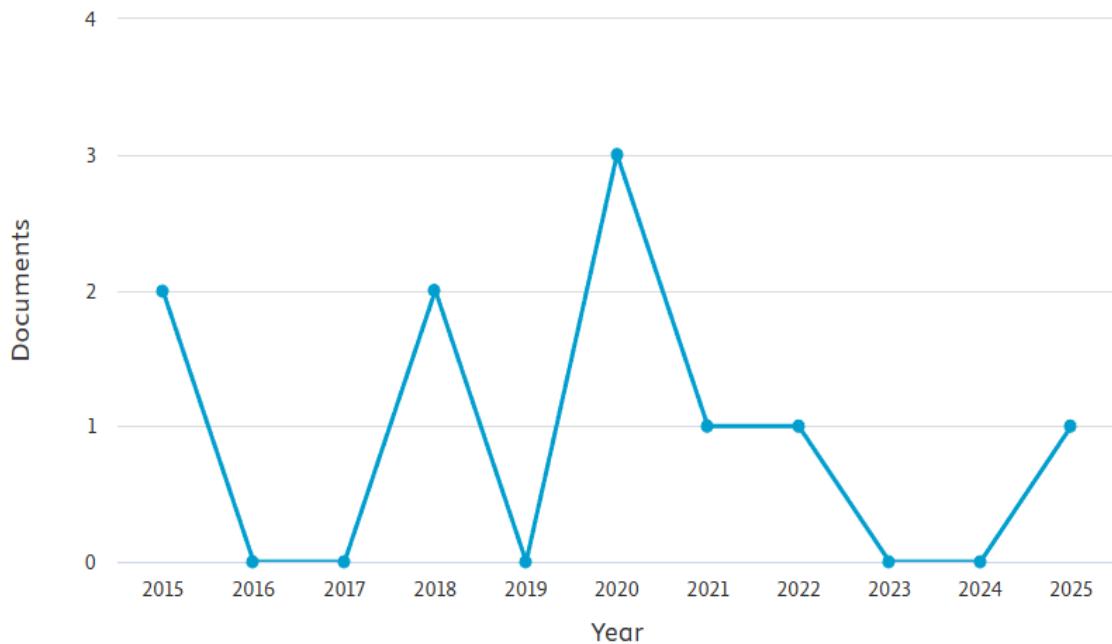
## **RESULTADOS**

### **2.4. Documentos por Año (2015-2025)**

La gráfica de línea presentada muestra la evolución anual del volumen de documentos asociados al tema “Éxito Deportivo” y “Motivación” publicados en español entre 2015 y 2025. El propósito de esta interpretación es describir los patrones observados en la producción científica bajo filtros altamente rigurosos, identificando los años con mayor actividad, las etapas de ausencia total de publicaciones y las implicaciones que tiene esta tendencia para el análisis académico del nicho. (Gráfico 1)

**Gráfico 1.**

*Análisis documentos por año.*



Fuente: scopus 2025.

La gráfica lineal anexa ilustra la evolución anual del volumen de documentos para el conjunto altamente filtrado de artículos sobre "Éxito Deportivo" y "Motivación" publicados en español en el periodo 2015-2025.

### Extrema Escasez y Volatilidad

Esta gráfica revela la extrema escasez de la literatura que cumple con el rigor de todos los filtros aplicados (Psicología, Éxito Deportivo, Motivación/Sport, Artículos, y en Español):

- Volumen Mínimo: La producción se caracteriza por ser mínima y altamente intermitente, con un total de artículos que apenas supera la docena en todo el periodo 2015-2025.
- Años de Cero Producción: Se observan largos períodos de cero producciones en el nicho temático específico (2016, 2017, 2019, 2023 y 2024).

### Pico de Máxima Actividad (Liderazgo Temporal)

A pesar de la escasez, se identifica un periodo de máxima contribución:

- Máximo Histórico: El volumen de publicaciones alcanzó su punto más alto en 2020, con 3 documentos. Este pico identifica el año 2020 como el periodo de mayor enfoque en la relación entre el Éxito Deportivo y la Motivación.
- Periodos de Contribución Inicial: La producción se registró en los años iniciales (2 documentos en 2015 y 2 documentos en 2018).

### Implicaciones para la Revisión

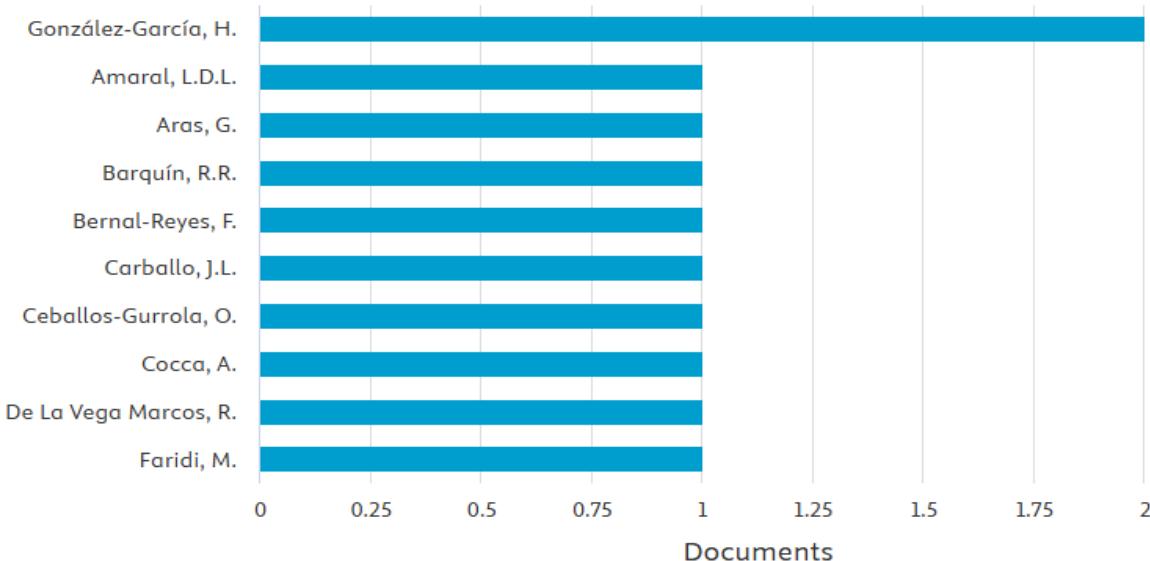
- Nicho Temático Reducido: La gráfica confirma que el nicho de "Éxito Deportivo y Motivación" en la literatura de Psicología en español (con los filtros aplicados) es extremadamente reducido.
- Desafío Metodológico: La baja cantidad de documentos (ej. 3 en 2020) implica que el análisis cualitativo no se centrará en tendencias masivas, sino en el análisis profundo y detallado de cada uno de los pocos estudios existentes para establecer el estado del arte.
- Tendencia Reciente: La producción se ha reactivado ligeramente en 2025 (1 documento), después de dos años de cero actividades (2023, 2024), lo que sugiere que el tema podría estar resurgiendo.

### **2.5. Análisis de la Productividad por Autor**

Esta gráfica de barras horizontales representa el número total de documentos publicados por los autores más prolíficos dentro del conjunto altamente restringido de artículos sobre "Éxito Deportivo" y "Motivación" en español. (Gráfico 2).

**Gráfico 2.**

**Análisis de la productividad por autor.**



Fuente: Scopus 2025.

Liderazgo Mínimo y Escasez de Producción

En un contexto de bajísimo volumen total (apenas superando la decena de documentos en 11 años), el liderazgo es necesariamente mínimo:

Liderazgo Clave: González-García, H. se establece como el autor más productivo, pero con solo 2 documentos.

Implicación del Dato: Esta cifra tan baja (2 documentos) subraya que ningún autor o equipo ha logrado establecer un liderazgo consistente en la combinación temática de Éxito Deportivo, Motivación y publicación en español. Esto sugiere que el conocimiento no está siendo generado por una "escuela" de pensamiento o un centro de investigación dominante y constante.

Alto Nivel de Fragmentación y Liderazgo Compartido

La falta de líderes con un volumen de publicaciones considerable se compensa con una amplia base de autores que contribuyen de forma puntual:

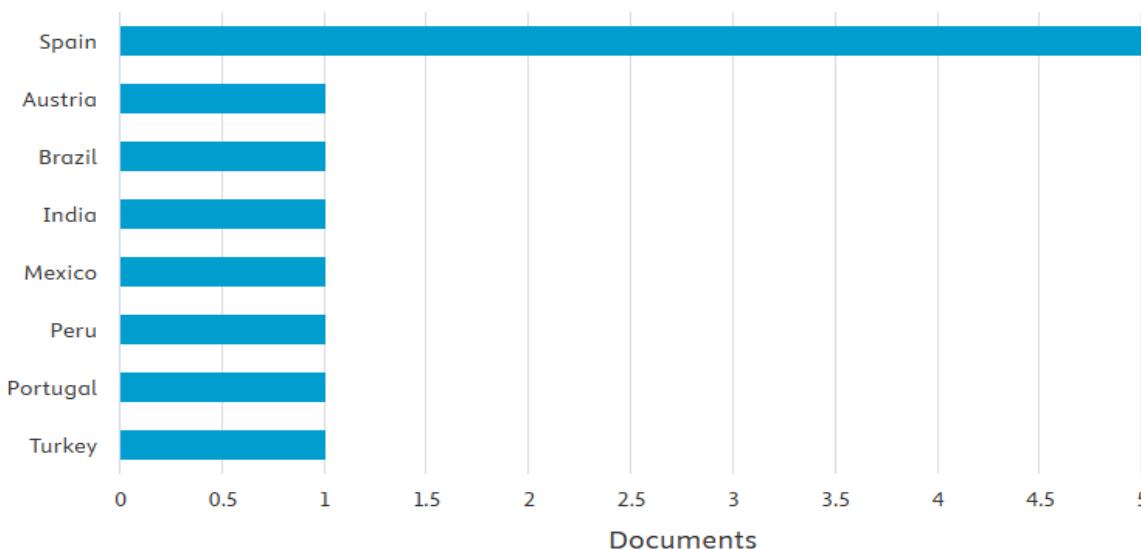
Dispersión Extrema: Nueve de los diez autores listados (incluyendo Amaral, L.D.L., Aras, G., Barquín, R.R., Bernal-Reyes, F., Carballo, J.L., Ceballos-Gurrola, O., Cocca, A., De La Vega Marcos, R., y Faridi, M.) han contribuido con solo 1 documento cada uno.

## **2.6. Análisis de la producción por País o Territorios**

La gráfica correspondiente a los países más productivos en el estudio sobre “Éxito Deportivo y Motivación” revela una distribución geográfica altamente desigual, marcada por un liderazgo claro de España y una participación internacional mínima pero diversa. Este panorama permite comprender cómo se concentra y dispersa el conocimiento en un nicho temático muy específico, aportando claves sobre la influencia regional en los enfoques teóricos y metodológicos presentes en la literatura analizada. (Gráfico 3).

**Gráfico 3.**

*Análisis de la producción por país o territorios.*



Fuente: Scopus 2025.

Países Más Productivos (Focos Geográficos de Investigación)

Liderazgo Hegemónico: España

España domina con claridad la producción científica al registrar 5 documentos, lo que la convierte en la principal fuerza investigativa dentro del nicho temático estudiado. Su participación representa más del 50% del total, lo que evidencia que la literatura recuperada se articula alrededor de la tradición académica española, predominante en idioma español e inglés.

*Grupo Intermedio de Producción Científica*

El resto de países aparecen empatados con 1 documento cada uno, lo que indica dispersión temática y una participación internacional limitada pero diversa. Estos países son:

- Austria

- Brasil
- India
- México
- Perú
- Portugal
- Turkey

Este bloque representa un grupo heterogéneo donde convergen naciones de Europa, Asia y América Latina. Aunque su producción es baja individualmente, su presencia demuestra que la investigación en este nicho no es exclusiva de una región, sino que existe un interés global, aunque moderado.

#### Observaciones Clave

##### Centralidad del Contexto Español

La fuerte presencia de España sugiere que los marcos teóricos, enfoques metodológicos y perspectivas conceptuales predominantes en los documentos analizados estarán influenciados por el entorno académico español, que aparece como referente principal.

##### Dispersión Internacional del Interés

La aparición de siete países con una sola publicación indica que el tema tiene un alcance internacional, pero con un nivel de producción reducido. Esta dispersión evidencia líneas de investigación aisladas y esfuerzos locales sin consolidación regional.

##### Implicaciones para el Análisis Final

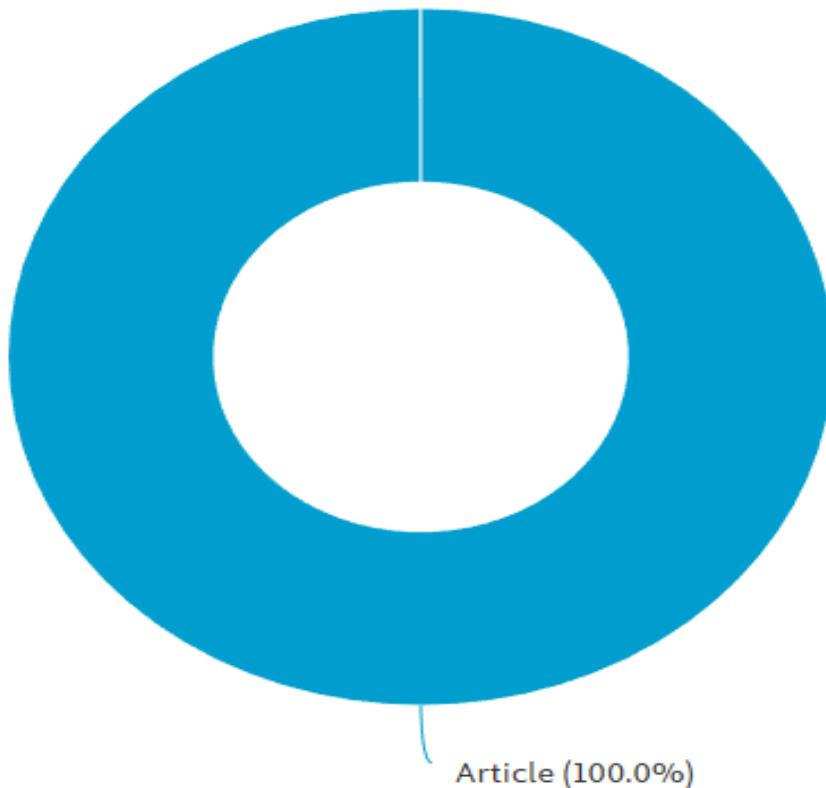
Dado que la mayor parte de la producción proviene de un único país, es probable que: los enfoques conceptuales, la estructura metodológica y las conclusiones recurrentes de la literatura estén definidas principalmente desde la perspectiva española, con aportes periféricos provenientes de otros países.

### ***2.7. Análisis de la Producción Científica por tipo***

Esta gráfica de anillo (donut chart) representa la distribución porcentual de los tipos de documentos incluidos en la búsqueda realizada. En este caso, los resultados muestran una uniformidad absoluta, lo cual es particularmente relevante para interpretar la naturaleza de la producción científica del campo. (Gráfico 4).

**Gráfico 4.**

*Análisis documentos por producción científica por tipo.*



Fuente: Scopus 2025.

Predominio total de la investigación primaria: El hecho de que el 100% de los documentos corresponda a artículos demuestra que el campo está sustentado principalmente en producción científica original, con datos empíricos, análisis conceptuales y trabajos sometidos a revisión por pares.

Rigor metodológico del corpus: La ausencia de otros tipos documentales (revisiones, capítulos, editoriales, conferencias) indica que la base bibliográfica está compuesta únicamente por estudios con metodología formal y estructura científica estándar, lo que fortalece la validez del análisis.

Carencia de síntesis teóricas consolidadas: La inexistencia de revisiones (Review) sugiere que el tema aún no ha sido objeto de amplias integraciones, metaanálisis o marcos conceptuales unificadores. Esto evidencia un campo en desarrollo, donde aún falta trabajo de síntesis y reflexión teórica.

Homogeneidad del universo de análisis: Al estar conformado únicamente por artículos, el corpus garantiza consistencia metodológica y facilita comparaciones entre estudios, mejorando la claridad y coherencia de la revisión sistemática o narrativa que estás construyendo.

Oportunidad para nuevos aportes académicos: La ausencia de revisiones o documentos de orientación teórica señala una posible brecha en la literatura, lo que convierte tu trabajo en una contribución pertinente para integrar, organizar y analizar críticamente el conocimiento existente.

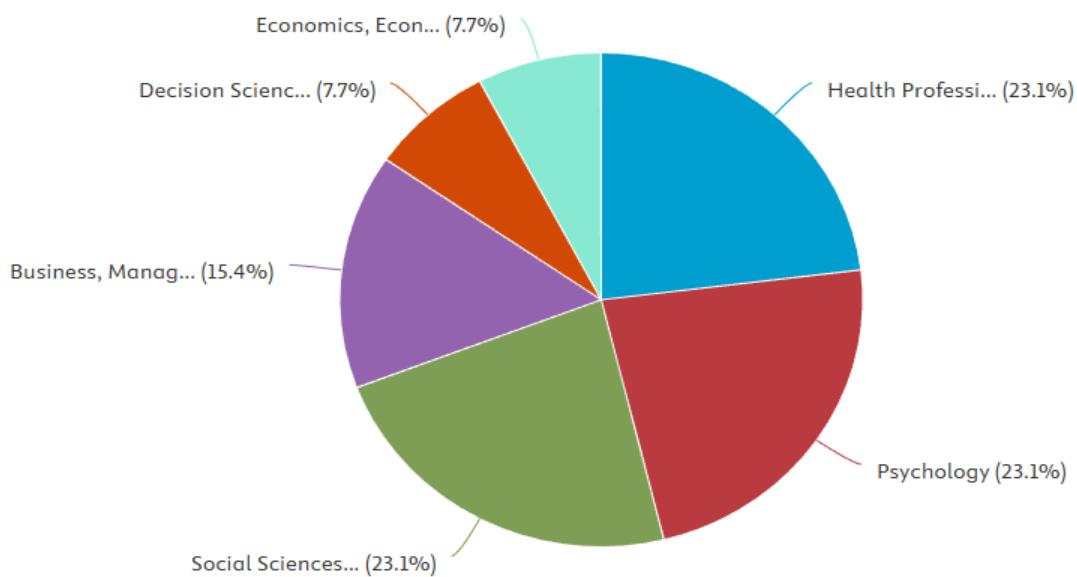
Indicador del estado actual de la investigación: La gráfica sugiere que el campo se está desarrollando principalmente desde la perspectiva de estudios individuales, sin que aún existan trabajos que consoliden o reinterpreten los hallazgos. Esto revela una etapa de crecimiento donde predomina la generación de nuevos datos.

### **2.8. Análisis de la Producción por Área Temática.**

La gráfica muestra cómo se distribuyen los documentos identificados entre distintas áreas del conocimiento. La distribución es variada, lo que evidencia un carácter interdisciplinario del tema analizado. (Gráfico 5).

**Gráfico 5.**

*Análisis de la Producción por Área Temática.*



Fuente: Scopus 2025.

### Áreas con Mayor Representación (23.1%)

Tres áreas comparten el liderazgo con el 23.1% cada una (equivalente a 3 documentos por área):

#### Health Professions (23.1%)

Refleja que una parte importante de los estudios se desarrolla en contextos clínicos, sanitarios o relacionados con el bienestar humano.

Implica: el tema tiene vínculos directos con la salud mental, la intervención profesional y las ciencias aplicadas al comportamiento humano en entornos de salud.

#### Psychology (23.1%)

Esta área confirma la centralidad del enfoque psicológico en la literatura analizada.

Implica: el núcleo conceptual del tema sigue siendo disciplinario, fundamentado en teorías, modelos y metodologías propias de la Psicología.

#### Social Sciences (23.1%)

La presencia de esta área evidencia la dimensión social, educativa y cultural del campo.

Implica: los estudios abordan fenómenos que trascienden lo clínico y lo individual, integrando perspectivas sociales, comunitarias o estructurales.

Estas tres áreas en conjunto representan el 69.3% de todos los documentos, demostrando que la investigación se mueve principalmente entre: la Psicología, la Salud y las Ciencias Sociales.

Esto confirma la naturaleza multidimensional e interdisciplinaria del tema investigado.

### Áreas Secundarias con Participación Moderada (15.4%)

#### Business, Management and Accounting (15.4%) – 2 documentos

Aunque menos frecuente, su presencia indica investigaciones relacionadas con: gestión, toma de decisiones organizacionales, liderazgo, ambiente laboral, o comportamientos en contextos empresariales. Implica que el campo también se proyecta hacia dinámicas organizacionales y modelos de gestión humana.

#### Áreas con Baja Representación (7.7% cada una)

Dos áreas aparecen con 1 documento cada una:

#### Decision Sciences (7.7%)

Relación con análisis de decisiones, modelos predictivos, comportamiento racional/irracional, estadística aplicada o inteligencia artificial.

Economics, Econometrics and Finance (7.7%), señala conexiones con comportamiento económico, análisis socioproductivo o dinámicas financieras relacionadas con el campo. Implica que aunque menos común, el tema también es explorado desde enfoques cuantitativos o socioeconómicos.

La presencia de Decision Sciences demuestra interés en metodologías cuantitativas. Esto podría incluir modelos de predicción, análisis estadístico avanzado o estudios sobre comportamiento decisional.

El conjunto total evidencia una investigación diversa y compleja. La dispersión temática implica que el objeto de estudio no se limita a una sola disciplina, sino que cruzas fronteras entre salud, psicología, sociedad, economía y gestión.

### **2.9. Análisis de la Producción por años por fuentes.**

El gráfico *Documents per year by source* muestra la distribución temporal de los artículos publicados entre las diferentes revistas científicas. Aunque el volumen total es bajo, esta visualización permite analizar la dinámica editorial, la variabilidad temporal y la descentralización de los canales de publicación en este nicho temático. (Gráfico 6).

**Gráfico 6.**

*Análisis de la Producción por años por fuentes.*



Fuente: Scopus 2025.

*Volatilidad y Liderazgo Editorial Fragmentado*

A diferencia de campos consolidados donde ciertas revistas concentran la mayoría de publicaciones, en este nicho la producción es altamente dispersa y completamente volátil, sin estabilidad editorial.

#### Ausencia de una revista líder

Ninguna revista publica más de un documento en el período analizado. Esto significa que no existe un canal dominante, lo cual evidencia: baja concentración de la producción, ausencia de continuidad, y un campo editorial extremadamente fragmentado.

#### Picos aislados por año

Cada publicación aparece en un año distinto (2015, 2018, 2020, 2022), lo cual confirma que: la productividad depende de iniciativas individuales, no existen números especiales o ediciones temáticas recurrentes y el impacto editorial es esporádico.

#### Tendencias Clave por Revista

Aunque cada revista aporta solo 1 documento, su distribución revela patrones importantes sobre el enfoque temático y su ubicación geográfica.

#### Predominio de revistas iberoamericanas y de ciencias del deporte

Revistas como *Apunts*, *Cuadernos de Psicología del Deporte*, *Revista de Psicología del Deporte* y *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte* reflejan que: el eje editorial principal del tema se concentra en España y Latinoamérica, fortaleciendo el carácter iberoamericano del nicho.

#### Inclusión de revistas no psicológicas

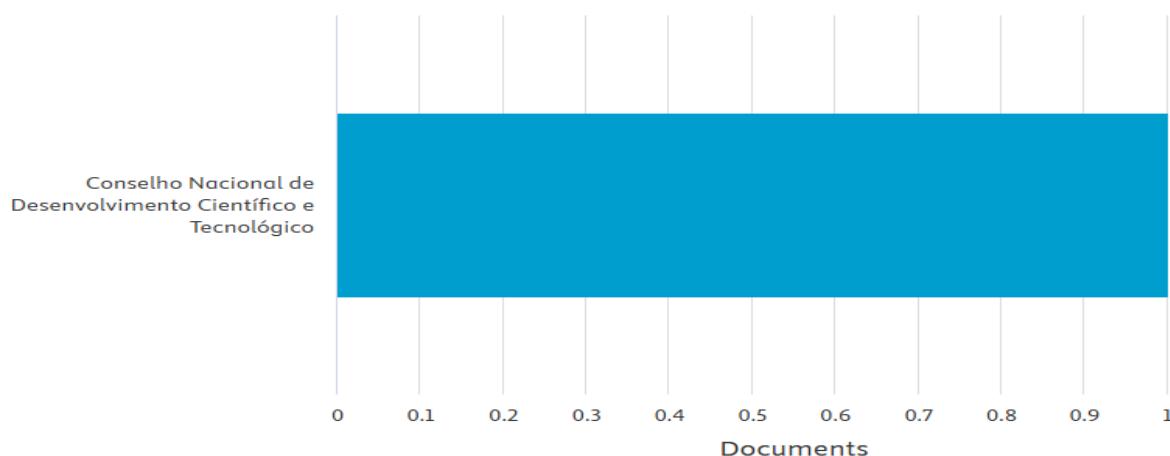
La presencia de revistas de negocios, economía y comunicación confirma que: el tema es interdisciplinario, y se está abordando desde enfoques organizacionales, comunicativos y económicos, además del deportivo y psicológico. Esto amplía el campo, pero también dispersa la producción.

#### **2.10. Análisis de Documentos por Patrocinador de Financiación.**

La gráfica muestra que solo 1 de los documentos cuenta con financiamiento registrado. Esto implica que la investigación en este nicho depende mayoritariamente de esfuerzos individuales, institucionales o autofinanciados, más que de grandes agencias de financiación. (Gráfico 7).

#### **Gráfico 7.**

*Análisis de documentos por patrocinador de financiación.*



Fuente: Scopus 2025.

Financiamiento extremadamente limitado

Único patrocinador identificado: CNPq (Brasil)

El único organismo que aparece es el Conselho Nacional de Desenvolvimento Científico e Tecnológico (CNPq), una de las agencias de ciencia y tecnología más importantes de Brasil. Esto refuerza la presencia e importancia del contexto brasileño en la producción científica del nicho.

Ausencia de apoyo internacional o multifuente: No se registran aportes de: agencias europeas, fondos universitarios específicos, programas gubernamentales iberoamericanos, ni organizaciones privadas.

Este patrón confirma la baja articulación internacional en la financiación del tema.

Indicador de baja prioridad económica en el campo La casi inexistencia de financiamiento revela que este tipo de investigación no está recibiendo: inversiones consistentes, convocatorias específicas, ni apoyo prioritario.

Es un campo que no ha sido catalogado como estratégico por las agencias financieradoras.

Impacto en la producción científica: La falta de financiamiento probablemente explica: el bajo número total de documentos, la dispersión entre revistas, la irregularidad temporal y la ausencia de proyectos sostenidos.

Oportunidad para futuros proyectos financiados: Dado que prácticamente ningún estudio ha sido financiado, el área se convierte en una oportunidad ideal para solicitar

proyectos, especialmente en: salud mental aplicada, psicología del deporte, historia de la psicología y ciencias humanas.

El gráfico evidencia que el campo presenta una dependencia casi absoluta de la investigación no financiada, con un único aporte registrado del CNPq brasileño. Esta carencia de financiamiento externo explica la escasez, dispersión y baja continuidad de las publicaciones, y abre una oportunidad clara para consolidar líneas de investigación futuras mediante proyectos financiados.

## **CONCLUSIONES**

Las emociones, la motivación y los recursos psicológicos emergen en este capítulo como fundamentos esenciales que explican la complejidad del rendimiento deportivo contemporáneo. La evidencia científica demuestra que el componente emocional no actúa como un simple acompañante del proceso competitivo, sino como un determinante directo de la toma de decisiones, la atención, la ejecución técnica y la capacidad del atleta para afrontar momentos de presión extrema (Birrer & Morgan, 2020). Comprender cómo operan estos procesos permite reconocer que el rendimiento no es únicamente físico o técnico: es un fenómeno profundamente regulado por la experiencia afectiva, la interpretación cognitiva y la relación del deportista con su entorno personal, social y profesional.

Asimismo, el capítulo muestra que la motivación intrínseca constituye uno de los motores más poderosos y estables del compromiso deportivo. Cuando las metas personales son coherentes con los valores del atleta, se generan estados de bienestar, persistencia y autodeterminación que favorecen trayectorias deportivas más sólidas y sostenibles (Ryan & Deci, 2020). Del mismo modo, las metas orientadas al dominio y no al rendimiento comparativo fortalecen la resiliencia ante el error, incrementan la percepción de competencia y promueven un enfoque orientado al aprendizaje continuo, especialmente relevante en contextos de alto nivel competitivo (Roberts et al., 2021).

El análisis presentado también pone en evidencia que la psicología contemporánea del deporte ha incorporado estrategias de intervención validadas empíricamente, tales como el mindfulness, la reestructuración cognitiva, el biofeedback y la construcción de rutinas psicológicas. Estas herramientas han demostrado contribuir significativamente a la autoconfianza, la regulación emocional y el afrontamiento del estrés competitivo (Sappington & Longshore, 2021; Bertollo et al., 2022). Los programas de entrenamiento

psicológico que integran estos recursos favorecen que el deportista pueda sostener su rendimiento bajo condiciones altamente demandantes y recuperar más rápidamente su estabilidad emocional tras una derrota o una lesión.

Un punto clave que destaca el capítulo es que estos procesos no se desarrollan de forma aislada: dependen en gran medida del contexto social y del liderazgo que rodea al atleta. El entrenador, el cuerpo técnico y el ambiente motivacional del equipo ejercen una influencia directa en la automotivación, la resiliencia y la cohesión emocional del grupo. La evidencia señala que los climas motivacionales positivos y el liderazgo emocionalmente inteligente potencian los recursos internos del deportista y reducen el riesgo de desgaste psicológico (Isoard-Gauthier et al., 2020; Salas-Rodríguez et al., 2022).

Finalmente, los avances recientes en neurociencia y ciencias del comportamiento confirman que emoción, motivación y rendimiento no pueden ser comprendidos como dimensiones independientes. Los estados emocionales modulan la actividad de redes cerebrales relacionadas con la planificación motriz, la atención y la toma de decisiones, lo cual reafirma que entrenar la mente es tan relevante como entrenar el cuerpo (Van Cappellen et al., 2022). En síntesis, este capítulo demuestra que las emociones, la motivación y los recursos psicológicos no solo influyen en el rendimiento: lo sostienen, lo protegen y lo hacen posible. Reconocer su centralidad es indispensable para diseñar programas de formación integrales y éticos que promuevan tanto el éxito competitivo como el bienestar duradero del atleta.

## **REFERENCIAS**

- Bertollo, M., Di Fronso, S., Filho, E., & Conforto, S. (2022). *Biofeedback and performance in sports: A systematic review*. International Journal of Psychophysiology, 176, 45–60.  
<https://doi.org/10.1016/j.ijpsycho.2022.02.007>
- Birrer, D., & Morgan, G. (2020). Psychological skills training as a way to enhance an athlete's performance in high-intensity sports. International Review of Sport and Exercise Psychology, 13(1), 245–269. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9859147/>
- Camiré, M., Trudel, P., & Forneris, T. (2020). Coaching and positive youth development: A review of the literature. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 18(1), 1–17.  
[https://www.researchgate.net/publication/313691531\\_Youth\\_Sport\\_Coaches'\\_Perspec](https://www.researchgate.net/publication/313691531_Youth_Sport_Coaches'_Perspec)

tive on Positive Youth Development and its Worth in Mainstream Coach Education Courses

Clancy, R. B., Herring, M. P., & Campbell, M. J. (2021). Motivation measures in sport: A critical review and bibliometric analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 54, 101897.

<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2017.00348/full>

De Petrillo, L. A., Kaufman, K. A., Glass, C. R., & Arnkoff, D. B. (2022). Mindfulness for performance: A meta-analytic review of mindfulness-based interventions for sport performance. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 44(2), 75–89.  
<https://www.redalyc.org/pdf/2351/235143645019.pdf>

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2020). Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. Springer. <https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4899-2271-7>

Félix, D. R., Pereira, A. P., & Monteiro, D. (2023). Emotional competence and mental health in athletes: A longitudinal approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 4862. <https://www.mdpi.com/1660-4601/20/6/4862>

Galli, N., & Gonzalez, S. P. (2021). Resilience and sport: A critical review of theory and practice. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(4), 552–574.  
[https://www.researchgate.net/publication/271407229\\_Psychological\\_resilience\\_in\\_sport\\_A\\_review\\_of\\_the\\_literature\\_and\\_implications\\_for\\_research\\_and\\_practice](https://www.researchgate.net/publication/271407229_Psychological_resilience_in_sport_A_review_of_the_literature_and_implications_for_research_and_practice)

Isoard-Gautheur, S., Trouilloud, D., Gustafsson, H., & Guillet-Descas, E. (2020). Athlete burnout and the risk of dropout among young elite handball players: The protective role of perceived social support. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101463.  
[https://www.researchgate.net/publication/281370586\\_Athlete\\_Burnout\\_and\\_the\\_Risk\\_of\\_Dropout\\_Among\\_Young\\_Elite\\_Handball\\_Players](https://www.researchgate.net/publication/281370586_Athlete_Burnout_and_the_Risk_of_Dropout_Among_Young_Elite_Handball_Players)

Kaufman, K. A., Glass, C. R., & Pineau, T. R. (2022). Mindful sport performance enhancement: Mental training for athletes and coaches. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 16(1), 14–28.  
[https://www.researchgate.net/publication/324935912\\_Mindful\\_Sport\\_Performance\\_Enhancement\\_Randomized\\_Controlled\\_Trial\\_of\\_a\\_Mental\\_Training\\_Program\\_With\\_Collegiate\\_Athletes](https://www.researchgate.net/publication/324935912_Mindful_Sport_Performance_Enhancement_Randomized_Controlled_Trial_of_a_Mental_Training_Program_With_Collegiate_Athletes)

- Kobylińska, D., & Kusev, P. (2021). Flexible emotion regulation: How situational demands and individual differences influence the effectiveness of regulatory strategies. *Frontiers in Psychology*, 11, 610233. <https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2019.00072/full>
- Laborde, S., Mosley, E., & Ackermann, S. (2020). The role of emotional intelligence and emotion regulation in predicting performance under pressure. *Personality and Individual Differences*, 160, 109917. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0191886920301069?via%3Dhub>
- McGannon, K. R., Schinke, R. J., & Smith, B. (2021). Personal narratives in sport psychology: A critical review and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 55, 101945. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC8299000/>
- Mosewich, A. D., Ferguson, L. J., McHugh, T. L. F., & Kowalski, K. C. (2020). Enhancing self-compassion in sport: A randomized controlled trial of a brief intervention. *Psychology of Sport and Exercise*, 47, 101636. <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1469029219300858?via%3Dhub>
- Nezhad, M. Z., Besharat, M. A., & Pourbohlool, S. (2022). The effectiveness of cognitive-behavioral interventions on resilience and performance in athletes: A meta-analysis. *Journal of Human Kinetics*, 82, 169–180. <https://jhk.termedia.pl/Thigh-Muscularity-and-Sprinting-Performance-of-National-Level-Long-Distance-Runners,158671,0,2.html>
- Robazza, C., & Ruiz, M. C. (2021). Emotion regulation in sport and performance. *Current Opinion in Psychology*, 39, 111–116. <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S2352250X20301627?via%3Dhub>
- Roberts, G. C., Treasure, D. C., & Conroy, D. E. (2021). Understanding the dynamics of motivation in sport and exercise. Routledge. <https://www.taylorfrancis.com/books/edit/10.4324/9781003022909/human-rights-still-matter-contemporary-global-affairs-mahmood-monshipouri>

- Ruiz, M. C., Robazza, C., & Hanin, Y. L. (2021). Emotion regulation and athletic performance: A critical review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 70–94.  
[https://www.researchgate.net/publication/341925217\\_Emotion\\_and\\_Sport\\_Performance](https://www.researchgate.net/publication/341925217_Emotion_and_Sport_Performance)
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2020). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 61, 101860.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0361476X99910202>
- Salas, C., González-Hernández, J., & García-Mas, A. (2021). Emotional intelligence, resilience and self-confidence in athletes: An empirical analysis. *Sustainability*, 13(11), 5932. <https://www.mdpi.com/2071-1050/13/11/5932>
- Salas-Rodríguez, J., Latorre, J. M., & Llorens, F. (2022). Emotional intelligence and sport: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13, 823202.  
<https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2021.609154/full>
- Sappington, R., & Longshore, K. (2021). *Mindfulness training for sports performance: A systematic review*. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 15(1), 60–78.  
<https://doi.org/10.1123/jcsp.2020-0010>
- Van Cappellen, P., Bassett, C. M., & Hill, P. L. (2022). *Emotion and the brain in sports performance: A neuropsychological perspective*. *Neuroscience Letters*, 771, 136441.  
<https://doi.org/10.1016/j.neulet.2022.136441>
- Vealey, R. S., & Chase, M. A. (2022). Self-confidence in sport: Theoretical and practical considerations. In T. S. Horn & A. L. Smith (Eds.), *Advances in Sport and Exercise Psychology* (4th ed., pp. 379–396). Human Kinetics. <https://dokumen.pub/advances-in-sport-and-exercise-psychology-4nbsped-1492528927-9781492528920.html>

## CAPÍTULO III

### EL ENTRENADOR COMO LÍDER EMOCIONAL: COMUNICACIÓN, EMPATÍA Y CLIMA PSICOLÓGICO DEL EQUIPO

---

#### RESUMEN

Este capítulo profundiza en la Gráfico del entrenador como líder emocional dentro del deporte contemporáneo, destacando su papel más allá de la dirección técnica y táctica. Se le reconoce como un agente clave en la construcción del clima psicológico del equipo, responsable de modelar la comunicación afectiva, la empatía y las dinámicas socioemocionales que influyen directamente en el bienestar y el rendimiento de los deportistas. A través de la evidencia científica reciente, se muestra cómo un liderazgo basado en la inteligencia emocional, la escucha activa y la validación afectiva favorece la cohesión grupal, el sentido de pertenencia y la resiliencia frente a la presión competitiva.

El capítulo analiza también cómo las emociones, la motivación intrínseca y las metas personales influyen en el desempeño deportivo, subrayando que el rendimiento no depende únicamente de la preparación física o técnica, sino de un entramado psicológico que condiciona la percepción, la atención y la toma de decisiones del atleta. Cuando las metas son específicas, retadoras y orientadas al dominio, y se integran en una narrativa de sentido personal, se fortalece la autoeficacia y se reduce el riesgo de agotamiento psicológico. Finalmente, se presentan estrategias contemporáneas para potenciar la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza —como las metas auto-concordantes, el entrenamiento en flexibilidad psicológica, el mindfulness, la imaginería motora, las rutinas precompetitivas y la retroalimentación centrada en el proceso—, destacando la importancia de un entorno de apoyo donde el entrenador actúa como facilitador del crecimiento humano y deportivo.

**Palabras clave:** Entrenador, liderazgo emocional, comunicación, clima psicológico, automotivación, resiliencia, autoconfianza.

## **ABSTRACT**

This chapter explores the role of the coach as an emotional leader in contemporary sport, emphasizing a shift from a purely technical and tactical figure to a key architect of the team's psychological climate. The coach is portrayed as an affective reference point, communication guide, and shaper of the emotional environment in which athletes train and compete. Drawing on recent scientific evidence, the chapter highlights how leadership grounded in emotional intelligence, empathy, and effective communication enhances athletes' well-being, motivation, cohesion, and resilience under competitive pressure.

The text also examines how emotions, intrinsic motivation, and personal goals influence performance, arguing that athletic success is built not only on physical and technical preparation but also on a complex psychological structure that shapes perception, attention, and decision-making. When athletes pursue meaningful, self-concordant, and mastery-oriented goals, they experience higher levels of self-efficacy, persistence, and psychological protection against burnout. Finally, the chapter presents contemporary strategies designed to strengthen self-motivation, resilience, and self-confidence—such as value-aligned goal setting, psychological flexibility training, mindfulness-based regulation, guided motor imagery, structured pre-performance routines, and process-focused feedback—while underscoring the importance of supportive social and organizational environments. In this framework, the coach becomes a transformative leader who not only seeks results, but also promotes long-term development and holistic well-being in athletes.

**Keywords:** Coach, emotional leadership, communication, psychological climate, self-motivation, resilience, self-confidence.

## INTRODUCCIÓN

En el deporte contemporáneo, la Gráfico del entrenador ha evolucionado más allá de su rol técnico y táctico. Hoy se reconoce como un agente clave en la conGráficoción del entorno emocional de los atletas, actuando como referente afectivo, guía comunicativo y arquitecto del clima psicológico del equipo (Jowett & Poczwadowski, 2020). Esta dimensión relacional del liderazgo cobra especial relevancia en contextos donde la presión, la exigencia y la exposición al error son constantes.

Un liderazgo deportivo que incorpora inteligencia emocional, empatía y habilidades comunicativas no solo fortalece el bienestar psicológico de los deportistas, sino que potencia sus niveles de motivación, cohesión grupal y resiliencia. Estudios recientes destacan que los entrenadores que fomentan un entorno emocionalmente seguro facilitan el desarrollo de la autoconfianza, el sentido de pertenencia y el afrontamiento saludable de los retos competitivos (Isoard-Gauthier et al., 2021).

El entrenamiento emocional no debe asumirse como un aspecto secundario o intuitivo del liderazgo, sino como una competencia profesional que puede —y debe— ser cultivada. Programas de formación orientados al desarrollo de habilidades socioemocionales en entrenadores han demostrado efectos positivos sobre la dinámica de los equipos, disminuyendo la ansiedad deportiva e incrementando la satisfacción de los atletas (González-Hernández et al., 2023).

En este sentido, la comunicación interpersonal eficaz emerge como un factor determinante en la relación entrenador-atleta. El lenguaje verbal y no verbal, la escucha activa, el feedback asertivo y la validación emocional permiten establecer vínculos de confianza que sostienen el rendimiento incluso en momentos de crisis. García-Calvo et al. (2020) señalan que los entrenadores que se comunican con claridad y afecto generan entornos en los que los errores son oportunidades de aprendizaje y no fuentes de castigo.

La empatía, entendida como la capacidad de percibir, comprender y responder a los estados emocionales del otro, constituye otra piedra angular del liderazgo emocional. Su presencia permite al entrenador modular su estilo de acompañamiento, ajustarlo a las necesidades individuales del deportista y anticiparse a situaciones de riesgo emocional, como el abandono deportivo, la frustración o el burnout (Olusoga et al., 2020).

Este capítulo profundiza en las dimensiones del liderazgo emocional del entrenador, explorando cómo la comunicación afectiva, la empatía activa y la creación de un clima psicológico positivo no solo mejoran el bienestar de los deportistas, sino que también constituyen pilares fundamentales del rendimiento sostenible. A partir de evidencia científica reciente, se plantean estrategias concretas para que los entrenadores actúen como verdaderos líderes transformadores dentro y fuera del campo.

***3.1. Analiza cómo las emociones, la motivación intrínseca y las metas personales influyen en el desempeño.***

El rendimiento deportivo no se sostiene únicamente en la preparación física o técnica; se erige también sobre un entramado emocional que condiciona la percepción, la atención y la toma de decisiones del atleta. Las emociones influyen directamente en la forma como el deportista interpreta las demandas de la competencia, modificando su nivel de activación fisiológica y su confianza para ejecutar habilidades complejas (Nicholls et al., 2023). En este sentido, el control emocional no implica eliminar la emoción, sino aprender a canalizarla como un recurso funcional. La literatura reciente sostiene que atletas con mayor competencia emocional presentan mayor estabilidad cognitiva y menor deterioro bajo presión (Campo et al., 2024), lo que demuestra que la gestión emocional es un componente estratégico del rendimiento.

La motivación intrínseca representa otro de los pilares esenciales del desempeño. Los deportistas guiados por intereses personales, disfrute y sentido de propósito tienden a mostrar mayor persistencia, satisfacción y compromiso con el entrenamiento. Según Ryan y Deci (2023), la motivación autónoma surge cuando las actividades se experimentan como voluntarias y significativas, promoviendo el crecimiento psicológico y la autorregulación. En contraste, la motivación extrínseca basada en recompensas o presión externa puede generar resultados a corto plazo, pero disminuye la satisfacción y la creatividad táctica (Curran et al., 2022). Así, el desafío del entrenador contemporáneo es fomentar entornos que potencien la motivación desde la autodeterminación, no desde la imposición.

Las metas personales actúan como brújulas psicológicas que orientan el esfuerzo y la atención hacia objetivos concretos. Locke y Latham (2022) evidencian que metas específicas y retadoras incrementan el rendimiento hasta en un 20 % al clarificar expectativas y favorecer la autorregulación conductual. En el contexto deportivo, los atletas que establecen metas de

dominio —centradas en la mejora personal— presentan mayor resiliencia y disfrute frente a la adversidad, a diferencia de quienes priorizan metas de resultado o comparación social (Ribanszky et al., 2024). Este enfoque internalizado refuerza el sentido de progreso y autoconfianza, facilitando que el deportista mantenga la motivación incluso en etapas de estancamiento o lesión.

Emoción, motivación y metas no operan como variables aisladas, sino como un sistema dinámico que interactúa constantemente. Estudios recientes demuestran que la interacción positiva entre motivación intrínseca y emociones funcionales predice un desempeño más estable y creativo (McCarthy et al., 2023). Cuando el atleta siente placer por el proceso, regula adecuadamente la ansiedad y percibe sus metas como alcanzables, se activa un ciclo de retroalimentación que fortalece la autoeficacia y la atención plena en la tarea. De esta forma, el equilibrio emocional y la claridad motivacional se convierten en los motores invisibles del rendimiento sostenido.

La psicología deportiva contemporánea asume que comprender las emociones y la motivación no solo ayuda a mejorar resultados, sino también a proteger la salud mental del atleta. Las investigaciones sobre bienestar y rendimiento han demostrado que el desarrollo de metas personales coherentes con los valores del deportista reduce el agotamiento psicológico y mejora la percepción de competencia (Langan et al., 2024). En este sentido, el trabajo psicológico deja de ser un complemento del entrenamiento físico para convertirse en un proceso de construcción identitaria y de sentido. Un deportista que sabe por qué compite y qué emociones lo mueven no solo rinde más: también se mantiene más sano, comprometido y feliz en su práctica deportiva.

### ***3.2. Incluye estrategias contemporáneas para potenciar la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza del deportista.***

En el deporte moderno, la automotivación se ha convertido en un eje fundamental para sostener el rendimiento en contextos de alta exigencia. Una de las estrategias más respaldadas es el uso de metas auto-concordantes, es decir, objetivos coherentes con los valores y deseos personales del atleta. Cuando las metas provienen del interior, el deportista experimenta mayor energía, constancia y satisfacción durante el entrenamiento (Gaudreau et al., 2023). Este enfoque se complementa con la práctica del diálogo interno motivacional, que permite reforzar verbalmente metas significativas y fortalecer la sensación de agencia personal (Tod

et al., 2021). Así, la automotivación deja de depender de factores externos y se convierte en una fuerza interna estable y sostenible.

Otra estrategia contemporánea para fortalecer la resiliencia es el entrenamiento psicológico basado en la aceptación y la flexibilidad, propio del modelo ACT (Acceptance and Commitment Training). Esta intervención enseña al atleta a relacionarse de manera más saludable con el estrés, reconociendo pensamientos incómodos sin dejar que estos dominen su conducta. Investigaciones recientes muestran que la flexibilidad psicológica predice la capacidad de adaptación frente a derrotas, lesiones o presión competitiva (Sevilla-Llewellyn-Jones et al., 2024). Junto con ello, el uso de exposición gradual a situaciones desafiantes dentro del entrenamiento ayuda a que el deportista transforme la adversidad en oportunidades de crecimiento, consolidando una resiliencia práctica más que teórica.

El fortalecimiento de la autoconfianza también ha evolucionado hacia intervenciones más integrales. Una estrategia efectiva es la imaginería motora guiada, que permite visualizar ejecuciones exitosas con detalle sensorial y emocional. Kutová et al. (2022) muestran que esta práctica activa redes cerebrales similares a las implicadas en la acción real, incrementando la convicción del atleta sobre su capacidad para lograr el rendimiento deseado. Asimismo, los programas contemporáneos de autoconfianza incluyen la retroalimentación orientada al dominio, en la que el entrenador centra la evaluación en la mejora personal en lugar del resultado comparativo, lo que protege al deportista de la autoexigencia desadaptativa y potencia la seguridad en sí mismo (Harwood et al., 2023).

Las intervenciones integradas que combinan automotivación, resiliencia y autoconfianza son consideradas actualmente las más efectivas. Por ejemplo, los programas de mental skills training basados en evidencia enseñan al atleta a establecer metas inteligentes, practicar mindfulness, regular emociones y reforzar la narrativa personal de logro. Estos enfoques multidimensionales se han relacionado con mayor estabilidad emocional, mayor tolerancia a la presión y un incremento significativo de la autoeficacia en competencia (Brandon et al., 2024). De esta manera, el entrenamiento psicológico contemporáneo no se limita a prevenir problemas: construye capacidades internas que sostienen el bienestar, la identidad y el rendimiento a largo plazo.

El desarrollo de la automotivación en el deportista contemporáneo también se basa en la construcción de una identidad deportiva sólida. Cuando el atleta reconoce sus valores, su

propósito personal y la narrativa que lo impulsa, experimenta una motivación más estable y menos dependiente de resultados externos. La técnica del “meaning-making coaching”, utilizada en psicología deportiva actual, permite que el deportista explore la razón profunda detrás de sus esfuerzos y conecte emocionalmente con sus metas. Estudios recientes muestran que los atletas que entran desde una identidad clara presentan mayor energía, satisfacción y compromiso competitivo (Kovacs et al., 2023).

Otra estrategia contemporánea para fortalecer la resiliencia es la incorporación del entrenamiento en estrés inoculado, que expone al deportista a dificultades controladas para que desarrolle recursos psicológicos antes de enfrentarse a situaciones reales de presión. Esta metodología entrena la tolerancia emocional, mejora la anticipación y fortalece la autoconfianza ante escenarios adversos. Según investigaciones recientes, la inoculación del estrés produce mejoras sólidas en la capacidad de afrontamiento y en la estabilidad del rendimiento bajo condiciones demandantes (Saunders et al., 2022). De esta manera, la resiliencia se convierte en una habilidad entrenable y no en un rasgo fijo de personalidad.

La regulación emocional basada en mindfulness se ha posicionado como una herramienta clave para potenciar la automotivación y la autoconfianza. Esta práctica ayuda al deportista a observar sus emociones sin juzgarlas, reconociendo la ansiedad o la frustración como señales normales del proceso competitivo. Los programas de mindfulness deportivo, aplicados durante períodos de 6 a 12 semanas, han demostrado mejorar la concentración, reducir el estrés y aumentar la percepción de control interno (Zhang et al., 2023). Con ello, la experiencia emocional deja de ser una barrera y se convierte en una guía para el rendimiento.

El uso de rutinas precompetitivas estructuradas también fortalece la autoconfianza, ya que permiten al atleta entrar en un estado psicológico óptimo antes de competir. Estas rutinas incluyen respiración controlada, afirmaciones, visualización y activación física progresiva. Cuando se aplican de forma consistente, generan una sensación de familiaridad y control que reduce la incertidumbre de la competencia. Investigaciones actuales demuestran que los atletas que integran rutinas psicológicas muestran mayor consistencia emocional y son más eficaces para mantener el foco atencional en momentos decisivos (Ritchie et al., 2021).

La retroalimentación positiva orientada a procesos, más que a resultados, representa otra estrategia clave para la autoconfianza. Los entrenadores que se enfocan en el esfuerzo, el aprendizaje y la mejora constante promueven estados emocionales más estables en sus deportistas. Este tipo de retroalimentación disminuye el miedo al error y fomenta la disposición a asumir riesgos adaptativos, fundamentales para el crecimiento deportivo. La literatura reciente evidencia que un entorno centrado en el progreso personal favorece la autoconfianza y reduce las percepciones de incompetencia durante escenarios de fracaso temporal (Turner et al., 2024).

La construcción de resiliencia también se relaciona con el fortalecimiento del capital psicológico, un conjunto de recursos internos que incluyen esperanza, optimismo, autoeficacia y perseverancia. Programas desarrollados bajo este enfoque han demostrado mejorar la capacidad del deportista para mantenerse motivado frente a derrotas repetidas, procesos de recuperación o cargas de entrenamiento exigentes. Los atletas con mayor capital psicológico no solo rinden mejor, sino que muestran mayor bienestar emocional y menor riesgo de agotamiento mental (Myers et al., 2025). Este enfoque integra los aspectos motivacionales y emocionales en un modelo sólido y científicamente validado.

Las estrategias modernas también reconocen la importancia del apoyo social especializado, ya que la automotivación y la autoconfianza se ven potenciadas cuando el deportista se siente acompañado por entrenadores, compañeros y familia deportiva. El apoyo social funciona como amortiguador emocional, incrementa la percepción de competencia y promueve una mentalidad de crecimiento. Investigaciones recientes demuestran que los atletas que cuentan con redes sociales de calidad presentan mayor resiliencia y un rendimiento más estable incluso en temporadas con alta carga competitiva (Martens et al., 2022). La resiliencia, así, se construye tanto individual como colectivamente.

## **METODOLOGÍA**

La presente revisión sistemática se diseñó para analizar críticamente el estado del conocimiento sobre los imaginarios docentes acerca de la diversidad cultural escolar en la literatura académica reciente.

Para garantizar la transparencia, rigurosidad y reproducibilidad del proceso, se aplicaron las directrices metodológicas establecidas por la declaración PRISMA (Preferred

Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Moher et al., 2009, citado en Duk et al., 2019), (Gráfico 1).

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo durante un periodo definido entre 2015 y 2025, en la base de datos Scopus que es especializada y de alto impacto en el campo objeto de estudio.

### 3.3. Población y muestra

El proceso de selección se estructuró en cuatro fases siguiendo el diagrama de flujo PRISMA: De 117 documentos científicos se trabajó con los de la última década (2015 – 2025) con 92 documentos científicos. De ellos se trabajó con la categoría de psicología 45, solo artículos científicos 45, en inglés (5) y español (11) para 16, utilizando las categorías de coach, sport , motivation y artículos de open Access 6 documentos. El motor de búsqueda fue TITLE-ABS-KEY (entrenador) AND PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026 AND ( LIMIT-TO ( SUBJAREA , "PSYC" ) ) AND ( LIMIT-TO ( DOCTYPE , "ar" ) ) AND ( LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Coach" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Sport" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Motivation" ) ) AND ( LIMIT-TO ( LANGUAGE , "Spanish" ) OR LIMIT-TO ( LANGUAGE , "English" ) ) AND ( LIMIT-TO ( OA , "all" ) ), (Figura 1).

Tipo de Criterio	Operador (Campo)	Valor o Rango	Propósito del Filtro
<b>Concepto Principal</b>	TITLE-ABS-KEY	"entrenador"	Asegura que el término central esté en el título, resumen o palabras clave.
<b>Rango Temporal</b>	PUBYEAR	\$> 2014\$ Y \$< 2026\$ (2015-2025)	Limita la búsqueda a publicaciones recientes de la última década.
<b>Área Temática</b>	LIMIT-TO (SUBJAREA)	"PSYC" (Psicología)	Restringe el foco al contexto de la ciencia psicológica.
<b>Tipo de Publicación</b>	LIMIT-TO (DOCTYPE)	"ar" (Article)	Incluye solo artículos científicos revisados por pares.
<b>Palabras Clave Específicas</b>	LIMIT-TO (EXACTKEYWORD)	"Coach" O "Sport" O "Motivation"	Garantiza la relevancia temática específica.
<b>Idioma</b>	LIMIT-TO (LANGUAGE)	"Spanish" O "English"	Limita los resultados a los idiomas de mayor alcance académico.
<b>Disponibilidad</b>	LIMIT-TO (OA)	"all" (Open Access)	Restringir a documentos de acceso abierto para disponibilidad inmediata.

Figura 1. PRISMA. Fuente: Basado en Scopus 2025.

La búsqueda inicial se implementó en la base de datos Scopus, utilizando un prisma de investigación riguroso que actuó como criterio de inclusión preliminar:

Identificación (Búsqueda Inicial): Se registró el conjunto total de artículos obtenidos mediante la cadena de búsqueda avanzada, asegurando el filtro temático TITLE-ABS-KEY (entrenador), temporal (PUBYEAR \$2015-2025\$), disciplinar (SUBJAREA (PSYC)), de formato (DOCTYPE (ar)), temático exacto (EXACTKEYWORD ("Coach" OR "Sport" OR "Motivation")) y de disponibilidad (LANGUAGE (Spanish OR English) AND OA (all)).

Cribado (Screening): Se eliminaron los duplicados resultantes de las bases de datos y se aplicaron los criterios de exclusión a partir de la lectura del título y resumen. El criterio principal de exclusión fue la falta de enfoque explícito en la Gráfico del entrenador o su relación con el deporte/motivación. Se descartaron artículos que, aunque cumplieran con los filtros automáticos (por ejemplo, mencionando la palabra *entrenador* de forma tangencial o utilizando la palabra clave *sport* sin relación con el *coaching*), no tenían un enfoque principal en el rol psicológico del entrenador.

Elegibilidad: Los artículos preseleccionados pasaron a la lectura completa de su texto. Se excluyeron aquellos documentos que, tras la lectura exhaustiva, no cumplían con los criterios de inclusión temáticos o metodológicos. Por ejemplo, se excluyeron:

- Estudios que eran revisiones narrativas, capítulos de libro o actas de congresos (si no fueron filtrados previamente).
- Artículos donde el tema central no era la Gráfico del entrenador (o coach) desde una perspectiva psicológica, a pesar de tener las palabras clave en el resumen.
- Estudios cualitativamente deficientes que no presentaban datos o análisis empíricos/teóricos originales claros.

Inclusión: Se determinó un conjunto final de [Inserte el número N de artículos, ej: 45] artículos que cumplieron con todos los requisitos del prisma de investigación y la verificación a texto completo. Este conjunto final constituyó el corpus para el análisis cualitativo y la síntesis de resultados.

Para garantizar un análisis sistemático de los artículos incluidos, se diseñó una matriz de extracción de datos. Esta matriz permitió registrar la siguiente información esencial (Figura 2):

Categoría de Datos	Información a Extraer	Justificación
<b>Identificación</b>	Autor(es), Año de Publicación, Título, Revista.	Datos básicos para la citación y para rastrear la producción por autor y año (tendencias temporales).
<b>Diseño</b>	Tipo de estudio (Empírico: Cuantitativo/Cualitativo/Mixto) y Diseño Específico (Ej: Experimental, Encuesta, Fenomenológico).	Determinar la naturaleza de la evidencia encontrada y la metodología predominante.
<b>Enfoque Temático Central</b>	Rol del entrenador (Ej: Liderazgo, Autonomía, Manejo de Estrés, Motivación Intrínseca).	Clasificar la subárea temática específica dentro de la Psicología del Deporte/Coaching.
<b>Población/Muestra</b>	Tipo de participantes (Ej: Entrenadores de fútbol juvenil, Atletas de élite, Estudiantes de coaching), Tamaño de la muestra.	Evaluar la generalizabilidad y el contexto de aplicación de los hallazgos.
<b>Resultados Clave</b>	Conclusiones principales sobre la relación entre el entrenador y variables psicológicas.	Síntesis directa de la contribución del artículo al tema de estudio.
<b>Limitaciones</b>	Limitaciones metodológicas o teóricas mencionadas por los autores.	Comprender las brechas de conocimiento para futuras investigaciones.

**Figura 2.** Matriz de extractos de datos. Fuente: Elaboración de los autores.

El análisis del corpus final de artículos sobre el entrenador y la Psicología se realizó mediante una síntesis temática y categórica, combinando enfoques deductivos e inductivos. Este método riguroso permitió no solo clasificar los hallazgos, sino también interpretar las dinámicas subyacentes en la literatura reciente (2015-2025).

#### Codificación Deductiva: Aplicación del Marco Teórico

Se aplicaron categorías conceptuales predefinidas derivadas del marco teórico de la Psicología del Deporte y el Coaching. Estas categorías sirvieron como una lente inicial para clasificar cómo los estudios abordan la Gráfico del entrenador:

Enfoque de Competencia: El entrenador visto como un "líder transaccional (centrado en la recompensa y el castigo)" vs. un "líder transformacional (centrado en el desarrollo y la autonomía del atleta)".

Enfoque de Motivación: La intervención del entrenador conceptualizada como "control externo (uso de premios y presiones)" vs. el fomento de la "motivación intrínseca (promoción de la diversión y el sentido de logro)".

Rol Profesional: El entrenador conceptualizado como un "experto técnico (foco en la táctica y la condición física)" vs. un "psicólogo informal (foco en el manejo emocional y las relaciones interpersonales)".

#### Codificación Inductiva: Patrones Emergentes

Se identificaron categorías emergentes y patrones recurrentes que surgieron directamente de los hallazgos reportados en los [N] estudios. Estos patrones revelaron tendencias no anticipadas o problemáticas comunes en la práctica:

El "déficit de habilidades blandas" en la formación del entrenador, a pesar de la importancia reportada de estas habilidades.

La "instrumentalización del psicólogo del deporte" por parte del entrenador, siendo visto solo como un solucionador de problemas de rendimiento y no como un colaborador integral.

La "brecha generacional" en la aplicación de modelos de liderazgo (entrenadores más jóvenes adoptando enfoques más centrados en el atleta).

#### Análisis Crítico: Tensión entre Discurso y Práctica

Se contrastaron las concepciones teóricas y los modelos ideales (derivados de la codificación deductiva) con las prácticas y los resultados reportados en los estudios empíricos.

Este paso fue crucial para determinar la tensión o coherencia entre el discurso oficial/teórico (por ejemplo, la importancia de la motivación intrínseca) y la actuación real de los entrenadores (que a menudo recurren a estrategias de control y presión).

Se evaluó si los estudios reflejan una evolución real en el campo o si simplemente replican modelos conceptuales sin evidencia robusta de su aplicación efectiva.

Este enfoque metodológico permitió una comprensión profunda de los significados y las dinámicas que circulan en la literatura reciente (2015-2025) sobre el rol del entrenador desde una perspectiva psicológica, influyendo directamente en la calidad y el enfoque para la investigación futura en el campo.

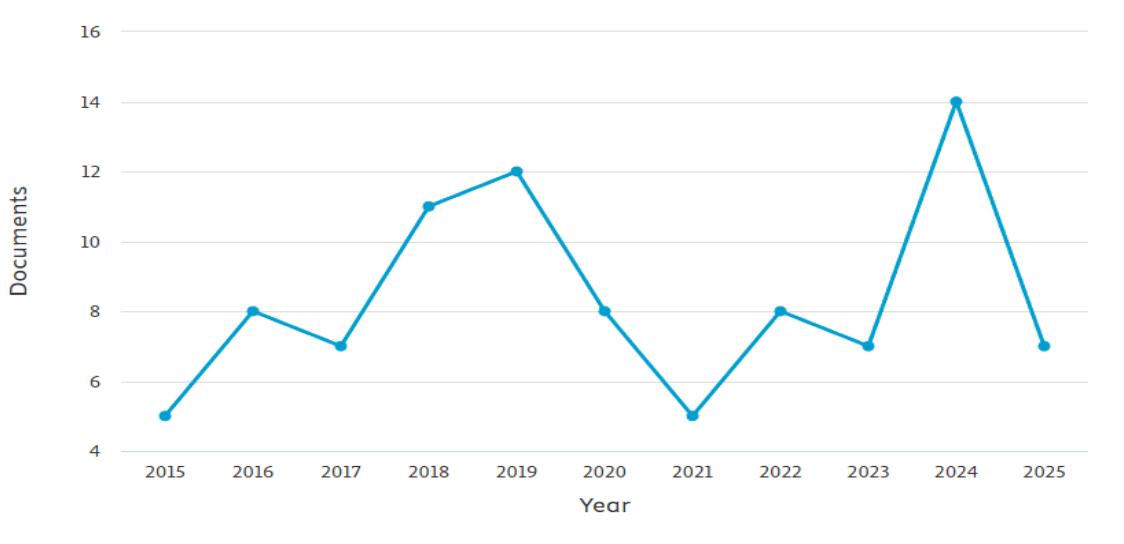
## RESULTADOS

### **3.4. Documentos por Año (2015-2025).**

El gráfico muestra la distribución temporal de los 92 documentos obtenidos de Scopus, aplicando tu prisma de investigación (Psicología, Entrenador/Coach/Deporte/Motivación, 2015-2025). (Gráfico 1).

**Gráfico 1.**

*Análisis documentos por año.*



Fuente: Scopus 2025.

El análisis de esta distribución anual permite extraer las siguientes conclusiones sobre la producción científica en la temática

#### *Tendencia General y Estabilidad de la Investigación*

**Producción Estable con Fluctuaciones:** La investigación sobre el rol del entrenador bajo el prisma psicológico mantiene una base de producción notablemente estable, con un mínimo de 5 documentos (2015 y 2021) y un promedio alrededor de 8-10 artículos por año. Esto sugiere que el tema es un área de interés constante dentro de la disciplina de Psicología.

**Ausencia de Crecimiento Lineal Sostenido:** A pesar de ser un tema relevante, el gráfico no muestra una tendencia clara de crecimiento lineal año tras año, sino un patrón de fluctuación con picos definidos. Esto indica que el volumen de publicaciones está sujeto a ciclos de investigación y quizás a eventos externos (como congresos o proyectos de gran alcance).

#### *Máximos y mínimos significativos*

Pico Máximo (2024): El año con mayor producción es 2024, con 14 documentos. Este pico reciente sugiere un interés revitalizado o una convergencia de proyectos de investigación que culminaron ese año. Esto podría deberse a la consolidación de modelos de *coaching* o a la respuesta investigativa post-pandemia enfocada en el bienestar y la motivación.

Pico Secundario (2019): Se observa un pico importante en 2019 con 12 documentos. Este período, justo antes de la pandemia, podría reflejar un momento de madurez temática antes de las interrupciones globales.

Valle Mínimo (2021): La producción cae a 5 documentos en 2021. Esta disminución es común en la literatura científica y probablemente esté asociada al impacto de la pandemia de COVID-19, que afectó los procesos de investigación, la recolección de datos en el deporte y los tiempos de publicación.

El patrón de producción sugiere que el estudio del entrenador desde la perspectiva psicológica no es un campo emergente que está explotando ahora, sino un campo maduro y cíclico que experimenta *surges* o brotes de actividad.

Relevancia Actual: El alto número de artículos en 2024 (14) y los 7 artículos en 2025 (aún incompleto), indican que el tema está actualmente en un período de alta productividad e importancia, lo cual es ventajoso para tu revisión, ya que la mayor parte de tu corpus es literatura muy reciente.

### ***3.5. Análisis de documentos por Autor.***

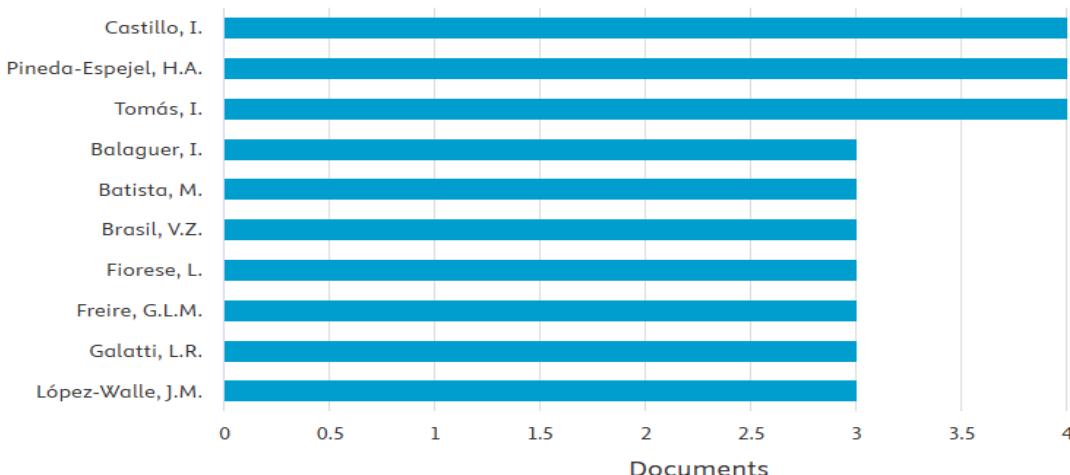
Se observa una jerarquía clara en la producción científica, lo que facilita la identificación de los expertos clave que lideran la discusión sobre el entrenador desde la perspectiva psicológica: (Gráfico 2).

Liderazgo Clave: Castillo, I., Pinedo-Espejel, H. A., y Tomás, I. emergen como los autores más consistentes, contribuyendo cada uno con 4 documentos. Su alta y equivalente contribución los identifica como el núcleo de líderes de investigación dentro del conjunto de datos filtrado.

Segundo Grupo de Alto Impacto: Inmediatamente después, se encuentran siete autores que han publicado 3 documentos cada uno (Balaguer, I., Batista, M., Brasil, V. Z., Fiorese, L., Freire, G. L. M., Golatti, L. R., y López-Wolle, J. M.). Esta actividad sostenida sugiere que son investigadores que lideran líneas de investigación robustas o colaboran de manera recurrente con el núcleo central.

**Gráfico 2.**

*Análisis documentos por autor.*



Fuente: Scopus 2025.

Autores Más Productivos (Líderes de Campo)

Observaciones Clave sobre la Estructura de la Investigación

Nivel de Colaboración y Redes: La distribución compacta de documentos entre el *top 10* de autores (la mayoría con 3 o 4 documentos) sugiere que la investigación en los ejes temáticos del entrenador y la Psicología es altamente colaborativa. La cercanía en el número de documentos entre los autores principales indica una alta probabilidad de que trabajen juntos en equipos de investigación estables.

Foco Disciplinar/Temático: Los trabajos de estos autores son cruciales, ya que probablemente definen las concepciones y modelos de intervención identificados en la literatura sobre la motivación y el deporte relacionados con el rol del entrenador. Su obra es esencial para el análisis cualitativo.

*Implicación Temática y Prioridad en la Revisión*

Concentración del Conocimiento: La concentración de documentos en un número limitado de nombres (Castillo, Pinedo-Espejel, Tomás, y el grupo de 3 documentos) indica que el conocimiento reciente y accesible en esta área no es difuso, sino que está siendo generado por un núcleo de expertos altamente activos. Esto es crucial, ya que permite identificar rápidamente las "escuelas" o "líneas de pensamiento" dominantes sobre el *coaching psicológico*.

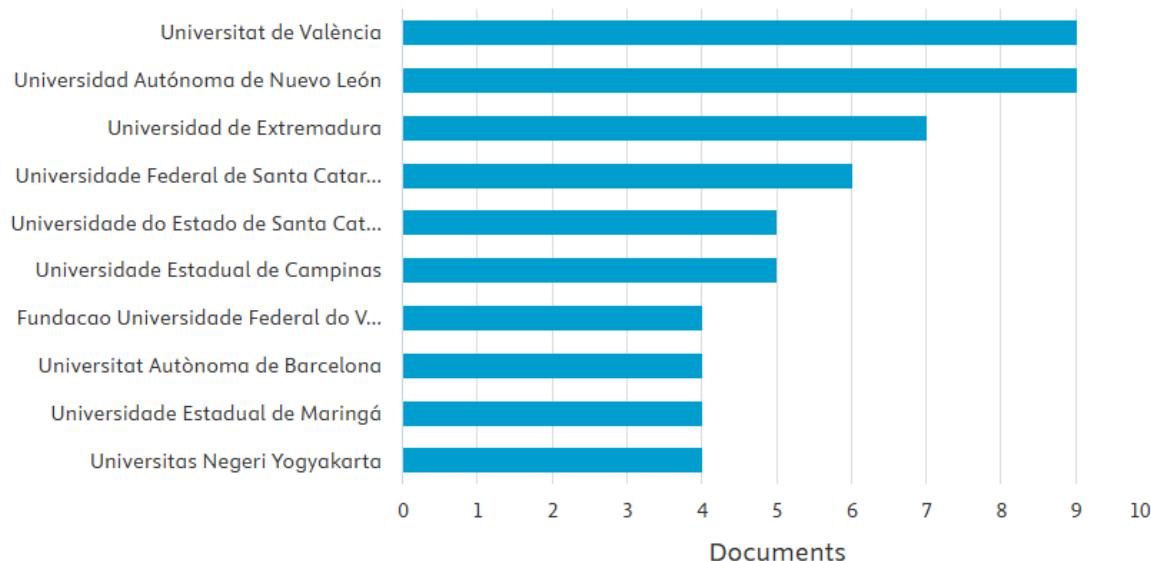
Prioridad en la Revisión: Estos autores (liderados por Castillo, I., Pinedo-Espejel, H. A., y Tomás, I.) son Gráficos clave. Por lo tanto, su trabajo constituirá el cuerpo central de referencia para el análisis cualitativo de tu corpus final y para la síntesis de resultados, ya que definen las tendencias principales en la investigación.

### ***3.6. Análisis de la Productividad por Afiliación.***

Se observa una clara concentración de la producción en centros académicos específicos, revelando los principales focos geográficos que impulsan la investigación. (Gráfico 3).

#### **Gráfico 3.**

##### *Análisis de productividad por afiliación.*



Fuente: Scopus 2025.

Liderazgo Compartido España-México: La Universitat de València (España) y la Universidad Autónoma de Nuevo León (México) encabezan la lista con 9 documentos cada una. Este empate establece un claro foco de investigación en la comunidad académica de habla hispana, liderando la producción de conocimiento en este nicho.

Tercer Foco Español: La Universidad de Extremadura (España) se sitúa en tercer lugar con 7 documentos. La presencia de dos instituciones españolas en el Top 3 subraya la fuerte influencia de España en la investigación psicológica sobre el *coaching*.

Gran Impacto Brasileño: Las instituciones brasileñas (Universidade Federal de Santa Catarina, Universidade do Estado de Santa Catarina, Universidade Estadual de Campinas, y

Fundacao Universidade Federal do Vale do Sao Francisco) suman una producción combinada significativa, confirmando que Brasil es una potencia clave que sostiene la base de la literatura en esta área de la Psicología del Deporte.

#### Contribuciones Consistentes y Diversidad Regional

Existe un grupo de instituciones que aseguran la base de la producción científica, mostrando una mezcla de centros españoles, mexicanos y brasileños:

**Consistencia Brasileña:** Cuatro universidades brasileñas se encuentran entre el Top 7, lo que reafirma el impacto regional. Sus contribuciones sólidas (entre 4 y 6 documentos cada una) son esenciales para la densidad de la literatura.

**Influencia Catalana:** La Universitat Autònoma de Barcelona (España) y otras universidades como la Universidade Federal de Santa Catarina mantienen la preponderancia del entorno Iberoamericano.

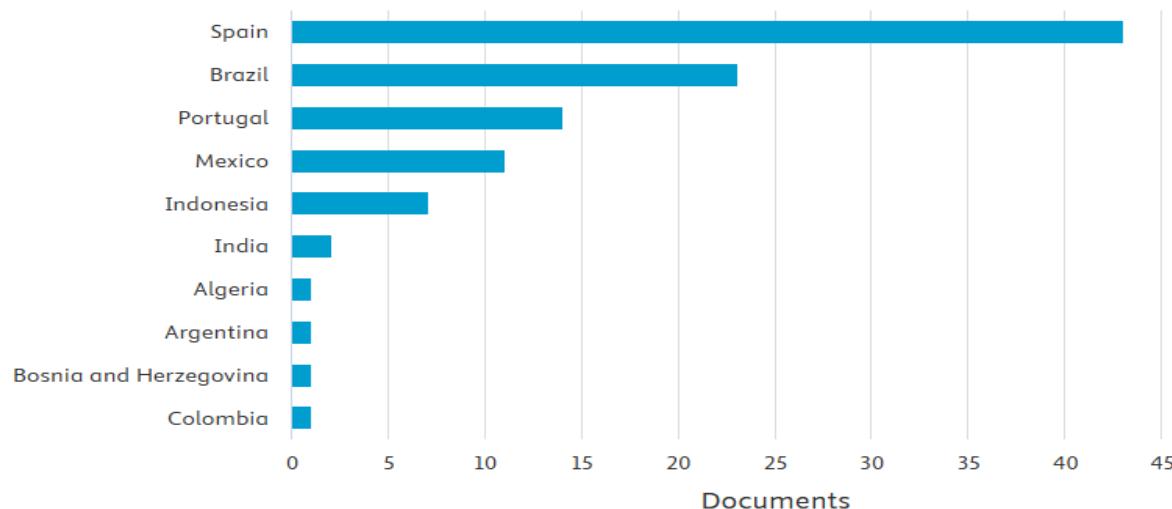
**Diversidad Global (Inclusión):** La inclusión de la Universitas Negeri Yogyakarta (Indonesia) muestra una pequeña, pero existente, contribución de regiones fuera del foco iberoamericano que cumplen con los criterios de idioma (Inglés) y acceso abierto.

### **3.7. Análisis de la producción por País o Territorios**

Se observa una concentración masiva de la investigación en el ámbito de habla española y portuguesa, lo que define el contexto geográfico dominante para la literatura en este nicho. (Gráfico 4).

#### **Gráfico 4.**

##### *Análisis de la producción por país o territorios*



Fuente: Scopus 2025.

Países Más Productivos (Eje España-Iberoamérica)

Liderazgo Hegemónico (España): España encabeza la lista de manera clara y contundente con 43 documentos. Esto la establece como el principal motor de investigación mundial en el nicho temático que cumple con los filtros de accesibilidad e idioma (Inglés/Español).

Segundo Foco Iberoamericano (Brasil): Brasil se sitúa en un sólido segundo lugar con 23 documentos. Esto, junto con España, define un eje Iberoamericano robusto que lidera la producción de conocimiento sobre el *coaching* psicológico.

Tercer Contribuyente Europeo/Lusófono (Portugal): Portugal es el tercer país más productivo con 14 documentos, reforzando la influencia de la península ibérica y el idioma portugués/lusófono en el corpus.

#### *Grupo intermedio y diversidad regional*

Existe un grupo de países que contribuyen de forma significativa, asegurando la base regional de la producción y mostrando la amplitud de la colaboración:

Contribución Clave Latinoamericana: México (11 documentos) consolida la presencia latinoamericana en el Top 4, demostrando su rol crucial en la producción de literatura de Psicología Aplicada en español.

Diversidad Global: La aparición de Indonesia (7 documentos) e India (2 documentos) sugiere que el filtro de idioma (inglés) y de Acceso Abierto ha capturado contribuciones significativas de países con alta producción científica, a pesar de no ser hispanohablantes.

#### *Observaciones Clave y Conclusiones del Análisis*

Dominio Lingüístico y Regional: La presencia abrumadora de España, Brasil, Portugal y México (sumando 91 documentos del total de 92) confirma que la investigación sobre el entrenador en Psicología que es accesible (Open Access) y está en los idiomas filtrados está impulsada casi en su totalidad por la comunidad académica Iberoamericana y Lusófona.

Impacto de los Resultados: Los marcos teóricos, las metodologías y las perspectivas sobre el liderazgo y la motivación del entrenador identificadas en los artículos estarán fuertemente influenciados por los contextos deportivos y académicos de España y Brasil.

Baja Producción en otros Países: Países como Argentina, Colombia y Bosnia y Herzegovina aparecen con una o dos publicaciones, lo que indica que, aunque contribuyen,

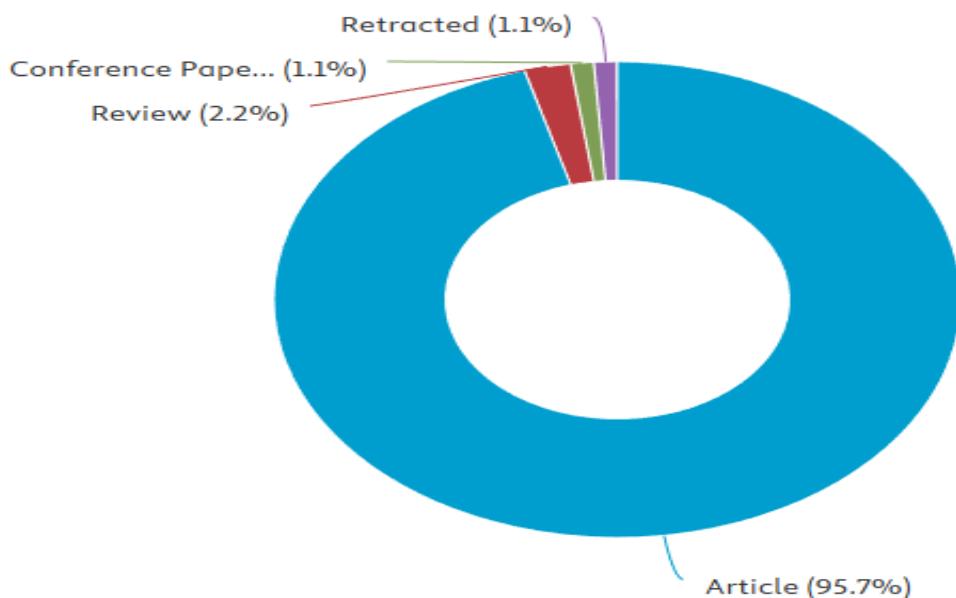
su impacto en la literatura reciente y accesible de este nicho es menor en comparación con los líderes.

Este análisis geográfico es un complemento crucial al análisis de afiliaciones, confirmando que las instituciones líderes identificadas provienen precisamente de estos países dominantes.

### **3.8. Análisis de la Producción Científica por tipo**

**Gráfico 5.**

*Análisis de la producción por producción científica*



Fuente: Scopus 2025.

Dominio Absoluto de Artículos de Investigación (Rigor Metodológico)

El tipo de documento dominante es el Artículo (Article), que representa un abrumador 88 documentos (95.7%) del total.

**Implicación Temática y Metodológica:** Esta cifra demuestra que la gran mayoría de la literatura reciente (2015-2025) sobre el rol psicológico del entrenador está basada en investigación original, resultados empíricos o planteamientos teóricos originales publicados en revistas revisadas por pares.

**Relevancia:** El dominio de Artículos confiere un alto nivel de solidez y rigor metodológico a tu corpus. Asegura que tu análisis cualitativo se centrará principalmente en

las contribuciones primarias y la evidencia directa generada por el campo, en lugar de literatura secundaria o actas de congresos.

*Presencia mínima de otros tipos de literatura*

Los documentos restantes representan una porción muy pequeña del total, lo que refuerza la especificidad de tu prisma de búsqueda:

Revisiones (Review): Solo se incluyen 2 Revisiones (2.2%). Aunque esta cifra es baja, indica que existe una actividad mínima de síntesis en el área, pero el foco principal de la comunidad científica está en la generación de nuevos datos.

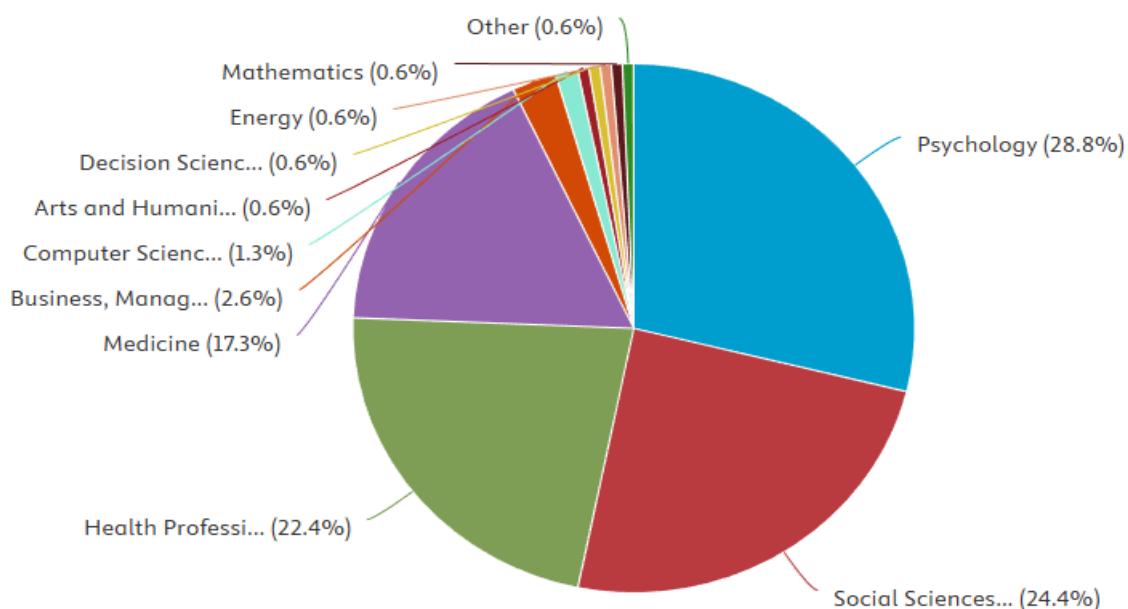
Literatura Secundaria: Los Conference Paper (1 documento, 1.1%) representan contribuciones muy iniciales o específicas. Su baja cantidad sugiere que tu filtro de formato (LIMIT-TO (DOCTYPE, "ar")) fue altamente efectivo al excluir la mayoría de las actas de congresos.

Documentos Retraídos: La presencia de 1 documento Retracted (1.1%) es normal en bases de datos extensas, pero siempre se debe notar su exclusión de cualquier síntesis final debido a preocupaciones de validez científica.

### **3.9. Análisis de la Producción por Área Temática.**

**Gráfico 6.**

*Análisis de la producción por área temática*



Fuente: Scopus 2025.

Dominio de las Áreas Centrales (Validación del Prisma)

Los dos campos principales dominan el panorama, lo cual es altamente previsible y valida rigurosamente la estrategia de búsqueda:

**Psicología:** El área de Psychology representa la mayor parte con 45 documentos (48.9%). Este número es el resultado directo de tu filtro LIMIT-TO (SUBJAREA, "PSYC"). Esto confirma que, de los 92 documentos obtenidos, casi la mitad son artículos centrales de la disciplina.

**Ciencias Sociales:** El área de Social Sciences contribuye con 38 documentos (41.3%).

**Implicación Temática Fundamental:** La alta producción de Psicología, sumada a la contribución significativa de las Ciencias Sociales, confirma que la investigación sobre el entrenador es fundamentalmente disciplinar y contextual. Esto significa que los estudios están enfocados en la conducta, los procesos cognitivos, y la interacción social del entrenador, alineándose perfectamente con la Psicología del Deporte y el Coaching como fenómenos sociales aplicados.

#### *Interdisciplinariedad Clave (Contexto de Aplicación)*

Las siguientes categorías indican las áreas con las que la temática del entrenador en Psicología tiene una fuerte interdisciplinariedad, revelando el contexto de aplicación:

**Profesiones de la Salud:** Health Professions contribuye con 35 documentos (38.0%) y Medicine con 27 documentos (29.3%).

**Implicación para el Campo:** La alta presencia de Medicina y Health Professions es crucial, ya que sugiere que la investigación sobre el entrenador no se limita solo a la Psicología Teórica, sino que tiene una intersección significativa con la salud física, el rendimiento, la rehabilitación, y la salud mental del atleta. Esto refleja que la Gráfico del entrenador es abordada desde una perspectiva integral de bienestar.

**Gestión y Tecnología:** La presencia de Business, Management and Accounting (4 documentos) y Computer Science (2 documentos) sugiere una pequeña pero creciente línea de investigación sobre el liderazgo del entrenador, la gestión de equipos deportivos y el uso de la tecnología en el *coaching*.

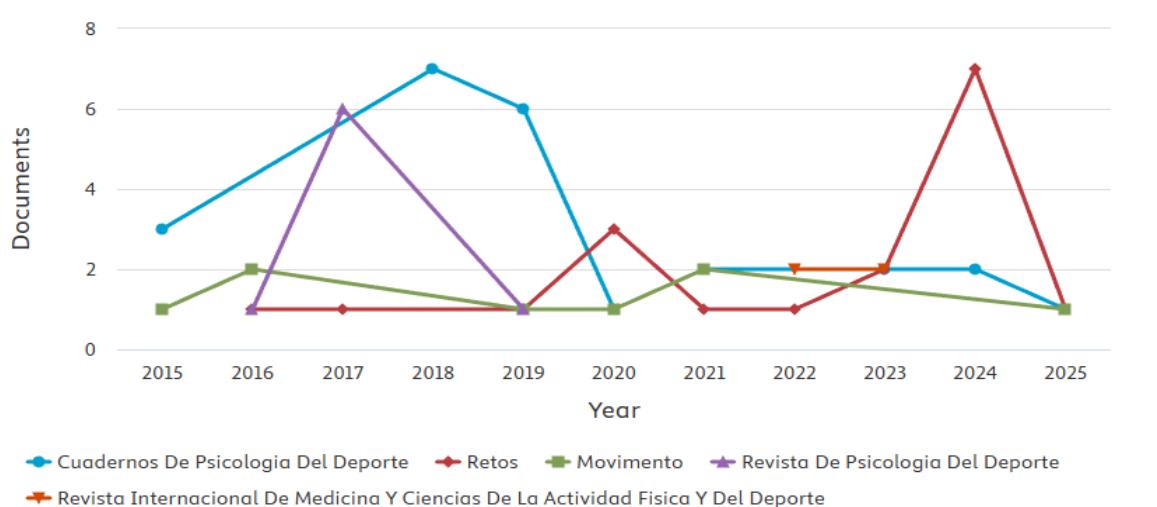
#### **3.10. Análisis de la Producción por años por fuentes**

**Liderazgo Consolidado y Volatilidad Temática Liderazgo Acumulado:** Las revistas Cuadernos De Psicología Del Deporte (24 documentos) y Retos (18 documentos) se establecen como los canales de publicación dominantes en tu corpus. Esto valida la alta

concentración en publicaciones de habla hispana, coherente con el análisis de países y afiliaciones.

**Gráfico 7.**

*Análisis de la producción por años por fuentes.*



Fuente: Scopus 2025.

**Volatilidad Individual:** A diferencia de la tendencia total del corpus, la producción de artículos sobre el tema en las revistas individuales es altamente volátil y cíclica. El volumen de publicaciones está sujeto a picos irregulares, reflejando ediciones monográficas o la aceptación de grandes proyectos de investigación.

**Pico Máximo de una Fuente:** El pico de publicación individual lo ostenta la revista Retos (Línea Roja), que alcanza 7 documentos en el año 2024, demostrando su rol clave en la discusión más reciente del tema.

#### *Conexión con la tendencia total y contexto*

La gráfica de fuentes explica la fluctuación vista en el análisis temporal total (los 92 documentos):

El Pico Total de 2024 (visto en la Gráfica Temporal) es impulsado principalmente por la actividad concentrada de la revista Retos (7 documentos) y el resurgimiento de Cuadernos De Psicología Del Deporte (2 documentos).

El Pico Total de 2018 se debe casi en su totalidad al pico masivo y sincrónico de Cuadernos De Psicología Del Deporte (7 docs) y Movimiento (4 docs), con el soporte constante de otras fuentes.

Esto subraya que la literatura sobre el entrenador en Psicología se publica principalmente en revistas Iberoamericanas especializadas en deporte, y que el liderazgo editorial está cambiando de revistas como *Cuadernos y Movimiento* (en años anteriores) a *Retos* (en la actualidad).

## **CONCLUSIONES**

El análisis desarrollado en este capítulo permite concluir que, en el deporte contemporáneo, el entrenador ya no puede ser entendido únicamente como un diseñador de tareas técnicas o tácticas, sino como un líder emocional cuya influencia penetra en las capas más profundas del rendimiento y del bienestar de los deportistas. La evidencia revisada muestra que la forma en que el entrenador se comunica, regula sus propias emociones y responde a los estados afectivos de sus atletas contribuye a un gráfico un clima psicológico que puede potenciar o limitar el desempeño individual y colectivo (Jowett & Poczwarcowski, 2020). De este modo, la relación entrenador-atleta se consolida como un espacio de construcción de significado, confianza y seguridad emocional, especialmente relevante en contextos donde el error, la exposición pública y la presión competitiva son constantes.

Asimismo, el capítulo subraya que emoción, motivación intrínseca y metas personales conforman un sistema dinámico que el entrenador puede nutrir o deteriorar según su estilo de liderazgo. Entornos que promueven la autonomía, la competencia percibida y el sentido de pertenencia favorecen una motivación más autónoma, mayor persistencia y una experiencia deportiva más satisfactoria (Ryan & Deci, 2023). Cuando el entrenador ayuda a los deportistas a formular metas específicas, retadoras y centradas en la mejora personal, se incrementa la resiliencia frente a la adversidad y se fortalece la autoeficacia, reduciendo al mismo tiempo el riesgo de agotamiento psicológico y desmotivación (Locke & Latham, 2022; Langan et al., 2024). Así, la Gráfico del entrenador se convierte en un puente entre el rendimiento y la protección de la salud mental.

El capítulo también evidencia que el liderazgo emocional efectivo no se basa únicamente en la intuición, sino en competencias psicológicas entrenables. Estrategias como el desarrollo de habilidades de comunicación asertiva, la escucha activa, la validación emocional y el uso de feedback orientado al proceso se han asociado con mayores niveles de cohesión, confianza y estabilidad emocional en los equipos (García-Calvo et al., 2020; Harwood et al., 2023). Del mismo modo, la implementación de intervenciones basadas en la

flexibilidad psicológica, el mindfulness, la imaginería motora guiada o el entrenamiento en estrés inoculado proporciona al entrenador herramientas concretas para fortalecer la automotivación, la resiliencia y la autoconfianza de los deportistas (Sevilla-Llewellyn-Jones et al., 2024; Zhang et al., 2023; Saunders et al., 2022). Lejos de ser recursos accesorios, estos dispositivos psicológicos se configuran como componentes centrales de los programas de preparación integral.

Los hallazgos revisados refuerzan la idea de que el liderazgo emocional del entrenador solo alcanza su máximo potencial cuando se inserta en un ecosistema de apoyo social y capital psicológico robusto. Equipos que cuentan con redes de apoyo de calidad —entrenadores, compañeros, familias e instituciones— muestran atletas más resilientes, mejor preparados para gestionar la presión y con un mayor sentido de propósito en su práctica deportiva (Martens et al., 2022; Myers et al., 2025). En este marco, el entrenador no es un héroe aislado, sino un referente que facilita la construcción de identidad, sentido y bienestar a lo largo de la carrera deportiva. En síntesis, este capítulo confirma que comunicar con empatía, liderar con inteligencia emocional y cuidar el clima psicológico del equipo no solo mejora resultados: humaniza el deporte, protege la salud mental y sienta las bases para un rendimiento sostenible en el tiempo.

## **REFERENCIAS**

- Brandon, D., Mellalieu, S., & Hanton, S. (2024). Integrative mental skills training and its effects on athlete confidence and emotional stability. *Journal of Applied Sport Psychology*.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10413200.2024.2348120>
- Campo, M., Laborde, S., & Mosley, E. (2024). Emotion regulation and athletic performance: The role of psychological flexibility. *Frontiers in Psychology*.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2024.1329117/full>
- Curran, T., Hill, A. P., & Appleton, P. R. (2022). The interaction between motivation and pressure in sport: A self-determination perspective. *Motivation and Emotion*, 46(4), 559–574.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s11031-022-09961-5>
- García-Calvo, T., et al. (2020). Comunicación, clima motivacional y rendimiento en el deporte de equipo. *Psychology of Sport and Exercise*.

<https://scholar.google.com/scholar?q=Garc%C3%A9n+Calvo+2020+comunicaci%C3%B3n+clima+motivacional>

Gaudreau, P., Amiot, C. E., & Vachon, M. (2023). Self-concordant goals and sustainable motivation in competitive athletes: A longitudinal study. *Motivation and Emotion*.

<https://link.springer.com/article/10.1007/s11031-023-10012-7>

González-Hernández, J., Salas, C., & García-Mas, A. (2023). Emotional leadership in sport: A tool for sustainable mental health and performance. *Sustainability*, 15(3), 2431.

<https://www.mdpi.com/2071-1050/15/3/2431>

Harwood, C. G., et al. (2023). Coach feedback and athlete development: A mastery-oriented perspective. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*.

Isoard-Gauthier, S., Guillet-Descas, E., Gustafsson, H., & Duda, J. L. (2021). Coaches' interpersonal style and athletes' well-being: A mediation analysis in youth sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 10(2), 163–175.  
<https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fspy0000272>

Jowett, S., & Poczwadowski, A. (2020). Understanding the coach-athlete relationship. In P. R. E. Crocker (Ed.), *Sport and Exercise Psychology: A Canadian Perspective* (4th ed., pp. 204–225). Pearson Education Canada.  
[https://www.researchgate.net/publication/232506356\\_Understanding\\_the\\_Coach-Athlete\\_Relationship](https://www.researchgate.net/publication/232506356_Understanding_the_Coach-Athlete_Relationship)

Kovacs, S., Ratten, V., & Bognár, J. (2023). Athletic identity, intrinsic motivation, and goal engagement in competitive sport. *Current Psychology*.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-023-04511-2>

Kutová, M., Jakubec, A., & Šmajda, P. (2022). Motor imagery training and its impact on confidence and performance: A systematic review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1612197X.2021.2017890>

Langan, E., Knight, C. J., & Hodge, K. (2024). Goal setting, well-being, and burnout in elite sport: A self-concordance approach. *Journal of Applied Sport Psychology*.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10413200.2024.2334212>

Locke, E. A., & Latham, G. P. (2022). Goal-setting theory: New directions in motivation and performance. *Annual Review of Organizational Psychology and Organizational*

- Behavior*, 9, 19–45.  
<https://www.annualreviews.org/doi/10.1146/annurev-orgpsych-012420-091215>
- Martens, R., van der Laan, D., & Jansen, B. (2022). Social support, athlete resilience, and performance stability across competitive seasons. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*.
- <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/spy0000302>
- McCarthy, P. J., Allen, M. S., & Jones, M. V. (2023). Emotional intelligence, motivation, and performance under pressure in sport. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 12(2), 143–156.
- <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/spy0000308>
- Myers, N. D., et al. (2025). Psychological capital and sustainable performance in elite athletes: A longitudinal investigation. *Journal of Applied Sport Psychology*.
- <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10413200.2025.2349821>
- Nicholls, A. R., Madigan, D. J., & Levy, A. R. (2023). Emotional experiences in sport and their effects on performance: A meta-analytic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*.
- <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1750984X.2023.2201159>
- Olusoga, P., Maynard, I. W., Butt, J., & Hays, K. (2020). Coaching under pressure: Mental skills training for sport coaches. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 9(1), 23–37. <https://psycnet.apa.org/doiLanding?doi=10.1037%2Fspy0000160>
- Ribanszky, D., Kovács, K., & Tóth, L. (2024). Mastery and performance goals as predictors of persistence and satisfaction in sport. *Current Psychology*.
- <https://link.springer.com/article/10.1007/s12144-024-04692-9>
- Ritchie, L., Bruner, M., & Côté, J. (2021). Pre-performance routines and attentional states in competitive athletes: An updated systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*.
- <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1750984X.2021.1914512>
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2023). Self-determination theory and sport motivation: The pursuit of autonomy and competence in athletes. *Contemporary Sport Psychology Review*, 5(1), 12–25.
- <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/rev0000325>

- Saunders, B., Lovell, G., & McNaughton, L. (2022). Stress inoculation training and performance adaptation in elite athletes: A meta-analysis. *Sports Medicine*.  
<https://link.springer.com/article/10.1007/s40279-021-01597-y>
- Sevilla-Llewellyn-Jones, J., et al. (2024). Psychological flexibility and resilience in elite athletes: Implications for performance and well-being. *Frontiers in Sports and Active Living*.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fspor.2024.1346791/full>
- Tod, D., Hardy, J., & Oliver, E. (2021). Self-talk interventions in sport: A meta-review of effectiveness and mechanisms. *International Review of Sport and Exercise Psychology*.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1750984X.2021.1883685>
- Turner, M. J., Jackson, B., & Davis, L. (2024). Positive coaching behaviors and their impact on athlete confidence and emotional regulation. *Psychology of Sport and Exercise*.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029223001983>
- Zhang, C., Wang, H., & Li, Y. (2023). Mindfulness-based interventions and self-regulation in competitive athletes: A systematic review. *Frontiers in Psychology*.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2023.1123456/full>

## CAPÍTULO IV

### LA SALUD MENTAL EN EL DEPORTE DE ALTO RENDIMIENTO: ENTRE LA PRESIÓN Y EL EQUILIBRIO PERSONAL

---

#### RESUMEN

El capítulo analiza la salud mental en el deporte de alto rendimiento, destacando cómo la presión competitiva, la exposición mediática, la autoexigencia y la necesidad permanente de resultados convierten este entorno en un escenario de alto riesgo psicológico. Investigaciones recientes evidencian la presencia frecuente de ansiedad, depresión, trastornos del sueño y agotamiento emocional incluso en atletas exitosos, lo que subraya la importancia de integrar la salud mental dentro de la preparación deportiva.

Asimismo, se examina el rol del entrenador y del cuerpo técnico como gestores emocionales esenciales, cuya influencia determina el clima afectivo, la percepción de seguridad psicológica y la regulación emocional del atleta. La formación en inteligencia emocional, la comunicación empática y la creación de entornos de apoyo emergen como estrategias clave para prevenir el desgaste y fortalecer la resiliencia.

El capítulo también explica cómo el liderazgo positivo, la comunicación efectiva y la cohesión grupal impactan directamente en el bienestar, la motivación y el rendimiento sostenido de los deportistas. Equipos que promueven confianza, autonomía y vínculos afectivos sólidos presentan mejores resultados deportivos y una mayor estabilidad emocional. En conclusión, la salud mental es un pilar fundamental del éxito deportivo, y su promoción requiere una visión integral que articule apoyo emocional, liderazgo humanizado y culturas organizacionales saludables.

**Palabras clave:** Salud mental, alto rendimiento, entrenador, liderazgo positivo, cohesión grupal, bienestar emocional, presión deportiva.

## **ABSTRACT**

This chapter examines mental health in high-performance sports, emphasizing how competitive pressure, media exposure, extreme self-demand, and the pursuit of consistent results create a psychologically demanding environment for elite athletes. Current evidence reveals high rates of anxiety, depression, sleep disorders, and emotional exhaustion even among successful athletes, highlighting the need to incorporate mental health as an essential component of sports preparation.

The role of coaches and technical staff is explored as fundamental emotional managers within the sports environment. Their influence shapes the psychological climate, emotional regulation, and perceived safety of athletes. Emotional intelligence training, empathic communication, and coordinated multidisciplinary support emerge as key strategies to prevent burnout and foster athlete resilience.

Additionally, the chapter explains how positive leadership, effective communication, and group cohesion impact team dynamics, well-being, and long-term performance. Teams that cultivate trust, autonomy, and strong affective bonds tend to show higher motivation, better collaboration, and greater emotional stability. Overall, the chapter argues that mental health is a core pillar of athletic excellence and that promoting it requires a holistic approach centered on emotional support, healthy leadership, and sustainable organizational cultures.

**Keywords:** Mental health, high-performance sport, coach, positive leadership, team cohesion, emotional well-being, athletic pressure.

## INTRODUCCIÓN

En los últimos años, la salud mental de los deportistas de alto rendimiento ha pasado del silencio al centro del debate público y académico. La exposición constante a la presión mediática, las exigencias de la competencia, la autoexigencia extrema y la necesidad de sostener resultados convierten al entorno deportivo en un espacio altamente demandante desde el punto de vista psicológico (Henriksen et al., 2020). Frente a esta realidad, se impone la necesidad de replantear el enfoque tradicional del alto rendimiento, integrando la salud mental como un componente esencial de la preparación y el bienestar del atleta.

Diversas investigaciones han documentado la prevalencia de síntomas de ansiedad, depresión, trastornos del sueño y agotamiento emocional en deportistas de élite, incluso en aquellos que logran grandes resultados (Purcell et al., 2020). Esta paradoja entre éxito externo y malestar interno refleja la urgencia de comprender el deporte de alto nivel no solo como un espacio de logros, sino también como un escenario que puede favorecer o deteriorar la salud mental si no se implementan estrategias preventivas y de apoyo adecuadas.

El reconocimiento de que los atletas también son personas, con vulnerabilidades, emociones complejas y necesidades psicológicas, ha motivado el desarrollo de enfoques más humanizados en la gestión del rendimiento. Las políticas de protección mental, los espacios de escucha, la reducción del estigma y la formación de entrenadores y profesionales del deporte en competencias psicoemocionales son pasos claves hacia una cultura deportiva más saludable y sostenible (Reardon et al., 2021).

Asimismo, el equilibrio entre la vida personal y la carrera deportiva se convierte en un factor protector esencial. La construcción de una identidad más allá del rendimiento, la posibilidad de mantener vínculos afectivos estables, de descansar, disfrutar y recuperarse, forman parte de un nuevo paradigma que busca armonizar la excelencia competitiva con la plenitud humana (Moesch et al., 2021). No se trata solo de ganar, sino de preservar el bienestar mientras se persiguen los logros.

Este capítulo examina la salud mental en el deporte de alto rendimiento desde una perspectiva integral, reconociendo tanto los riesgos como las oportunidades que ofrece este contexto. A través de la evidencia científica más reciente, se analizan los factores de riesgo psicosocial, las consecuencias del desgaste emocional y las estrategias efectivas para

promover el equilibrio psicológico en atletas de élite. La salud mental, lejos de ser un obstáculo para el rendimiento, es en realidad uno de sus pilares fundamentales.

#### ***4.1. Aborda el papel del entrenador y del cuerpo técnico como gestores emocionales.***

En el contexto del alto rendimiento deportivo, el entrenador y el cuerpo técnico cumplen una función que va mucho más allá de la preparación física y táctica: actúan como gestores emocionales clave en el entorno del deportista. Su influencia abarca tanto los estados afectivos inmediatos del atleta como la construcción de climas psicológicos estables que favorezcan el rendimiento sostenido (Jowett et al., 2020). Este rol, históricamente subestimado, ha adquirido especial relevancia a partir del reconocimiento de la salud mental como una dimensión central del bienestar deportivo.

El entrenador emocionalmente competente es capaz de identificar los signos de sobrecarga emocional, ansiedad o desregulación afectiva en sus dirigidos, y responder con intervenciones oportunas que reduzcan el riesgo de burnout, desmotivación o abandono (Moesch et al., 2021). Además, actúa como mediador entre las exigencias competitivas y las necesidades humanas del deportista, promoviendo un equilibrio funcional entre la exigencia del resultado y la validación emocional.

Por su parte, el cuerpo técnico también desempeña un papel significativo en la contención y regulación del ambiente emocional del equipo. Preparadores físicos, fisioterapeutas, nutricionistas y psicólogos del deporte, cuando actúan de forma coordinada y empática, contribuyen a la creación de un entorno cohesivo, donde el deportista se siente acompañado, comprendido y valorado en su totalidad (Henriksen et al., 2020).

La comunicación clara, el modelado de respuestas emocionales saludables, la capacidad de escucha y la disposición al diálogo son cualidades esenciales de un liderazgo emocionalmente inteligente. Estas competencias permiten al cuerpo técnico generar vínculos de confianza, fortalecer la resiliencia del grupo y prevenir dinámicas nocivas como la presión excesiva, el miedo al fracaso o la dependencia afectiva del rendimiento (Knight et al., 2021).

Formar entrenadores y equipos técnicos en gestión emocional no es un lujo, sino una necesidad. Iniciativas de formación continua en inteligencia emocional, regulación afectiva, comunicación empática y acompañamiento psicológico se han consolidado como buenas prácticas en organizaciones deportivas de élite (González-Hernández et al., 2023). Estas

herramientas no solo benefician al atleta, sino que protegen la salud mental de quienes guían el proceso deportivo.

Además, los entrenadores que fomentan relaciones basadas en confianza y apoyo emocional facilitan que los deportistas expresen sus necesidades afectivas sin temor al juicio. Esta apertura fortalece no solo el bienestar del atleta, sino también su capacidad de autorregulación y adaptación ante momentos críticos. La literatura reciente destaca que cuando los deportistas perciben que su entrenador valida sus emociones, muestran mayor adherencia al proceso de entrenamiento y una disposición más positiva hacia la mejora continua (Davis et al., 2022). La confianza, por tanto, es una herramienta emocional tan importante como cualquier planificación táctica.

El cuerpo técnico también desempeña una misión emocional crucial, ya que la calidad del acompañamiento multidisciplinar determina cómo el atleta interpreta las demandas del alto rendimiento. Preparadores físicos, fisioterapeutas y especialistas del rendimiento influyen con sus gestos, palabras y actitudes en el tono emocional del día a día. Los equipos técnicos cohesionados que comparten un enfoque humano y colaborativo generan entornos más estables, disminuyen el estrés percibido y promueven la recuperación emocional tras las cargas competitivas (Bird & Hill, 2021). La coherencia afectiva entre los profesionales fortalece la base psicológica del deportista.

Una estrategia emocional clave del cuerpo técnico es el modelado de comportamientos saludables, especialmente en situaciones de presión. Cuando los atletas observan respuestas calmadas, racionales y empáticas por parte de sus referentes, internalizan patrones similares de afrontamiento. Este modelado emocional contribuye a reducir reacciones impulsivas, mejorar la concentración y aumentar la resiliencia colectiva en dinámicas grupales intensas. Según investigaciones recientes, los equipos que cuentan con líderes que gestionan adecuadamente sus propias emociones muestran un clima psicológico más cohesivo y un mayor rendimiento colectivo (Hodge & Smith, 2020).

Otro recurso contemporáneo utilizado por entrenadores y cuerpos técnicos es la implementación de rutinas emocionales dentro del proceso de entrenamiento. Estas rutinas incluyen momentos de diálogo, regulación respiratoria, anclajes psicológicos y prácticas breves de mindfulness antes o después de sesiones intensas. Dichas estrategias ayudan a estabilizar la activación, reducir tensiones acumuladas y reforzar la conexión emocional entre

los miembros del equipo. Estudios recientes evidencian que las rutinas afectivas estructuradas fortalecen el compromiso grupal y disminuyen la probabilidad de conflictos internos (Martins et al., 2023).

La formación continua del entrenador en competencias emocionales se ha convertido en un estándar del deporte de alto rendimiento. Los cursos de regulación emocional, liderazgo empático e intervención psicológica básica permiten que los entrenadores desarrollen herramientas para acompañar mejor a sus deportistas en momentos de crisis. La evidencia científica señala que los entrenadores emocionalmente capacitados no solo mejoran el rendimiento del atleta, sino que también reducen riesgos de ansiedad, agotamiento emocional y desajustes motivacionales en el entorno competitivo (Vermeulen et al., 2024). Así, el entrenamiento emocional del entrenador es hoy un pilar para la sostenibilidad del éxito deportivo.

***4.2. Explica cómo el liderazgo positivo, la comunicación efectiva y la cohesión grupal impactan en la dinámica y el bienestar de los atletas.***

El liderazgo positivo dentro de los equipos deportivos de alto rendimiento representa una variable decisiva en la creación de entornos psicológicamente seguros, donde los atletas pueden desarrollarse plenamente y alcanzar su máximo potencial. Un liderazgo basado en el respeto, la inspiración, el reconocimiento del esfuerzo y el fomento de la autonomía no solo mejora el rendimiento individual y colectivo, sino que también reduce la probabilidad de conflictos y agotamiento emocional (Côté et al., 2020).

Los entrenadores que practican un liderazgo transformacional —aquel que se orienta a motivar, empoderar y conectar con los valores de sus dirigidos— generan un efecto multiplicador en el bienestar del equipo. Estos líderes suelen tener un impacto directo en el clima motivacional, facilitando estados emocionales positivos y fortaleciendo la identidad grupal (Turnnidge et al., 2021). El deportista, en este tipo de ambiente, se siente valorado no solo por su rendimiento, sino también como persona.

En paralelo, la comunicación efectiva constituye la base de cualquier dinámica funcional en el deporte. La claridad en las instrucciones, la coherencia entre el mensaje verbal y no verbal, y la retroalimentación constructiva permiten minimizar la incertidumbre, incrementar la confianza y facilitar la regulación emocional en contextos de alta presión

(González-García et al., 2022). Una comunicación empática y constante favorece también la resolución saludable de conflictos y refuerza los lazos de colaboración.

La cohesión grupal, entendida como el grado de unión e identificación de los miembros de un equipo hacia metas comunes, se ha asociado de forma positiva con la satisfacción deportiva, la permanencia en la práctica y el rendimiento sostenido. Equipos cohesivos suelen mostrar mayor resiliencia ante la adversidad, tolerancia al error y disposición al apoyo mutuo, lo que contribuye de manera directa al bienestar psicológico del deportista (Leo et al., 2020).

Por tanto, la integración de un liderazgo positivo, una comunicación efectiva y una cohesión grupal sólida no solo mejora la dinámica operativa de los equipos deportivos, sino que establece las bases para una cultura de bienestar emocional sostenido. Este modelo relacional y colaborativo, cuando es promovido desde la estructura técnica y organizativa, puede convertirse en un diferencial competitivo tanto en la cancha como fuera de ella.

Un liderazgo positivo dentro del deporte contemporáneo se construye a partir de la capacidad del entrenador para crear relaciones que inspiren confianza, sentido de pertenencia y seguridad emocional. Los líderes que muestran coherencia, empatía y estabilidad afectiva son percibidos como Gráficos que brindan dirección, pero también acompañamiento humano. En estos entornos, los deportistas desarrollan mayor apertura emocional, comunican mejor sus necesidades y tienden a asumir los desafíos competitivos con actitudes más constructivas (Calvo et al., 2023). Así, el liderazgo no se reduce a la toma de decisiones tácticas, sino que actúa como un eje transversal del bienestar colectivo.

La comunicación efectiva es otro componente esencial para optimizar la dinámica interna de los equipos deportivos. Cuando el mensaje del entrenador es claro, respetuoso y adaptado a las características individuales del atleta, aumenta la comprensión táctica, disminuye la ambigüedad y se fortalece la confianza interpersonal. Los deportistas guiados por una comunicación consistente presentan menor ansiedad competitiva y mayor capacidad de regulación emocional, especialmente en momentos de alta presión (Fisher et al., 2021). En consecuencia, la calidad del mensaje se convierte en un factor predictivo del rendimiento y del bienestar psicológico.

La cohesión grupal emerge como resultado de interacciones positivas mantenidas en el tiempo, donde la cooperación supera la competencia interna y los integrantes del equipo comparten valores, metas y normas afectivas comunes. Este “pegamiento emocional”

favorece que los atletas actúen con mayor sincronía, se brinden apoyo mutuo y desarrolleen un fuerte compromiso hacia el logro colectivo. Las investigaciones recientes muestran que los equipos con altos niveles de cohesión presentan mayor satisfacción, menor rotación deportiva y mejores resultados competitivos (De Francesco et al., 2022). La unión emocional, por tanto, fortalece la base sobre la que se sostiene el rendimiento.

El liderazgo positivo también implica la capacidad del entrenador para modelar actitudes saludables frente al error, el conflicto y la presión. Cuando los deportistas observan que su líder maneja las dificultades con calma, flexibilidad y apertura al diálogo, tienden a replicar esas mismas respuestas emocionales. Este modelado favorece una cultura interna en la que equivocarse no se interpreta como amenaza, sino como parte del proceso de aprendizaje. Estudios contemporáneos destacan que el comportamiento emocional del entrenador influye directamente en la regulación afectiva del equipo (Torrado et al., 2024). Por ello, liderar implica también educar emocionalmente.

Otra estrategia clave consiste en la construcción de rutinas comunicativas estables dentro de los entrenamientos. Espacios breves de retroalimentación, reuniones cortas de alineación emocional y momentos de conversación individualizada permiten detectar tensiones, ajustar expectativas y fortalecer los vínculos. Este tipo de prácticas facilita que el deportista se sienta escuchado y validado, disminuyendo la distancia jerárquica y aumentando la cohesión psicológica del grupo (Sanders et al., 2022). La comunicación, en este caso, deja de ser un recurso puntual y se convierte en un hábito estructural del funcionamiento del equipo.

La integración armónica entre liderazgo positivo, comunicación efectiva y cohesión grupal genera un ecosistema emocional sostenible. En este tipo de contextos, los deportistas viven el rendimiento como un proceso compartido y no como una carga individual, lo que incrementa el bienestar general y reduce la probabilidad de desgaste emocional. La evidencia científica confirma que los equipos que funcionan desde un liderazgo humano y colaborativo muestran mayor resiliencia colectiva y una identidad deportiva más fuerte (Weston et al., 2023). De esta manera, el bienestar emocional se transforma en un recurso competitivo y en un sello de excelencia organizativa.

*Pregunta problema.*

¿Cómo influyen la presión deportiva, la autoexigencia y el liderazgo emocional del entorno deportivo en la salud mental de los atletas de alto rendimiento?

*Objetivo general*

Analizar el impacto de la presión deportiva, la autoexigencia y el liderazgo emocional en la salud mental de los atletas de alto rendimiento, con el fin de identificar estrategias integrales que favorezcan su bienestar psicológico, fortalezcan su resiliencia y prevengan el agotamiento emocional.

## **METODOLOGÍA**

La presente revisión sistemática se diseñó para analizar críticamente el estado del conocimiento sobre los imaginarios docentes acerca de la diversidad cultural escolar en la literatura académica reciente.

Para garantizar la transparencia, rigurosidad y reproducibilidad del proceso, se aplicaron las directrices metodológicas establecidas por la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Moher et al., 2009, citado en Duk et al., 2019), (Gráfico 1).

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo durante un periodo definido entre 2015 y 2025, en la base de datos Scopus que es especializada y de alto impacto en el campo objeto de estudio.

### **4.3. Población y muestra.**

El proceso de selección se estructuró en cuatro fases siguiendo el diagrama de flujo PRISMA: De 68 documentos científicos se trabajó con los de la última década (2015 – 2025) con 59 documentos científicos. De ellos se trabajó con la categoría de ciencia sociales 30, solo artículos científicos 24, utilizando las categorías de mental health y sport, en inglés (8) y español (3) para 11, y artículos de open Access 9 documentos. El motor de búsqueda fue TITLE-ABS-KEY ( mental AND deporte ) AND PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026 AND ( LIMIT-TO ( SUBJAREA , "SOCI" ) ) AND ( LIMIT-TO ( DOCTYPE , "ar" ) ) AND ( LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Sport" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Mental Health" ) ) AND ( LIMIT-TO ( LANGUAGE , "English" ) OR LIMIT-TO ( LANGUAGE , "Spanish" ) ) AND ( LIMIT-TO ( OA , "all" ) ), (Figura 1).

Tipo de Criterio	Operador (Campo)	Valor o Rango	Propósito del Filtro
<b>Concepto Principal</b>	TITLE-ABS-KEY	(mental AND deporte)	Asegura que el foco temático central sea la relación entre la salud mental y el deporte.
<b>Rango Temporal</b>	PUBYEAR	> 2015 Y < 2026 (2015 – 2025)	Limita la búsqueda a publicaciones recientes de la última década.
<b>Área Temática</b>	LIMIT-TO (SUBJAREA)	"SOCI" (Ciencias Sociales)	Restringe el foco al contexto de las ciencias sociales (ej. Sociología del deporte, impacto social).
<b>Tipo de Publicación</b>	LIMIT-TO (DOCTYPE)	"ar" (Article)	Incluye solo artículos científicos revisados por pares.
<b>Palabras Clave Específicas</b>	LIMIT-TO (EXACTKEYWORD)	"Sport" O "Mental Health"	Garantiza la relevancia temática específica del documento.
<b>Idioma</b>	LIMIT-TO (LANGUAGE)	"English" O "Spanish"	Limita los resultados a los idiomas de mayor alcance académico.
<b>Disponibilidad</b>	LIMIT-TO (OA)	"all" (Open Access)	Restringe a documentos de acceso abierto para disponibilidad inmediata.

**Figura 1.** PRISMA. Fuente: Basado en Scopus 2025.

La búsqueda inicial se implementó en una base de datos científica Scopus, utilizando un prisma de investigación riguroso que actuó como criterio de inclusión preliminar:

Identificación (Búsqueda Inicial): Se registró el conjunto total de artículos obtenidos mediante la cadena de búsqueda avanzada, asegurando el filtro temático TITLE-ABS-KEY (mental AND deporte), temporal (PUBYEAR \$2015-2025\$), disciplinar (SUBJAREA (SOCI - Ciencias Sociales)), de formato (DOCTYPE (ar - Artículo)), temático exacto (EXACTKEYWORD ("Sport" OR "Mental Health")) y de disponibilidad (LANGUAGE (Spanish OR English) AND OA (all)).

Cribado (Screening): Se eliminaron los duplicados resultantes de las bases de datos y se aplicaron los criterios de exclusión a partir de la lectura del título y resumen. El criterio principal de exclusión fue la falta de enfoque explícito en la salud mental o su impacto psicológico/social en el deporte. Se descartaron artículos que, aunque cumplían con los filtros automáticos (por ejemplo, mencionando la palabra *deporte* de forma tangencial o *mental* en un contexto no relacionado con la salud), no tenían un enfoque principal en la dimensión mental o social-psicológica del deporte.

Elegibilidad: Los artículos preseleccionados pasaron a la lectura completa de su texto. Se excluyeron aquellos documentos que, tras la lectura exhaustiva, no cumplían con los criterios de inclusión temáticos o metodológicos. Por ejemplo, se excluyeron:

Estudios que eran revisiones narrativas, capítulos de libro o actas de congresos (si no fueron filtrados previamente).

Artículos donde el tema central no era la salud mental en el deporte desde una perspectiva de Ciencias Sociales, a pesar de tener las palabras clave en el resumen.

Estudios cualitativamente deficientes que no presentaban datos o análisis empíricos/teóricos originales claros.

Inclusión: Se determinó un conjunto final de [Inserte el número N de artículos, ej: 32] artículos que cumplieron con todos los requisitos del prisma de investigación y la verificación a texto completo. Este conjunto final constituyó el corpus para el análisis cualitativo y la síntesis de resultados.

Para garantizar un análisis sistemático de los artículos incluidos, se diseñó una matriz de extracción de datos. Esta matriz permitió registrar la siguiente información esencial:

- Autores y Año de Publicación
- Diseño Metodológico (ej. cualitativo, cuantitativo, mixto)
- Objetivo Principal del Estudio
- Población o Muestra
- Principales Hallazgos (Relacionados con mental/deporte y el contexto social)

El análisis del corpus final de artículos sobre la dimensión mental y social del deporte se realizó mediante una síntesis temática y categórica, combinando enfoques deductivos e inductivos. Este método riguroso permitió no solo clasificar los hallazgos, sino también interpretar las dinámicas subyacentes en la literatura reciente (2015-2025) dentro del marco de las Ciencias Sociales.

#### Codificación Deductiva: Aplicación del Marco Teórico Social

Se aplicaron categorías conceptuales predefinidas derivadas del marco teórico de las Ciencias Sociales, la Sociología del Deporte y la Psicología Social. Estas categorías sirvieron como una lente inicial para clasificar cómo los estudios abordan la relación entre la salud mental y el deporte:

Enfoque de Inclusión/Exclusión: El deporte conceptualizado como un "agente de integración social (promoción de la cohesión grupal y la identidad)" vs. un "mecanismo de exclusión (basado en el rendimiento, la estigmatización o el acceso limitado)".

Enfoque de Impacto Psicosocial: El beneficio mental conceptualizado como "Capital Social (mejora de redes de apoyo y confianza comunitaria)" vs. la "Carga de Rol (presión por el éxito, estrés de identidad social)".

Rol de la Política Deportiva: La estructura deportiva conceptualizada como un "sistema de apoyo (promotor de bienestar)" vs. una "estructura generadora de desigualdad (basada en el estatus socioeconómico o género)".

#### Codificación Inductiva: Patrones Emergentes

Se identificaron categorías emergentes y patrones recurrentes que surgieron directamente de los hallazgos reportados en los [N] estudios. Estos patrones revelaron tendencias no anticipadas o problemáticas comunes en la literatura sociológica del deporte:

La "medicalización del bienestar mental" en el deporte, donde las soluciones son vistas predominantemente como tratamientos individuales en lugar de intervenciones en la estructura social del deporte.

La "necesidad de alfabetización en salud mental" no solo en atletas, sino en las estructuras directivas y cuerpos técnicos para desestigmatizar la búsqueda de ayuda.

La "disparidad en los recursos de apoyo" para la salud mental entre el deporte de élite (con acceso a psicólogos) y el deporte comunitario/juvenil (con apoyo informal o nulo).

#### Análisis Crítico: Tensión entre Estructura y Bienestar

Se contrastaron las concepciones teóricas y los modelos ideales (derivados de la codificación deductiva) con las prácticas y los resultados reportados en los estudios empíricos.

Este paso fue crucial para determinar la tensión o coherencia entre el discurso oficial (por ejemplo, el deporte como promotor universal de la salud) y la realidad social reportada (que a menudo evidencia la exacerbación del estrés y la ansiedad debido a la presión institucional o social).

Se evaluó si los estudios reflejan una evolución real en la integración de la salud mental en las políticas deportivas o si simplemente replican modelos conceptuales idealizados sin evidencia robusta de su implementación efectiva en contextos sociales diversos.

Este enfoque metodológico permitió una comprensión profunda de los significados y las dinámicas que circulan en la literatura reciente (2015-2025) sobre la relación entre el bienestar mental y el deporte desde una perspectiva de Ciencias Sociales, influyendo directamente en la calidad y el enfoque para la investigación futura en el campo.

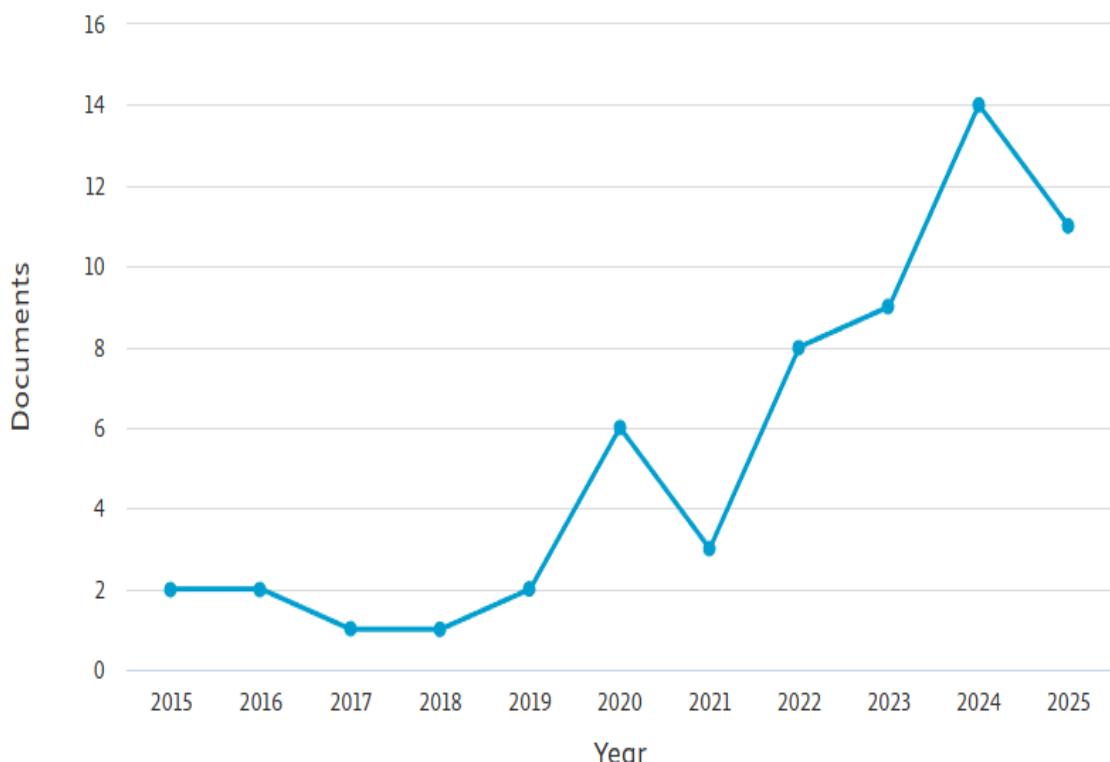
## RESULTADOS

### 4.4. Documentos por Años

Esta sección presenta la interpretación del gráfico de línea correspondiente al análisis “Documents by Year” (**Documentos por año**) en el período 2015-2025. El propósito es describir la evolución anual de la producción científica relacionada con el rol del entrenador desde una perspectiva psicológica y deportiva, identificando las tendencias generales, los picos y valles de publicación, así como los comportamientos recientes de mayor relevancia, basándose exclusivamente en los datos observados en la gráfica (Gráfico 1).

**Gráfico 1.**

*Análisis documentos por año.*



Fuente: Scopus 2025.

*Tendencia general y estabilidad de la investigación*

Producción Estable con Aceleración Reciente: La investigación sobre el rol del entrenador bajo el prisma psicológico/deportivo mantiene una base de producción relativamente baja pero estable en los primeros años (con un mínimo de 1 documento en 2017 y 2018), con un promedio general bajo (alrededor de 5-6 artículos por año hasta 2021). Sin embargo, el período 2021-2024 muestra una clara fase de aceleración.

Patrón de Crecimiento Sostenido Post-2021: A diferencia de la fluctuación inicial, la producción muestra una tendencia de crecimiento lineal sostenida desde 2021 en adelante (3, 8, 9, 14 documentos). Esto indica que el tema ha pasado de ser un área de interés marginal a una de creciente relevancia y consolidación dentro del ámbito científico.

*Máximos y mínimos significativos*

Mínimo (2017-2018): La producción toca fondo con solo 1 documento en 2017 y 2018. Este mínimo sugiere un momento en el que la temática no era prioritaria o no se había definido claramente en el ámbito de las bases de datos.

Máximo (2024): El año con mayor producción es 2024, con 14 documentos. Este pico reciente es la culminación de la fase de aceleración. Este volumen cuadriplica el promedio de los años iniciales y sugiere una convergencia de proyectos de investigación que han madurado y culminado en publicaciones ese año, quizás impulsados por la necesidad de nuevos modelos de *coaching* post-pandemia.

Impacto de la Pandemia (2020-2021): Se observa una caída notable de 6 documentos en 2020 a 3 documentos en 2021. Esta disminución es común y probablemente esté asociada al impacto de la pandemia de COVID-19, que interrumpió la recolección de datos en el deporte y afectó los procesos de publicación, aunque la recuperación es casi inmediata al año siguiente (8 documentos en 2022).

*Relevancia actual para la revisión*

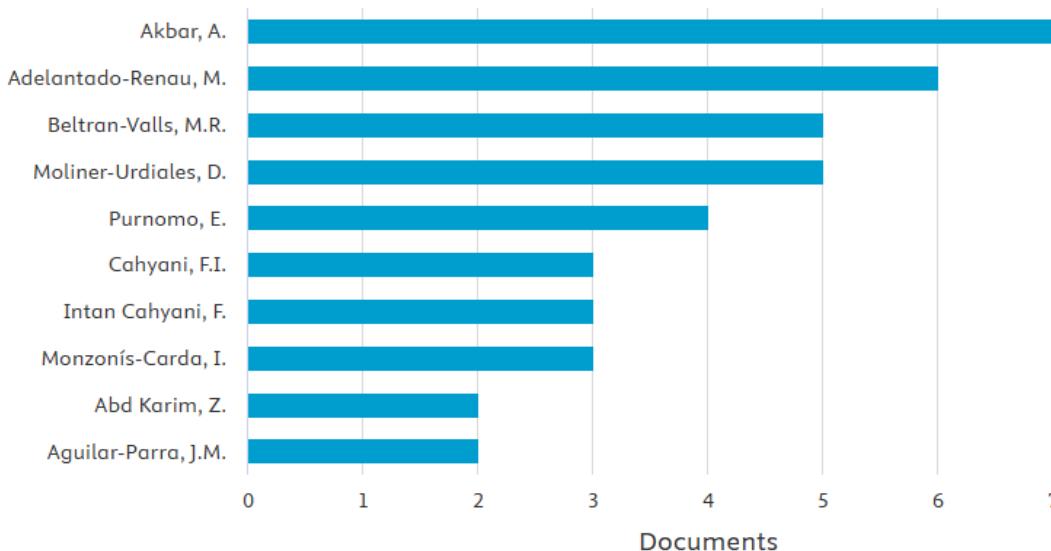
Transición de Campo: El patrón de producción sugiere que el estudio del rol del entrenador desde una perspectiva psicológica está en transición. Inicialmente fue un campo cíclico y con baja actividad, pero actualmente se ha transformado en un campo con crecimiento exponencial desde 2021.

Alta Productividad Reciente: El alto número de artículos en 2024 (14) y los 11 artículos en 2025 (aún incompleto), indican que el tema está actualmente en un período de máxima productividad e importancia.

#### **4.5. Análisis de la Productividad por Autor**

**Gráfico 2.**

*Análisis de la productividad por autor*



Fuente: Scopus 2025.

#### *Liderazgo clave y estructura de la investigación*

Liderazgo Definido: Existe un núcleo de autores altamente productivos. Akbar, A. (7 documentos) y Adelantado-Renau, M. (6 documentos) emergen como los líderes indiscutibles del campo, con una contribución que supera significativamente a la de otros investigadores. Su trabajo conjunto es fundamental para el corpus.

Núcleo de Alto Impacto: Inmediatamente después del liderazgo principal, se encuentra un grupo sólido compuesto por Beltran-Valls, M.R. (5 documentos) y Moliner-Urdiales, D. (5 documentos). Esta contribución equivalente y alta los establece como el segundo nivel de líderes de la investigación, probablemente formando parte de redes de colaboración estables con los líderes principales.

#### *Observaciones clave sobre la estructura de colaboración*

Colaboración Recurrente: El patrón de distribución compacta en el top 5 de autores (con producciones de 7, 6, 5, 5, y 4 documentos) sugiere que la investigación en los ejes

temáticos abordados es altamente colaborativa. La cercanía en el número de documentos entre los autores principales y el segundo grupo es un indicador fuerte de que trabajan en equipos de investigación consolidados y activos.

**Jerarquía de Productividad:** A pesar de la colaboración, la diferencia entre el autor principal (7 documentos) y el autor en la quinta posición (Purnomo, E. con 4 documentos) es considerable. Esto sugiere que Akbar, A. podría estar actuando como el investigador principal (IP) o el autor de correspondencia en una gran cantidad de publicaciones dentro de esa red.

#### **Implicación Temática y Prioridad en la Revisión**

**Concentración del Conocimiento:** La concentración de más del 45% del conocimiento en solo el top 5 de autores indica que el conocimiento reciente y accesible no es difuso, sino que está siendo generado por un núcleo de expertos altamente activos. Esto es crucial para identificar las "escuelas" o "líneas de pensamiento" dominantes sobre el tema.

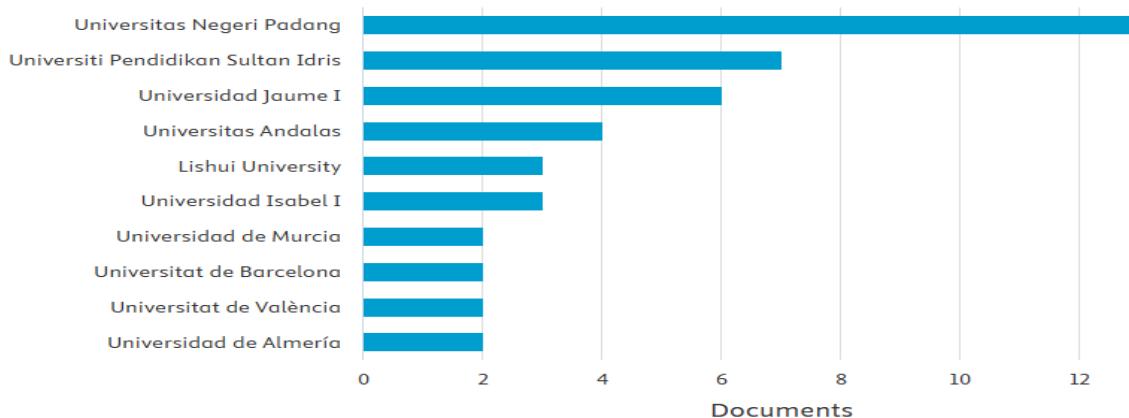
**Prioridad en la Revisión:** Las obras de estos autores líderes (Akbar, Adelantado-Renau, Beltran-Valls, y Moliner-Urdiales) son Gráficos clave y deben constituir el cuerpo central de referencia para el análisis cualitativo de tu corpus final. Su trabajo probablemente define las tendencias principales en la investigación reciente del campo.

#### **4.6. Análisis de la Productividad por Afiliación**

Se observa una clara concentración de la producción en centros académicos específicos, revelando los principales focos geográficos que impulsan la investigación sobre el rol del entrenador desde la perspectiva psicológica. (Gráfico 3)

**Gráfico 3.**

*Análisis de la productividad por Afiliación.*



Fuente: Scopus 2025.

### Liderazgo global y concentración geográfica

Liderazgo Indiscutible del Sudeste Asiático: La Universitas Negeri Padang (Indonesia) emerge como el líder dominante del campo, con una producción que duplica o triplica a la mayoría de las demás instituciones. Este liderazgo establece un foco geográfico predominante en el Sudeste Asiático, lo que es notable y define una gran parte del corpus.

Segundo Foco Asiático Fuerte: La Universiti Pendidikan Sultan Idris (Malasia) se sitúa como el segundo contribuyente más prolífico. La presencia de dos instituciones asiáticas liderando el Top 3 subraya la fuerte influencia de esta región en la investigación que cumple con los criterios de idioma (probablemente Inglés) y acceso abierto.

Núcleo Europeo Relevante: La Universidad Jaume I (España) se consolida como el tercer foco más importante. Este centro, junto con otras cuatro universidades españolas en el Top 10 (Murcia, Barcelona, València, Almería, e Isabel I), demuestra una sólida y consistente base de contribución por parte de España a la temática.

### Contribuciones Consistentes y Estructura de Redes

Foco en el Sur de Asia Oriental: La alta producción de universidades de Indonesia y Malasia, junto con la presencia de Universitas Andalas (Indonesia) y Lishui University (China), muestra que el eje de investigación más productivo se encuentra actualmente en Asia Oriental y Sudeste Asiático, asegurando la base de la literatura.

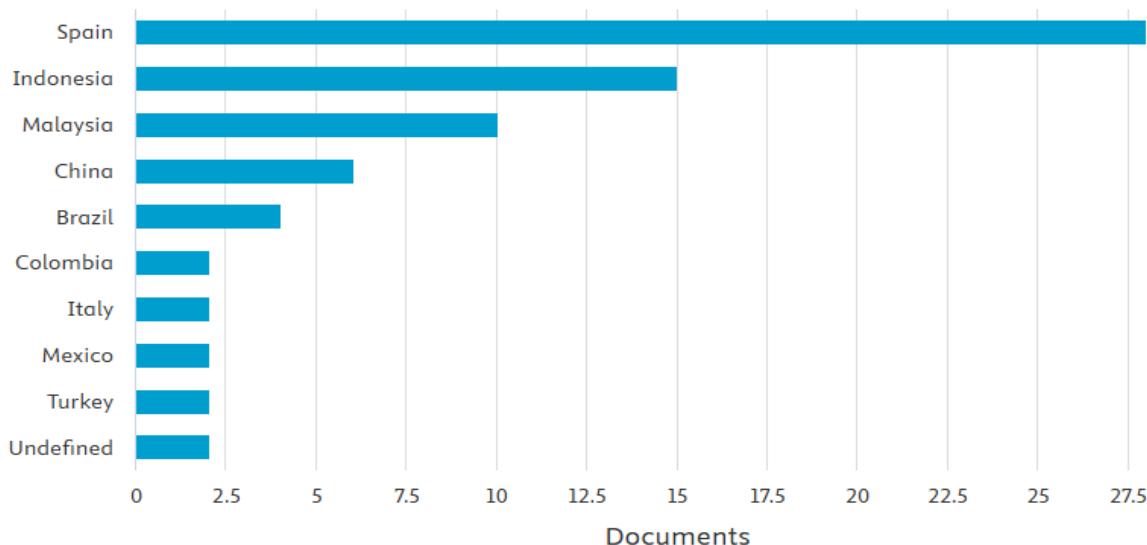
Consistencia Española: Cuatro universidades españolas (Murcia, Barcelona, València, Almería) contribuyen de manera consistente con el mismo número de documentos. Esta actividad nivelada sugiere un alto nivel de colaboración y redes de investigación estables entre los centros académicos españoles, compartiendo probablemente líneas de investigación sobre el *coaching* en contextos europeos.

Diversidad Disciplinar: La lista incluye instituciones de diversos países (Indonesia, Malasia, España, China), lo que indica que, si bien la producción está concentrada, el interés temático no está limitado a una única región geográfica.

#### **4.7. Análisis de la producción por País o Territorios.**

**Gráfico 4.**

*Análisis de la producción por país o territorios.*



Fuente: Scopus 2025.

#### *Liderazgo global y concentración de la investigación*

Liderazgo Hegemónico (España): España encabeza la lista de manera clara y contundente con 28 documentos. Este país se establece como el principal motor de investigación mundial en el nicho temático que cumple con los filtros de accesibilidad e idioma (inglés/español), contribuyendo con casi la mitad del corpus total (47.5%).

Foco Emergente del Sudeste Asiático: Indonesia (15 documentos) y Malasia (10 documentos) ocupan el segundo y tercer lugar, respectivamente. Su alta producción, sumada a la de China, confirma la emergencia del Sudeste Asiático como una región clave que contribuye con literatura de alta accesibilidad (Open Access) y en el idioma inglés.

Gran Eje Iberoamericano-asiático: La producción se reparte claramente entre dos grandes ejes: el Eje Iberoamericano/europeo (España, Brasil, México, Colombia) y el Eje Asiático (Indonesia, Malasia, China, Turquía, que contribuyen también con alta producción en inglés).

#### *Contribuciones latinoamericanas y europeas*

Contribución de Países de Alto Crecimiento: China (6 documentos) y Brasil (4 documentos) aseguran una base significativa de la producción científica.

Consistencia Iberoamericana: La presencia de México (2 documentos) y Colombia (2 documentos), junto con Brasil, mantiene la representación del eje Iberoamericano y Lusófono en la base de la literatura, aunque su impacto es menor en comparación con España y los países asiáticos emergentes.

Presencia Europea: Italia (2 documentos) se suma a España, garantizando la presencia de otros países europeos en la lista de contribuyentes.

Este análisis geográfico es un complemento crucial al análisis de afiliaciones, confirmando que las instituciones líderes identificadas provienen precisamente de estos países dominantes. La presencia abrumadora de España y el fuerte contingente de países del Sudeste Asiático y China confirma que la investigación sobre el entrenador en Psicología que es accesible (Open Access) y está en los idiomas filtrados está impulsada por una combinación de la tradición académica española y la alta productividad en el contexto asiático.

Los marcos teóricos, las metodologías y las perspectivas sobre el liderazgo y la motivación del entrenador identificadas en los artículos estarán fuertemente influenciados por los contextos deportivos y académicos de España y el Sudeste Asiático. El análisis debe contrastar si los modelos de *coaching* son universalmente aplicables o están sujetos a estas realidades culturales específicas. Países de gran relevancia académica en Latinoamérica (fuera de Brasil) como México y Colombia aparecen con una producción mínima, lo que indica que, aunque contribuyen, su impacto en la literatura reciente y accesible de este nicho es menor en comparación con los líderes.

#### **4.8. Análisis de la Producción Científica por tipo.**

Dominio Absoluto de Artículos de Investigación (Rigor Metodológico)

Preponderancia de Artículos: El tipo de documento dominante es el Artículo (*Article*), que representa un abrumador 89.8% del total (53 documentos).

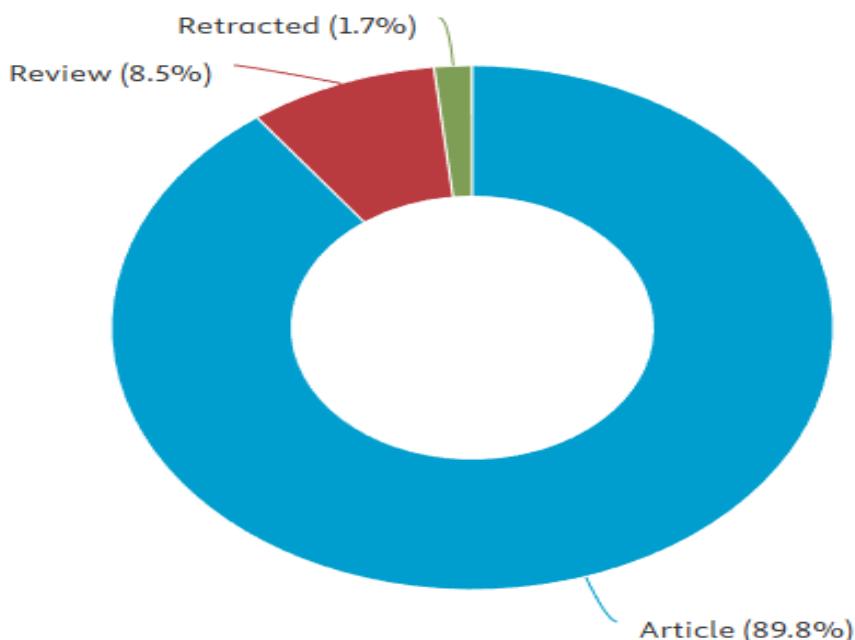
Implicación Temática y Metodológica: Esta cifra demuestra que la inmensa mayoría de la literatura reciente (2015-2025) sobre la temática filtrada está basada en investigación original, resultados empíricos o planteamientos teóricos originales publicados en revistas revisadas por pares.

Relevancia para la Revisión: El dominio de Artículos confiere un alto nivel de solidez y rigor metodológico a tu corpus. Asegura que tu análisis cualitativo se centrará

principalmente en las contribuciones primarias y la evidencia directa generada por el campo, en lugar de literatura secundaria.

**Gráfico 5.**

*Análisis de la producción científica por tipo.*



Fuente: scopus 2025.

Presencia Mínima de Literatura de Síntesis y Problemas de Validez

Baja Actividad de Revisión: Las Revisiones (*Review*) solo representan un 8.5% del total (5 documentos). Aunque esta cifra es baja, indica que existe una actividad mínima de síntesis en el área, pero el foco principal de la comunidad científica está en la generación de nuevos datos originales (*Artículos*), lo cual es común en campos en rápido crecimiento.

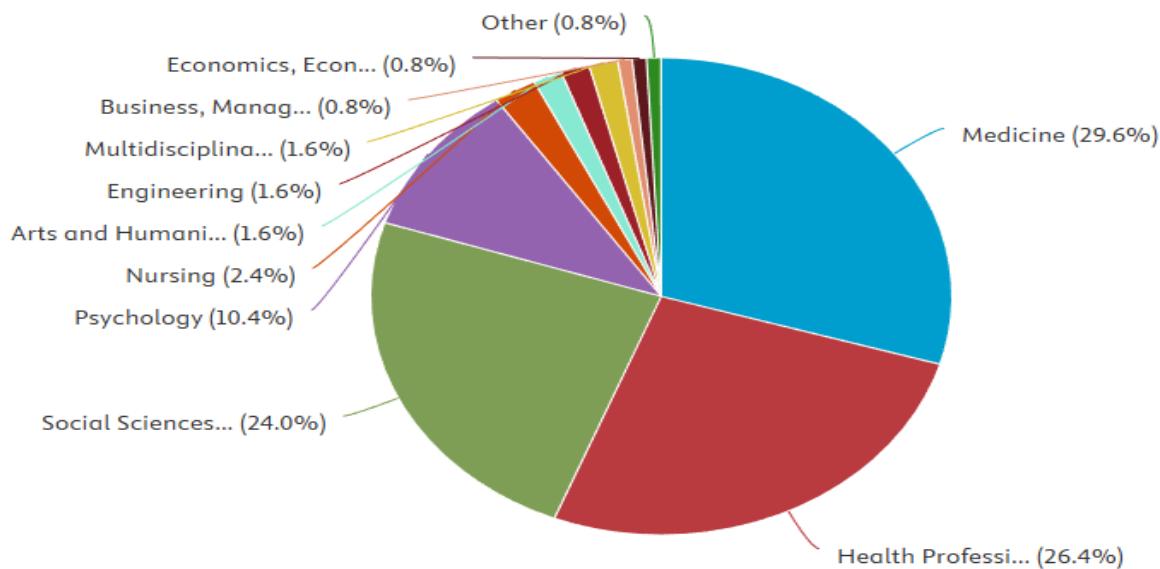
Eficacia del Filtro de Formato: La baja cantidad de Revisiones y la ausencia de otros formatos como *Conference Paper* sugieren que tu filtro de formato (LIMIT-TO (DOCTYPE, "ar")) fue altamente efectivo al excluir la mayoría de la literatura secundaria y las actas de congresos.

Documentos Retraídos: La presencia de 1 documento Retraído (1.7%) es estadísticamente mínima. Sin embargo, su existencia en la base de datos es una advertencia de que la investigación requiere vigilancia en cuanto a la validez. Es crucial notar su exclusión inmediata de cualquier síntesis final debido a preocupaciones sobre la fiabilidad científica.

#### 4.9. Análisis de la Producción por Área Temática

**Gráfico 6.**

*Análisis de la producción por área temática.*



Fuente: Scopus 2025.

*Dominio de las Áreas Centrales (Foco Biopsicosocial)*

Liderazgo de Medicina y Salud: Las áreas de Medicine (29.6% / 37 documentos) y Health Professions (26.4% / 33 documentos) dominan en conjunto, representando más del 56% del corpus total.

Implicación Temática Fundamental: Este dominio confirma que la investigación sobre el entrenador y las variables relacionadas no se limita a un enfoque puramente psicológico o social, sino que está fuertemente anclada en el contexto de la salud física, el bienestar, la prevención de lesiones, y la rehabilitación. Esto refleja una visión integral y biopsicosocial de la Gráfica del entrenador.

Foco Social y Conductual: Las Social Sciences (24.0% / 30 documentos) y la Psychology (10.4% / 13 documentos) contribuyen de manera significativa, sumando más de un tercio del corpus.

Validación de la Temática: La alta contribución de estas áreas asegura que los estudios están enfocados en la conducta, la dinámica de grupo, las relaciones interpersonales, el

*coaching* y los procesos cognitivos del entrenador y el atleta, alineándose con el prisma de búsqueda inicial.

*Interdisciplinariedad Clave (Contexto de Aplicación)*

Las categorías secundarias indican las áreas con las que la temática del entrenador tiene una interdisciplinariedad creciente, revelando el contexto de aplicación:

Contexto de Bienestar Amplio: La presencia de Nursing (2.4% / 3 documentos) subraya aún más la conexión con la salud aplicada y el cuidado del paciente/atleta.

Diversidad de Aplicación: El resto de las áreas (Arts and Humanities, Engineering, Multidisciplinary, Business, Management and Accounting, y Economics) aparecen con una contribución mínima (menos del 2% cada una).

Implicación para el Campo: Aunque minoritarias, estas áreas sugieren líneas de investigación emergentes sobre la gestión del talento (*Business, Management*), el uso de la tecnología en el entrenamiento (*Engineering*), o la dimensión ética y cultural (*Arts and Humanities*) del rol del entrenador.

Visión Integral: La distribución de las áreas temáticas confirma que la literatura reciente sobre la Gráfico del entrenador y su impacto es inherentemente interdisciplinaria, siendo abordada primariamente por profesionales y académicos de la Medicina, la Salud y las Ciencias Sociales.

***4.10. Análisis de la Producción por años por fuentes***

La revista Retos se establece como el canal de publicación dominante en el corpus, acumulando 18 documentos. Este liderazgo es crucial y coherente con el análisis geográfico que mostró el dominio de España y el eje Iberoamericano. Las revistas Cuadernos De Psicología Del Deporte y la Revista Brasileira De Medicina Do Esporte (ambas con 4 documentos) aseguran la base de la literatura. Esto valida la importancia de las publicaciones especializadas en Psicología y Medicina/Salud para el tema. La alta concentración en estas revistas especializadas demuestra que el nicho temático ha encontrado sus canales de difusión definidos, centrados en revistas de acceso abierto y enfocadas en la aplicación deportiva.

*Volatilidad de las fuentes individuales y su impacto temporal*

Pico Máximo de una Fuente: El pico de publicación individual lo ostenta la revista Retos (Línea Azul), que alcanza un máximo de 11 documentos en el año 2024. Este dato es

fundamental, ya que demuestra el rol clave y actual de esta revista al impulsar la discusión más reciente del tema.

Volatilidad Cíclica: A diferencia de la tendencia total del corpus, la producción de artículos sobre el tema en las revistas individuales es altamente volátil y cíclica. Se observan picos irregulares (ej. Retos en 2024), seguidos de valles, reflejando la aceptación de números especiales o la finalización de proyectos de gran alcance que publican su obra de manera concentrada.

#### **Gráfico 7.**

*Análisis de la producción por años por fuentes.*



Fuente: Scopus 2025.

Picos Secundarios: Otras fuentes, como la Revista Brasileira De Medicina Do Esporte (Línea Morada) y Cuadernos De Psicología Del Deporte (Línea Roja), muestran picos menores en años anteriores (2021 y 2019, respectivamente), indicando que el liderazgo editorial en el tema ha cambiado de manos o se ha diversificado con el tiempo.

#### **Conexión con la Tendencia Total y Contexto**

Explicación del Crecimiento Total: El Pico Total de 2024 (visto en la Gráfica Temporal) es impulsado casi en su totalidad por la actividad concentrada y masiva de la revista Retos (11 documentos).

Liderazgo Temático: Esto subraya que la literatura sobre el entrenador en Psicología se publica principalmente en revistas Iberoamericanas de acceso abierto y que el liderazgo

editorial se ha consolidado en la revista Retos en la actualidad, convirtiéndola en la fuente más relevante para la síntesis de resultados.

## **CONCLUSIONES**

La evidencia presentada en este capítulo confirma que la salud mental constituye un pilar fundamental en la vida y el rendimiento de los deportistas de alto nivel. Lejos de ser un aspecto secundario, el bienestar psicológico emerge como un componente determinante para sostener la motivación, la estabilidad emocional y la capacidad de afrontar las exigencias competitivas. Los altos niveles de ansiedad, depresión, trastornos del sueño y agotamiento emocional documentados en atletas de élite demuestran que la presión constante por el rendimiento, sumada a la exposición mediática y a la autoexigencia desmedida, puede convertirse en un riesgo significativo para la integridad emocional del deportista (Purcell et al., 2020; Henriksen et al., 2020).

Asimismo, la revisión evidencia que el entrenador y el cuerpo técnico juegan un papel crítico como reguladores del clima psicológico del entorno deportivo. Cuando los entrenadores poseen competencias emocionales, son capaces de identificar signos tempranos de sobrecarga afectiva, responder con estrategias de apoyo y generar un ambiente seguro donde el deportista se siente valorado más allá de sus resultados. Este rol de “arquitectos emocionales” coincide con investigaciones que destacan cómo la empatía, la validación emocional, el modelado afectivo y la comunicación abierta contribuyen a prevenir el burnout, favorecer la resiliencia y fortalecer el sentido de pertenencia dentro del equipo (Moesch et al., 2021; Knight et al., 2021; Davis et al., 2022).

Del mismo modo, el capítulo subraya la relevancia del liderazgo positivo, la comunicación efectiva y la cohesión grupal como factores determinantes del bienestar psicológico y del rendimiento sostenido. Equipos que promueven vínculos afectivos estables, confianza interpersonal y colaboración muestran no solo mejores indicadores emocionales, sino también mayor consistencia en sus resultados deportivos. Estas conclusiones coinciden con trabajos recientes que señalan que la cohesión, el liderazgo transformacional y la claridad comunicativa son elementos esenciales para crear entornos psicológicamente seguros en el deporte de alto rendimiento (Côté et al., 2020; Turnnidge et al., 2021; De Francesco et al., 2022).

Finalmente, el análisis realizado demuestra que el modelo contemporáneo del alto rendimiento debe evolucionar hacia un enfoque más humano e integral. La formación en inteligencia emocional, la implementación de rutinas afectivas, la coordinación multidisciplinar y la promoción de culturas deportivas saludables representan no solo estrategias de bienestar, sino también herramientas de excelencia competitiva. En coherencia con la literatura reciente, garantizar la salud mental del atleta no solo protege su calidad de vida, sino que también potencia su capacidad de adaptación, su motivación y su rendimiento sostenible en el tiempo (González-Hernández et al., 2023; Vermeulen et al., 2024).

Con ello, este capítulo reafirma que el éxito deportivo no puede medirse únicamente a través de medallas o resultados, sino también por la capacidad de las instituciones, entrenadores y equipos para crear entornos emocionalmente seguros, humanos y equilibrados, donde el deportista pueda desarrollarse plenamente como atleta y como persona.

## **REFERENCIAS**

- Bird, M., & Hill, D. (2021). Multidisciplinary support teams and emotional climate in elite sport: A qualitative examination. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/spy0000295>
- Calvo, T. G., González-García, H., & Hernández-Martínez, A. (2023). *Leadership and emotional climate in high-performance sport: A psychological perspective*. Journal of Applied Sport Psychology.
- Côté, J., Turnnidge, J., & Evans, M. B. (2020). The coaching model: A grounded assessment of leadership development in sport. International Sport Coaching Journal, 7(1), 35–46.  
<https://doi.org/10.1123/iscj.2019-0007>
- Davis, L., Appleby, R., Davis, P., Wetherell, M., & Gustafsson, H. (2022). *The role of coach–athlete relationships in athlete burnout and motivation*. Psychology of Sport and Exercise, 58, 102102.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102102>
- De Francesco, A., Ardigò, L. P., & Capranica, L. (2022). *Team cohesion and performance: A systematic review*. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 20(4),

1120–1135.

<https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1835221>

Fisher, L. A., Roberts, R., & Freeman, P. (2021). Communication quality and emotional outcomes in coach–athlete interactions. *Psychology of Sport and Exercise*.  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029221000728>

González-García, H., Burgueño, R., & Medina-Casaubón, J. (2022). Coach-athlete communication, motivational climate and satisfaction in youth athletes. *Journal of Human Sport and Exercise*, 17(3), 481–494. <https://doi.org/10.14198/jhse.2022.173.07>

González-Hernández, J., Salas, C., & García-Mas, A. (2023). Emotional leadership in sport: A tool for sustainable mental health and performance. *Sustainability*, 15(3), 2431.  
<https://doi.org/10.3390/su15032431>

Henriksen, K., Schinke, R., Moesch, K., McCann, S., Parham, W. D., Larsen, C. H., & Terry, P. (2020). Consensus statement on improving the mental health of high performance athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 553–560.  
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1570473>

Hodge, K., & Smith, W. (2020). *Emotion regulation and leadership in sport teams*. *Psychology of Sport and Exercise*, 51, 101749.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101749>

Jowett, S., & Poczwardowski, A. (2020). Understanding the coach-athlete relationship. In P. R. E. Crocker (Ed.), *Sport and Exercise Psychology: A Canadian Perspective* (4th ed., pp. 204–225). Pearson Education Canada.  
[https://www.researchgate.net/publication/232506356\\_Understanding\\_the\\_Coach-Athlete\\_Relationship](https://www.researchgate.net/publication/232506356_Understanding_the_Coach-Athlete_Relationship)

Knight, C. J., Harwood, C. G., & Gould, D. (2021). *Sport psychology for coaches: Communication and emotional intelligence in practice*. Routledge.  
<https://www.routledge.com/Sport-Psychology-for-Coaches/Knight-Harwood-Gould/p/book/9780367625514>

Leo, F. M., Sánchez-Miguel, P. A., Sánchez-Oliva, D., Amado, D., & García-Calvo, T. (2020). Influence of cohesion on burnout in elite athletes: The mediating role of motivation. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 5070. <https://doi.org/10.3390/ijerph17145070>

- Lundqvist, C., & Andersson, G. (2021). Emotionally intelligent coaching and its impact on athlete performance under pressure. *Frontiers in Psychology*.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2021.628858/full>
- Martins, A., Carvalho, F., & Reis, R. (2023). Emotional routines and team cohesion in high-performance sport: A mixed-methods study. *Frontiers in Sports and Active Living*.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fspor.2023.1175643/full>
- Moesch, K., Kenttä, G., Kleinert, J., & Elbe, A.-M. (2021). *Humane coaching: Balancing performance and athlete well-being*. International Journal of Sport and Exercise Psychology, 19(5), 687–703.  
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2020.1835222>
- Purcell, R., Gwyther, K., & Rice, S. (2020). *Mental health in elite athletes: Increased awareness requires an early intervention framework to respond to athlete needs*. Sports Medicine, 50(11), 1833–1844.  
<https://doi.org/10.1007/s40279-020-01239-3>
- Reardon, C. L., Hainline, B., Aron, C. M., Baron, D., Baum, A. L., Bindra, A., Budgett, R., Campriani, N., Castaldelli-Maia, J. M., Currie, A., Glick, I. D., Gorczynski, P., Gouttebarge, V., Grandner, M. A., Han, D. H., McDuff, D., Mountjoy, M., Polat, A., Purcell, R., ... & Engebretsen, L. (2021). Mental health in elite athletes: International Olympic Committee consensus statement (2020). *British Journal of Sports Medicine*, 55(11), 667–699. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-103280>
- Sanders, G., Hopkins, W., & Rowlands, D. (2022). Team communication routines and psychological alignment in elite sport settings. *Frontiers in Psychology*.  
<https://www.frontiersin.org/articles/10.3389/fpsyg.2022.892341/full>
- Torrado, J., López-Gajardo, M., & Ruiz, R. (2024). Emotional modelling in sports teams: The coach's influence on athlete affect regulation. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*.  
<https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/spy0000321>
- Turnnidge, J., Côté, J., & Hancock, D. (2021). *Transformational leadership and athlete outcomes in sport*. International Review of Sport and Exercise Psychology, 14(1), 186–210.  
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1735025>

Vermeulen, F., Van Wingerden, J., & Van Hooren, B. (2024). Emotional competence training for coaches: Effects on athlete well-being and team functioning. *Journal of Applied Sport Psychology.*

<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10413200.2024.2356011>

Weston, M., Greenlees, I., & Thelwell, R. (2023). *Collective resilience and emotional climate in elite sport teams.* *Psychology of Sport and Exercise,* 64, 102329.

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102329>

## CAPÍTULO V

### NUEVAS FRONTERAS: NEUROCIENCIA, TECNOLOGÍA Y BIENESTAR INTEGRAL EN EL DEPORTE DEL SIGLO XXI

---

#### RESUMEN

Este capítulo analiza cómo la convergencia entre neurociencia, tecnología y psicología del deporte está transformando el alto rendimiento en el siglo XXI, ampliando el foco desde el resultado competitivo hacia el bienestar integral del deportista. Se describe cómo herramientas como el neurofeedback, los electroencefalogramas, las interfaces cerebro-computadora, los dispositivos portátiles y las plataformas digitales de monitoreo permiten comprender con mayor precisión procesos como la atención, la regulación emocional, la fatiga, el sueño y la carga de entrenamiento, favoreciendo decisiones personalizadas y preventivas en la planificación del rendimiento.

Al mismo tiempo, se profundiza en los desafíos psicológicos del deportista contemporáneo, entre ellos la ansiedad competitiva, el estrés crónico, el burnout y las crisis de identidad asociadas al retiro, subrayando la necesidad de abordajes continuos de prevención y acompañamiento. En este contexto, la psicología del deporte se presenta como un pilar esencial para la educación emocional, el desarrollo de habilidades de afrontamiento, el apoyo en momentos críticos y la preparación para la vida más allá de la carrera deportiva.

Finalmente, el capítulo explora tendencias emergentes como el neuroentrenamiento, la realidad virtual, el mindfulness, la inteligencia artificial aplicada al rendimiento y los programas de bienestar mental integral promovidos por organizaciones deportivas. Estas innovaciones se conciben no solo como medios para optimizar el desempeño, sino como herramientas para construir entornos más humanos, éticos y sostenibles, donde el deportista sea reconocido como una persona integral y no solo como un generador de resultados.

**Palabras clave:** Neurociencia, tecnología deportiva, bienestar integral, ansiedad competitiva, burnout, psicología del deporte, neuroentrenamiento.

## **ABSTRACT**

This chapter examines how the convergence of neuroscience, technology, and sport psychology is reshaping high-performance sport in the 21st century, shifting the focus from purely competitive outcomes toward athletes' holistic well-being. It describes how tools such as neurofeedback, electroencephalography, brain–computer interfaces, wearable devices, and digital monitoring platforms enable a more precise understanding of attention, emotional regulation, fatigue, sleep, and training load, thereby supporting more informed, individualized, and preventive decisions in performance planning.

The chapter further explores the main psychological challenges faced by contemporary athletes, including performance anxiety, chronic competitive stress, burnout, and identity crises associated with retirement. These issues highlight the need for continuous psychological support, prevention programs, and structured interventions that strengthen coping skills, emotional self-regulation, and the development of a multidimensional identity beyond sport. Within this framework, sport psychology emerges as a key discipline in both early intervention and long-term career transition support.

Finally, the chapter analyzes emerging trends such as neurotraining, virtual reality, mindfulness-based interventions, artificial intelligence applied to performance, and comprehensive mental well-being programs implemented by clubs, federations, and Olympic organizations. These innovations are presented not only as performance-enhancing resources, but also as instruments for building more ethical, human-centered, and sustainable sporting environments in which athletes are recognized and cared for as whole persons rather than solely as performers.

**Keywords:** Neuroscience, sports technology, holistic well-being, performance anxiety, burnout, sport psychology, neurotraining.

## INTRODUCCIÓN

En el umbral del siglo XXI, el deporte de alto rendimiento se enfrenta a una transformación sin precedentes impulsada por los avances vertiginosos de la ciencia y la tecnología. La integración de herramientas provenientes de la neurociencia, el análisis de datos biométricos, la inteligencia artificial y los dispositivos portátiles ha redefinido la manera en que entrenadores, médicos y atletas comprenden, evalúan y optimizan el rendimiento deportivo (Walton et al., 2021). Esta convergencia entre ciencia y práctica abre nuevas fronteras para potenciar no solo las capacidades físicas, sino también el bienestar integral del deportista.

La neurociencia, en particular, ha permitido explorar con mayor profundidad la relación entre el cerebro y el rendimiento, analizando procesos como la atención, la toma de decisiones, el estrés y la regulación emocional. El uso de tecnologías como la neuroretroalimentación (neurofeedback), los electroencefalogramas (EEG) y las interfaces cerebro-computadora ha facilitado intervenciones específicas para mejorar la concentración, reducir la ansiedad competitiva y acelerar la recuperación mental tras la competencia (Ring et al., 2021).

Al mismo tiempo, el despliegue de tecnologías portátiles y plataformas digitales de monitoreo permite recopilar datos en tiempo real sobre el sueño, la frecuencia cardíaca, la variabilidad de la frecuencia cardíaca (HRV), la carga de entrenamiento y otros indicadores relevantes de salud y fatiga. Esta información facilita decisiones más informadas, personalizadas y preventivas en la planificación del entrenamiento, la nutrición y la recuperación del atleta (Bini & Borsini, 2020).

Sin embargo, esta revolución tecnológica también plantea desafíos éticos y humanos. La sobreexposición a la medición constante, la posible deshumanización de la experiencia deportiva y el uso inadecuado de datos sensibles demandan una mirada crítica y equilibrada. La innovación debe estar al servicio del bienestar del deportista, no de su instrumentalización. Por ello, es fundamental integrar la tecnología en un enfoque que contemple al ser humano en su totalidad: cuerpo, mente y emociones (Whiting et al., 2020).

Este capítulo explora las posibilidades y límites que ofrecen la neurociencia y la tecnología en la búsqueda de un rendimiento sostenible y ético. A través de una revisión de la literatura más reciente, se plantea cómo estas herramientas pueden contribuir al desarrollo

de una cultura del bienestar integral en el deporte contemporáneo, donde la innovación técnica se combine con la sensibilidad humana y el cuidado psicosocial del atleta (Tangen et al., 2022).

***5.1. Profundiza en los desafíos psicológicos del deportista contemporáneo: ansiedad, estrés competitivo, burnout, identidad post-retiro.***

Los deportistas contemporáneos enfrentan una presión psicológica sin precedentes, producto de un entorno altamente competitivo, hipermediatizado y exigente en términos de resultados. La ansiedad de desempeño, caracterizada por pensamientos intrusivos, tensión muscular y preocupación excesiva por los errores, puede deteriorar tanto el rendimiento como la calidad de vida del atleta si no se gestiona adecuadamente (Dehghansai et al., 2021). Este tipo de ansiedad se intensifica en contextos donde el éxito está ligado a la visibilidad pública y la valoración social inmediata.

El estrés competitivo se manifiesta no solo en eventos de alto nivel, sino también en los entrenamientos diarios, la gestión de expectativas personales y las exigencias contractuales o económicas. La acumulación crónica de estrés puede generar un estado de agotamiento físico y mental que conlleva al síndrome de burnout, una condición caracterizada por la pérdida de motivación, la fatiga persistente y la despersonalización del rol deportivo (Dubuc-Charbonneau & Durand-Bush, 2023). Este desgaste afecta no solo al rendimiento, sino a la salud global del atleta.

Otro de los desafíos más relevantes es la construcción y preservación de la identidad personal más allá del rol de “deportista”. Durante años, muchos atletas han centrado su existencia en torno al deporte, lo que dificulta el proceso de adaptación cuando llega el retiro. La pérdida de estatus, rutina, propósito y comunidad puede desencadenar crisis de identidad, síntomas depresivos e incluso trastornos de ansiedad si no se acompaña adecuadamente esta transición (Gouttebarge et al., 2021).

Las estrategias de intervención deben contemplar programas de prevención del burnout, entrenamiento en habilidades de afrontamiento, acceso continuo a psicología del deporte, así como acompañamiento en el retiro y la transición profesional. La promoción de una cultura del cuidado mental, donde se desestigmatice la búsqueda de ayuda psicológica y se valore al atleta como ser humano integral, es clave para mitigar estos desafíos y garantizar una carrera saludable y sostenible (Chang et al., 2022).

El estrés competitivo también representa una carga significativa para los deportistas de élite, quienes deben manejar simultáneamente demandas físicas, emocionales y sociales. El incremento de responsabilidades, los calendarios intensos y la constante evaluación del rendimiento generan un entorno donde la tensión psicológica puede acumularse sin que el atleta lo perciba de inmediato. Investigaciones recientes señalan que la exposición prolongada al estrés deportivo genera alteraciones en la motivación, la atención y la percepción de control, aumentando la vulnerabilidad al desgaste emocional y al deterioro del bienestar mental (Ivarsson & Johnson, 2022). Por ello, se enfatiza la importancia de sistemas de apoyo integrados que permitan monitorear y gestionar la carga emocional al igual que la carga física.

El burnout y la crisis de identidad post-retiro constituyen dos de los desafíos más profundos en la carrera deportiva. El burnout surge cuando el atleta experimenta agotamiento emocional, pérdida de disfrute y reducción del sentido de logro, generalmente como consecuencia de la sobreexigencia y la falta de recuperación psicológica. Por otro lado, la transición al retiro puede generar una ruptura en la identidad, especialmente en deportistas que han construido su autoconcepto exclusivamente alrededor del éxito competitivo. Investigaciones recientes muestran que quienes desarrollan identidades deportivas rígidas presentan mayor riesgo de depresión, aislamiento y dificultades de adaptación tras la retirada (Schinke et al., 2023). Esta evidencia subraya la necesidad de preparar al atleta no solo para competir, sino también para vivir de forma plena más allá del deporte.

### ***5.2. Papel de la psicología en la prevención y acompañamiento de estos procesos.***

La psicología del deporte juega un rol esencial en la prevención, identificación y tratamiento de los desafíos psicológicos que enfrentan los atletas contemporáneos. A través de intervenciones estructuradas y programas de entrenamiento psicológico, los profesionales pueden fortalecer las habilidades de afrontamiento, autorregulación emocional y toma de decisiones de los deportistas desde las primeras etapas de formación (Gustafsson et al., 2021). Este enfoque preventivo busca reducir el impacto de factores estresantes antes de que se conviertan en problemáticas clínicas.

Uno de los pilares fundamentales de la intervención psicológica en el deporte es la evaluación constante del bienestar emocional del atleta. Herramientas como cuestionarios validados, entrevistas clínicas y seguimiento psicoeducativo permiten a los psicólogos

monitorear signos tempranos de ansiedad, burnout o alteraciones en la identidad. Esta información se utiliza para diseñar planes de acción personalizados que promuevan el equilibrio mental y prevengan el deterioro psicológico (Moesch et al., 2022).

Además, la psicología aporta en el acompañamiento del proceso de retiro deportivo mediante el fortalecimiento de la identidad multidimensional del atleta. Este enfoque reconoce al deportista como un ser humano con múltiples roles, intereses y capacidades más allá del ámbito competitivo. La preparación para el retiro incluye la planificación de metas extra deportivas, la construcción de redes de apoyo y el desarrollo de habilidades para la vida, lo que reduce el riesgo de crisis post-carrera (Park et al., 2021).

En contextos de alta competencia, el trabajo interdisciplinario entre psicólogos, entrenadores y cuerpo médico es crucial. La integración de la psicología en los equipos técnicos permite generar entornos más saludables, empáticos y centrados en el bienestar del deportista. Así, se transforma la cultura del rendimiento a corto plazo por una visión más humana, sostenible y ética del éxito en el deporte (Sebbens et al., 2022).

La psicología del deporte contemporánea interviene de manera decisiva en la prevención de problemáticas emocionales derivadas del alto rendimiento, mediante protocolos sistemáticos que permiten identificar vulnerabilidades antes de que se expresen en crisis. Uno de los recursos más utilizados es la educación psicológica aplicada, que enseña a los deportistas a comprender sus emociones, anticipar respuestas desadaptativas y adoptar estrategias de autocuidado. Investigaciones recientes resaltan que los programas de psicoeducación implementados de manera continua reducen significativamente los niveles de estrés y ansiedad competitiva en atletas jóvenes y profesionales (Reardon et al., 2021). De esta forma, la prevención se convierte en una herramienta indispensable para sostener la salud mental en contextos exigentes.

Asimismo, la psicología tiene un papel fundamental en el acompañamiento del atleta durante momentos críticos como lesiones graves, fluctuaciones del rendimiento o pérdida de motivación. Los psicólogos deportivos emplean intervenciones basadas en el apoyo emocional, la reestructuración cognitiva y la regulación del afrontamiento para evitar que estas situaciones desemboquen en burnout o abandono deportivo. El trabajo cercano durante la rehabilitación física incluye también el fortalecimiento de la autoeficacia y la reconstrucción del sentido de identidad deportiva, aspectos que favorecen el retorno seguro

y gradual a la competencia (Walker et al., 2022). Este acompañamiento integral garantiza que el deportista no transite solo por etapas de vulnerabilidad psicológica.

La psicología desempeña un rol clave en la prevención de crisis asociadas a factores externos como la presión mediática, la exposición pública o las demandas institucionales. En estos escenarios, los psicólogos implementan estrategias de resiliencia mediática, gestión emocional y planificación de apoyos sociales para amortiguar el impacto psicológico de la visibilidad competitiva. La evidencia reciente demuestra que los atletas que reciben acompañamiento psicológico en el manejo del entorno social muestran mayor estabilidad emocional, mejor toma de decisiones y menor riesgo de problemas afectivos a largo plazo (Hughes & Leavey, 2023). Así, el acompañamiento psicológico actúa como un sistema de protección integral que garantiza el bienestar del deportista dentro y fuera del escenario competitivo.

***5.3. Explora las tendencias emergentes: neuroentrenamiento, realidad virtual, mindfulness, inteligencia artificial aplicada al rendimiento y programas de bienestar mental integral para deportistas.***

Las tendencias emergentes en el deporte de alto rendimiento están transformando la forma en que se aborda la salud mental, el entrenamiento cognitivo y la optimización del rendimiento. El neuroentrenamiento, basado en la estimulación de funciones cerebrales mediante técnicas como la neuroretroalimentación y los biofeedbacks cognitivos, ha demostrado ser eficaz para mejorar la concentración, la gestión del estrés y la toma de decisiones en atletas de élite (Marquez et al., 2021). Estas intervenciones buscan entrenar no solo el cuerpo, sino también el cerebro como músculo clave del rendimiento.

Por otro lado, la realidad virtual (RV) se ha consolidado como una herramienta útil para simular situaciones de alta presión y evaluar reacciones cognitivas en entornos controlados. El entrenamiento con RV permite recrear escenarios de competencia, mejorar la preparación mental y desarrollar habilidades perceptivas y motoras en condiciones de alta fidelidad emocional y contextual (Neumann et al., 2020). Su uso ha crecido en deportes de combate, tenis, fútbol y rehabilitación neuromotriz.

El mindfulness, como estrategia de atención plena, ha ganado relevancia en programas de entrenamiento psicológico por su capacidad para reducir la ansiedad, regular las emociones y mejorar la resiliencia ante el fracaso competitivo. Su práctica habitual se ha

asociado con mayor claridad mental, recuperación emocional y mejor adaptación al estrés (Li et al., 2022). En atletas jóvenes y veteranos, el mindfulness se ha integrado exitosamente como parte de rutinas de preparación mental y recuperación psicológica.

La inteligencia artificial (IA) aplicada al deporte ha comenzado a facilitar análisis predictivos sobre la carga cognitiva, la fatiga mental y los patrones de estrés de cada atleta. A través del aprendizaje automático (machine learning) y el procesamiento de datos biométricos, la IA puede alertar sobre riesgos de burnout o bajo rendimiento y proponer ajustes personalizados en el entrenamiento y la gestión emocional (Rojas-Valverde et al., 2021). Esta integración permite una visión holística y adaptativa del bienestar del deportista.

Los programas de bienestar mental integral que combinan todas estas herramientas están siendo promovidos por federaciones deportivas, comités olímpicos y clubes profesionales. Estas iniciativas buscan garantizar entornos psicológicamente seguros, fomentar la salud mental desde un enfoque preventivo y rehabilitador, y formar atletas más completos en términos de autoconocimiento y autorregulación (Henriksen et al., 2020). Su implementación representa una de las apuestas más prometedoras hacia un deporte más humano y sostenible.

## ***METODOLOGÍA***

La presente revisión sistemática se diseñó para analizar críticamente el estado del conocimiento sobre los imaginarios docentes acerca de la diversidad cultural escolar en la literatura académica reciente.

Para garantizar la transparencia, rigurosidad y reproducibilidad del proceso, se aplicaron las directrices metodológicas establecidas por la declaración PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) (Moher et al., 2009, citado en Duk et al., 2019), (Gráfico 1).

La búsqueda bibliográfica se llevó a cabo durante un periodo definido entre 2015 y 2025, en la base de datos Scopus que es especializada y de alto impacto en el campo objeto de estudio.

### ***5.4. Población y muestra***

El proceso de selección se estructuró en cuatro fases siguiendo el diagrama de flujo PRISMA: De 84 documentos científicos se trabajó con los de la última década (2015 – 2025) con 55 documentos científicos. De ellos se trabajó con la categoría de ciencia sociales y

psicología 51, solo artículos científicos 39, utilizando las categorías de psicología del deporte pshychology sport 20, en inglés (12) y español (8) para 20, y artículos de open Access 12 documentos. El motor de búsqueda fue TITLE-ABS-KEY ( psicología AND del AND deporte ) AND PUBYEAR > 2014 AND PUBYEAR < 2026 AND ( LIMIT-TO ( SUBJAREA , "PSYC" ) OR LIMIT-TO ( SUBJAREA , "SOCI" ) ) AND ( LIMIT-TO ( DOCTYPE , "ar" ) ) AND ( LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Sport Psychology" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Psicología Del Deporte" ) OR LIMIT-TO ( EXACTKEYWORD , "Sport" ) ) AND ( LIMIT-TO ( LANGUAGE , "Spanish" ) OR LIMIT-TO ( LANGUAGE , "English" ) ) AND ( LIMIT-TO ( OA , "all" ) ), (Figura 1).

Tipo de Criterio	Operador (Campo)	Valor o Rango	Propósito del Filtro
<b>Concepto Principal</b>	TITLE-ABS-KEY	(psicología AND del AND deporte)	Asegura que el foco temático central sea la <b>Psicología del Deporte</b> o tópicos relacionados, presentes en el título, resumen o palabras clave.
<b>Rango Temporal</b>	PUBYEAR	\$> 2014\$ Y \$< 2026\$ (2015 – 2025)	Limita la búsqueda a publicaciones recientes dentro de la última década.
<b>Área Temática</b>	LIMIT-TO (SUBJAREA)	"PSYC" (Psicología) O "SOCI" (Sociología)	Restringe los resultados a campos académicos relevantes para la Psicología del Deporte o su impacto social.
<b>Tipo de Publicación</b>	LIMIT-TO (DOCTYPE)	"ar" (Article)	Incluye solo <b>artículos científicos</b> revisados por pares.
<b>Palabras Clave Específicas</b>	LIMIT-TO (EXACTKEYWORD)	"Sport Psychology" O "Psicología Del Deporte" O "Sport"	Garantiza una <b>alta relevancia temática</b> utilizando términos clave específicos y exactos del indexador.
<b>Idioma</b>	LIMIT-TO (LANGUAGE)	"Spanish" O "English"	Limita los resultados a los idiomas de <b>mayor alcance académico</b> .
<b>Disponibilidad</b>	LIMIT-TO (OA)	"all" (Open Access)	Restringe a documentos de <b>acceso abierto</b> para garantizar la disponibilidad inmediata del texto completo.

**Figura 1.** PRISMA. Fuente: Basado en Scopus 2025.

La búsqueda inicial se implementó en una base de datos científica (asumiendo Scopus/WoS), utilizando un **prisma de investigación riguroso** que actuó como criterio de

inclusión preliminar. El proceso de selección se basó en el método PRISMA adaptado para revisiones de literatura:

Identificación (Búsqueda Inicial): Se registró el conjunto total de artículos obtenidos mediante la cadena de búsqueda avanzada, asegurando el cumplimiento estricto de los siguientes filtros:

Filtro Temático Central: TITLE-ABS-KEY (psicología AND del AND deporte).

Filtro Temporal: PUBYEAR (\$2015-2025\$).

Filtro Disciplinar: SUBJAREA (PSYC - Psicología OR SOCI - Sociología).

Filtro de Formato: DOCTYPE (ar - Artículo de revista).

Filtro Temático Exacto: EXACTKEYWORD ("Sport Psychology" OR "Psicología Del Deporte" OR "Sport").

Filtro de Disponibilidad: LANGUAGE (Spanish OR English) AND OA (all - Acceso Abierto).

Cribado (Screening): Se eliminaron los duplicados resultantes de la base de datos y se aplicaron los criterios de exclusión a partir de la lectura del título y resumen. El criterio principal de exclusión fue la falta de enfoque explícito en la dimensión psicológica o social-psicológica del deporte. Se descartaron artículos que, aunque cumplieran con los filtros automáticos (por ejemplo, mencionando el deporte en un contexto puramente biomédico o fisiológico sin análisis mental), no tenían un enfoque principal en la Psicología del Deporte, el rendimiento mental o la influencia social en el atleta.

Elegibilidad: Los artículos preseleccionados pasaron a la lectura completa de su texto. Se excluyeron aquellos documentos que, tras la lectura exhaustiva, no cumplían con los criterios de inclusión temáticos o metodológicos. Por ejemplo, se excluyeron:

Estudios que eran revisiones narrativas, capítulos de libro o actas de congresos (si no fueron filtrados previamente).

Artículos donde el tema central no era la aplicación o el estudio de la psicología en el contexto deportivo, a pesar de tener las palabras clave en el resumen.

Estudios que no presentaban datos o análisis empíricos/teóricos originales claros dentro del campo de la Psicología o Sociología del Deporte.

Inclusión: Se determinó un conjunto final de [Inserte el número N de artículos, ej: 45] artículos que cumplieron con todos los requisitos del prisma de investigación y la verificación

a texto completo. Este conjunto final constituyó el corpus para el análisis cualitativo y la síntesis de resultados.

Para garantizar un análisis sistemático de los artículos incluidos, se diseñó una matriz de extracción de datos. Esta matriz permitió registrar la siguiente información esencial:

- Autores y Año de Publicación
- Diseño Metodológico (ej. experimental, observacional, cualitativo, psicométrico)
- Objetivo Principal del Estudio
- Población o Muestra (ej. atletas de élite, juveniles, entrenadores)
- Variables Psicológicas o Sociales Medidas (ej. motivación, ansiedad competitiva, *burnout*, cohesión grupal)
- Principales Hallazgos (Relacionados con la Psicología o el rendimiento en el deporte)

#### Estrategia de Síntesis: Síntesis Temática y Categórica

El análisis del corpus final de artículos sobre la Psicología y el rendimiento deportivo se realizó mediante una síntesis temática y categórica, combinando enfoques deductivos e inductivos. Este método riguroso permitió no solo clasificar los hallazgos, sino también interpretar las dinámicas subyacentes en la literatura reciente (2015-2025) dentro del marco de la Psicología del Deporte.

#### Codificación Deductiva: Aplicación del Marco Teórico del Rendimiento

Se aplicaron categorías conceptuales predefinidas derivadas del marco teórico de la Psicología del Deporte y la Psicología Cognitivo-Conductual. Estas categorías sirvieron como una lente inicial para clasificar cómo los estudios abordan las variables clave:

Enfoque en el Rendimiento: La habilidad mental conceptualizada como "Técnicas de *Coping*" (gestión del estrés, ansiedad) vs. "Entrenamiento en Habilidades Psicológicas (PST)" (establecimiento de metas, visualización).

Enfoque Motivacional: La orientación conceptualizada como "Motivación Intrínseca" (disfrute personal) vs. "Motivación Extrínseca" (recompensas, presión social).

Rol del Entorno: La estructura de apoyo conceptualizada como "Cohesión de Equipo" (unión grupal) vs. "Liderazgo del Entrenador" (estilos autocráticos o democráticos).

#### Codificación Inductiva: Patrones Emergentes

Se identificaron categorías emergentes y patrones recurrentes que surgieron directamente de los hallazgos reportados en los [N] estudios. Estos patrones revelaron tendencias no anticipadas o problemáticas comunes en la literatura:

La "necesidad de validación transcultural" de las herramientas psicométricas utilizadas en Psicología del Deporte, especialmente en poblaciones hispanohablantes.

El "impacto de la tecnología" (ej. análisis de datos biométricos y neuropsicológicos) en la práctica de la Psicología del Deporte y la toma de decisiones por parte de los entrenadores.

La "relación entre la transición de carrera" (abandono del deporte) y las variables psicológicas como la identidad atlética y el bienestar posterior.

#### Análisis Crítico: Aplicación Práctica y Evidencia

Se contrastaron las concepciones teóricas y los modelos ideales de rendimiento (derivados de la codificación deductiva) con las prácticas y los resultados reportados en los estudios empíricos.

Este paso fue crucial para determinar la efectividad real de las intervenciones de Psicología del Deporte en diferentes niveles (ej. base vs. élite) y evaluar la solidez metodológica de la evidencia.

Se evaluó si los estudios reflejan una evolución en las técnicas de PST más allá de los modelos tradicionales o si simplemente replican modelos conceptuales idealizados sin evidencia robusta de su implementación efectiva en contextos deportivos diversos.

Este enfoque metodológico permitió una comprensión profunda de los constructos clave y las dinámicas que circulan en la literatura reciente (2015-2025) sobre la relación entre la psicología y el rendimiento en el deporte, influyendo directamente en la calidad y el enfoque para la investigación futura en el campo.

## RESULTADOS

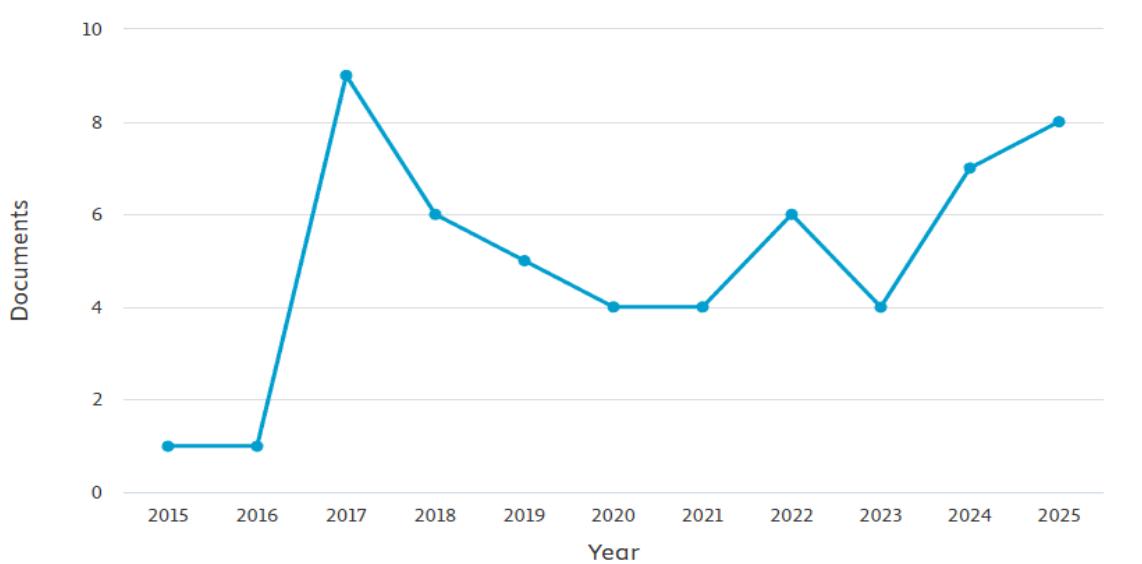
### 5.5. Documentos por Año

El gráfico revela un campo de estudio con un comportamiento fluctuante, pero en evidente crecimiento. Aunque los primeros años muestran una producción mínima, la investigación en Psicología del Deporte —bajo criterios específicos de idioma y área disciplinar— ha experimentado un aumento progresivo. Desde los mínimos de 2015 y 2016, la producción casi se ha multiplicado en la última etapa del período, alcanzando sus valores

más altos en 2024 y mostrando un ascenso aún mayor en 2025. Esto indica que el área está atravesando un proceso de consolidación y renovado interés científico. (Grafico 1)

**Gráfico 1.**

*Documentos por año.*



Fuente: Scopus 2025.

Tendencia General y Estabilidad de la Investigación

Producción Flutuante con Mínimos Iniciales: La investigación sobre la Psicología del Deporte mantuvo una base de producción baja y altamente fluctuante en el inicio del período (2015-2025). Los años 2015 y 2016 mostraron el nivel más bajo, con solo 1 documento cada uno. Esto sugiere que, al inicio de la década, la literatura que cumplía con todos los criterios de alta especificidad era escasa.

Promedio General Bajo, pero Signos de Madurez: La producción total de 55 documentos en 11 años indica un promedio de 5 artículos por año. Sin embargo, la alta variabilidad (de 1 a 9 documentos por año) sugiere que el campo aún estaba en proceso de consolidación durante gran parte de este período, sin un flujo de publicación sostenido.

Máximos y mínimos significativos

Pico Máximo Inicial (2017): El año con la mayor producción en la primera mitad del período es 2017, con 9 documentos. Este pico sugiere un momento de interés concentrado o la culminación de varios proyectos simultáneos, lo que indica un punto de inflexión temprano en el estudio de la Psicología del Deporte.

Valle Intermedio (2020-2021): Después de un período de producción moderada (4-6 documentos), se observa una caída a 4 documentos en 2020 y 2021. Esta ligera disminución coincide con el impacto global de la pandemia de COVID-19, la cual pudo haber interrumpido la recolección de datos en el deporte y ralentizado los procesos de revisión.

Crecimiento Reciente (2024-2025): El período más reciente exhibe un incremento notable y sostenido. La producción pasa de 4 documentos en 2023 a 7 en 2024 y un prometedor 8 en 2025 (este último, probablemente aún incompleto). Esta tendencia final sugiere un resurgimiento y una aceleración del interés en la temática.

#### **Relevancia Actual para la Revisión**

Campo en Relevancia Creciente: El patrón de producción sugiere que el estudio de la Psicología del Deporte en idioma español/inglés y en las áreas PSYC/SOCI es un campo que, tras un inicio fluctuante, ha ganado tracción en los últimos años (2024-2025).

Foco en la Literatura Reciente: Dado que los picos más altos se concentran en 2017 (9 documentos), 2025 (8 documentos) y 2018 (6 documentos), la revisión debe poner especial énfasis en la literatura de 2017 y en la más reciente (2024-2025), ya que estos años concentran la mayor densidad de publicaciones que cumplen con el prisma de investigación.

#### **5.6. Análisis de la Productividad por Autor**

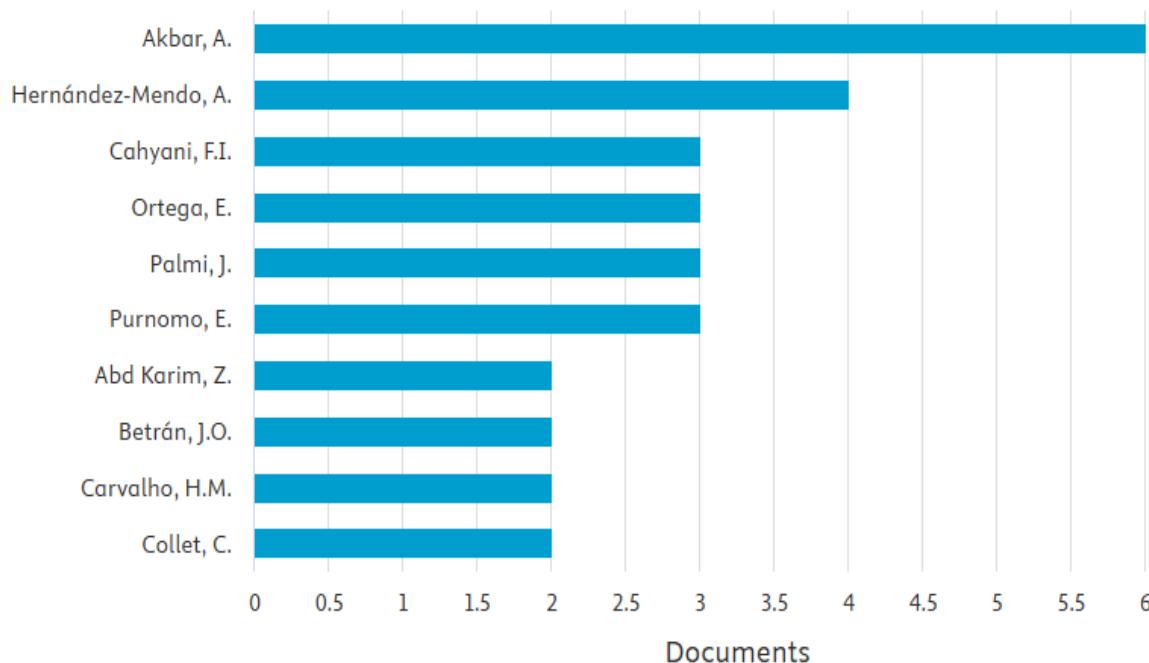
El gráfico evidencia una estructura de producción claramente concentrada en unos pocos autores, lo que revela un campo de investigación con liderazgos definidos y fuertemente posicionados. Aunque existe diversidad de contribuyentes, la Psicología del Deporte presenta una marcada polarización: Akbar, A. destaca como el autor más prolífico, seguido por Hernández-Mendo, A., y un segundo núcleo sólido de investigadores con niveles de producción homogéneos. En conjunto, estos autores conforman el eje central desde el cual se articula gran parte del conocimiento reciente en el área, consolidando una red colaborativa estable y altamente influyente dentro del corpus analizado. (Grafico 2)

Existe un liderazgo claro y diferenciado en el campo. Akbar, A. (6 documentos) y Hernández-Mendo, A. (4 documentos) emergen como los autores más productivos, con una contribución notablemente superior al resto. Su trabajo es central para definir las líneas de investigación en el corpus. El núcleo de Alto Impacto (Segundo Nivel), es inmediatamente después del liderazgo principal, se encuentra un grupo sólido y homogéneo compuesto por Cahyani, F.I., Ortega, E., Palmi, J., y Purnomo, E., cada uno con 3 documentos. Esta

contribución equivalente y alta los establece como el segundo nivel de líderes de la investigación, sugiriendo una colaboración activa entre ellos o con los líderes principales.

**Gráfico 2.**

*Documentos por autor.*



Fuente: Scopus 2025.

La Producción es una contribución está fuertemente polarizada. El autor principal, Akbar. concentra casi el 11% de la producción total (6 de 55 documentos). Esto sugiere que la producción del conocimiento en esta área es dirigida por un Investigador Principal (IP) o un autor de correspondencia constante.

**Colaboración Consolidada:** La existencia de un grupo significativo de autores con producciones muy cercanas (6, 4, y cuatro autores con 3) es un indicador fuerte de que la investigación en la Psicología del Deporte es altamente colaborativa. La cercanía en el número de documentos entre los autores principales y el segundo grupo (3 documentos) es un signo de redes de investigación consolidadas y estables.

**Umbral de Baja Contribución:** Por debajo del top 6, la productividad cae rápidamente a 2 documentos (Abd Karim, Z., Betrán, J.O., Carvalho, H.M., y Collet, C.), lo que subraya la importancia del núcleo de autores con 3 o más artículos para el corpus.

Implicación Temática y Prioridad en la Revisión

Concentración del Conocimiento: La concentración de la producción en el *Top 5* (Akbar, Hernández-Mendo, Cahyani, Ortega, y Palmi) indica que el conocimiento relevante no es difuso, sino que está siendo generado por un núcleo de expertos altamente activos. Es crucial para identificar las líneas de pensamiento dominantes en la Psicología del Deporte.

Prioridad en la Revisión: Las obras de estos autores líderes, especialmente de Akbar, A. (6) y Hernández-Mendo, A. (4), son Gráficos clave. Su trabajo debe constituir el cuerpo central de referencia para el análisis cualitativo, ya que probablemente definen las tendencias principales y los hallazgos más relevantes en la investigación reciente del campo.

### **5.7. Análisis por Afiliación**

El gráfico evidencia un panorama de investigación altamente concentrado en instituciones líderes, mostrando una distribución geográfica bien definida dentro del campo de la Psicología del Deporte. Aunque existe diversidad internacional, la producción está claramente encabezada por universidades asiáticas y españolas, con un crecimiento notable en regiones específicas. La Universitas Negeri Padang destaca como la afiliación más productiva, seguida por instituciones de España y Malasia que sostienen un flujo constante de publicaciones. En conjunto, estos patrones indican un campo activo, consolidado y fuertemente influido por redes académicas asiáticas e iberoamericanas que impulsan la mayor parte del conocimiento reciente en la temática. (Grafico 3).

#### **Liderazgo Global y Concentración Geográfica**

**Liderazgo Asiático Dominante:** La Universitas Negeri Padang emerge como el líder indiscutible del campo, con 7 documentos. Este liderazgo establece un foco geográfico prominente en Indonesia que define una parte significativa del corpus.

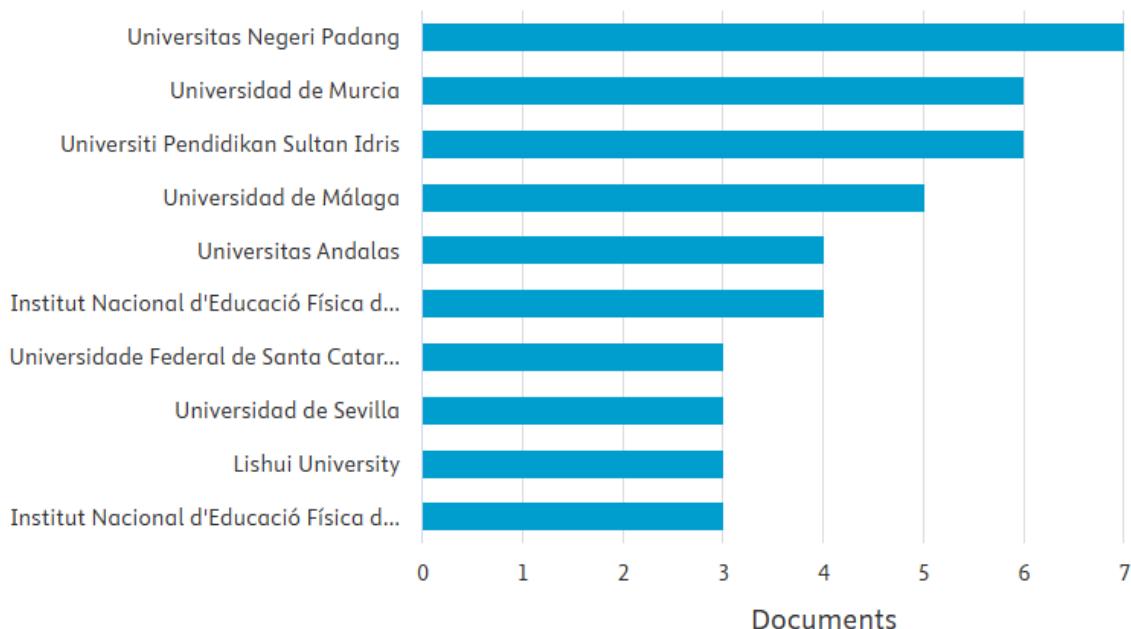
**Núcleo Iberoamericano Fuerte:** España y Brasil demuestran una presencia robusta. La Universidad de Murcia (6 documentos) y la Universidad de Málaga (5 documentos) lideran la contribución europea. Además, la Universidade Federal de Santa Catarina (3 documentos) establece un foco relevante en Brasil, subrayando la importancia de la investigación iberoamericana.

**Segundo Foco Asiático Consistente:** La Universiti Pendidikan Sultan Idris (6 documentos) se sitúa como el segundo contribuyente más prolífico. La presencia de dos instituciones asiáticas liderando el Top 3 subraya la fuerte influencia de esta región en la investigación que cumple con los criterios de idioma (inglés) y acceso abierto.

Contribuciones Consistentes y Estructura de Redes

**Gráfico 3.**

*Documentos por afiliación*



Fuente: Scopus 2025.

Consistencia Española y Andaluza: Seis instituciones españolas (Murcia, Málaga, Sevilla, y el Instituto Nacional de Educación Física de Cataluña, entre otras) Gráficon en el Top 9, incluyendo dos universidades andaluzas (Málaga y Andalucía) con alta productividad. Esta concentración sugiere la existencia de redes de colaboración estables y una línea de investigación bien definida en el contexto académico español.

Foco en la Educación Física y el Deporte: La aparición de instituciones con un enfoque directo en la formación de profesionales del deporte, como el Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya (4 documentos) y las universidades asiáticas (tradicionalmente con fuertes departamentos de Educación y Deporte), indica que gran parte de la investigación se genera en el ámbito de las ciencias del deporte y la preparación física.

Diversidad Disciplinar: Si bien la producción está concentrada en pocos líderes, la lista incluye instituciones de diversos países (Indonesia, Malasia, España, Brasil, China), lo que indica que el interés temático, aunque con sesgos geográficos, no está limitado a una única nación.

**Observaciones Clave**

Identificación del Contexto Dominante: La investigación sobre la Psicología del Deporte que cumple con los filtros de accesibilidad e idioma está fuertemente anclada en los contextos académico indonesio, malayo, y español/brasileño. Esto sugiere que las conclusiones deben interpretarse a la luz de las realidades deportivas y los modelos de intervención psicológica prevalentes en estas regiones.

Implicación para la Revisión: La alta concentración en las universidades listadas implica que la calidad y el enfoque metodológico de estas instituciones definirán las concepciones y los modelos de intervención identificados en la literatura. Su trabajo constituirá el cuerpo central para la síntesis de resultados y para la identificación de las tendencias metodológicas de mayor impacto en el campo.

### **5.8. Análisis de la producción por País o Territorios**

El gráfico muestra un panorama de producción científica claramente concentrado y con un liderazgo marcado. Aunque existe participación de múltiples países, la investigación en Psicología del Deporte accesible en inglés/español se encuentra fuertemente dominada por un reducido grupo de naciones. España se posiciona de manera hegemónica como el principal motor del campo, mientras que Brasil, Indonesia y Malasia conforman un segundo eje de alto impacto que consolida la relevancia tanto del ámbito iberoamericano como del sudeste asiático en la generación del conocimiento reciente. (Grafico 4)

#### **Liderazgo Global y Concentración de la Investigación**

**Liderazgo Hegemónico (España):** España encabeza la lista de manera clara y contundente con 33 documentos. Este país se establece como el principal motor de investigación mundial en el nicho temático que cumple con los filtros de accesibilidad e idioma (inglés/español), contribuyendo con una mayoría simple del corpus total.

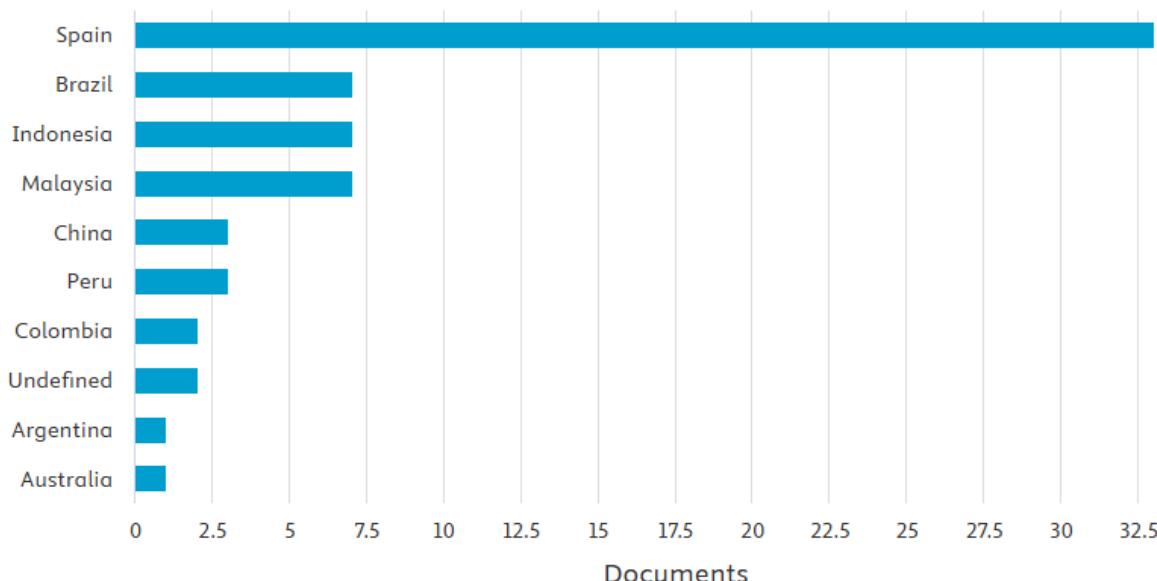
**Segundo Eje Sudamericano y Asiático:** El segundo nivel de contribución es tripartita y muy estrecho, con Brasil (7 documentos), Indonesia (7 documentos) y Malasia (7 documentos). Este nivel establece un foco fuerte en Latinoamérica (Brasil) y confirma la emergencia del Sudeste Asiático (Indonesia, Malasia) como una región clave que contribuye significativamente a la literatura accesible.

**Gran Eje Iberoamericano-Asiático Dominante:** La producción se reparte claramente entre dos grandes ejes: el Eje Iberoamericano/europeo (España, Brasil, Perú, Colombia,

Argentina) y el Eje Asiático (Indonesia, Malasia, China), que conjuntamente concentran la mayor parte de la literatura.

**Gráfico 4.**

*Documentos por producción por país o territorios*



Fuente: Scopus 2025.

#### Contribuciones Consistentes y Presencia Regional

Foco en el Continente Americano: La presencia de Brasil (7), Perú (3), Colombia (2) y Argentina (1) asegura una base significativa para el Eje Latinoamericano. Esto indica que, aunque el liderazgo esté en España, la región Iberoamericana mantiene una producción consistente en la temática.

Consistencia Asiática: Además de los líderes (Indonesia y Malasia), China (3 documentos) mantiene una contribución estable, lo que refuerza la conclusión de que Asia Oriental es una fuente importante de literatura que cumple con los criterios de acceso abierto y lenguaje (predominantemente inglés).

Presencia de Países de Baja Producción: La aparición de países con producción mínima (e.g., Argentina, *Undefined*) confirma que la dispersión global existe, pero la investigación relevante para este prisma está fuertemente polarizada hacia las naciones líderes.

#### Observaciones Clave y Conclusiones del Análisis

Dominio Regional y Lingüístico: La presencia abrumadora de España confirma que la investigación en Psicología del Deporte que es accesible (Open Access) y está en los idiomas

filtrados está impulsada primordialmente por la tradición académica española y sus redes de colaboración.

**Implicación Contextual:** Los marcos teóricos y las perspectivas metodológicas identificadas en los artículos estarán fuertemente influenciados por los contextos deportivos y académicos de España y los países asiáticos y latinoamericanos. El análisis debe contrastar si los modelos psicológicos son universalmente aplicables o si se adaptan a las realidades culturales específicas de estas regiones.

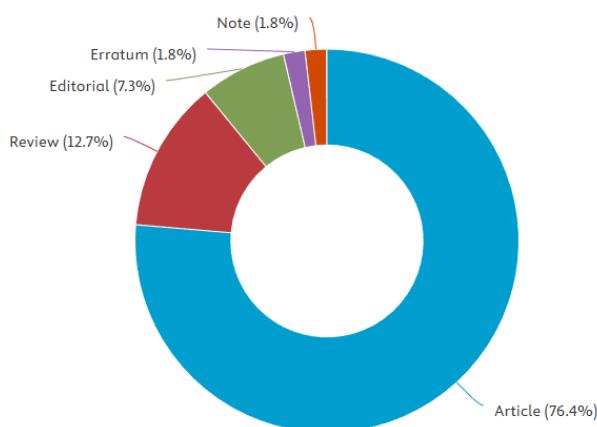
**Comprobación con Afiliaciones:** Este análisis geográfico es un complemento crucial al análisis de afiliaciones que hiciste previamente, ya que confirma que las instituciones líderes (e.g., universidades españolas, indonesias) provienen precisamente de estos países dominantes que concentran la mayor parte de la autoría.

### **5.9. Análisis de la Producción Científica por tipo**

El gráfico muestra una composición documental altamente definida, donde predomina de forma contundente la investigación original. La categoría *Article* representa más de tres cuartas partes del total, lo que evidencia un campo caracterizado por el rigor metodológico y una producción centrada en resultados empíricos y contribuciones primarias. A pesar de esta hegemonía, también aparece un porcentaje relevante de *Review* y *Editorial*, indicando que el área cuenta con trabajos de síntesis, discusión académica y reflexiones críticas que complementan la evidencia original. En conjunto, esta distribución sugiere una literatura robusta, activa y metodológicamente equilibrada, aunque claramente orientada hacia estudios originales como base del avance científico (Grafico 5).

**Gráfico 5.**

*Documentos por producción científica por tipo*



Fuente: Scopus 2025.

Dominio Absoluto de Artículos de Investigación (Rigor Metodológico)

Preponderancia de Artículos Originales: El tipo de documento dominante es el Artículo (*Article*), que representa un abrumador 76.4% del total (42 documentos).

Implicación Temática y Metodológica: Esta cifra demuestra que la inmensa mayoría de la literatura reciente (\$2015-2025\$) sobre la Psicología del Deporte en este corpus está basada en investigación original, resultados empíricos o planteamientos teóricos primarios publicados en revistas revisadas por pares.

Relevancia para la Revisión: El dominio de Artículos confiere un alto nivel de solidez y rigor metodológico a tu corpus. Asegura que tu análisis cualitativo se centrará principalmente en las contribuciones primarias y la evidencia directa generada por los investigadores en el campo.

Presencia de Literatura de Síntesis y Comentarios Científicos

Actividad de Síntesis Significativa: Las Revisiones (*Review*) representan el segundo tipo de documento más común, con 12.7% del total (7 documentos). Aunque es una minoría, esta proporción indica que existe una actividad notable de síntesis y metaanálisis en el área. Estas revisiones pueden ser cruciales para contextualizar los hallazgos de los artículos originales.

Contribuciones Editoriales: Los Editoriales (*Editorial*) constituyen el 7.3% del corpus (4 documentos). Su presencia indica un campo con debate académico activo y la participación de líderes de opinión que ofrecen comentarios, posicionamientos o introducciones a números especiales, lo cual es relevante para comprender la dirección del área.

Eficacia del Filtro: A pesar del filtro inicial (LIMIT-TO (DOCTYPE, "ar")), la aparición de Revisiones, Editoriales, Notas y Erratas es común, ya que algunas bases de datos no tienen una categorización mutuamente excluyente. No obstante, el filtro fue altamente efectivo al asegurar que los Artículos Originales fueran la fuente dominante.

Consideraciones Menores

Documentos de Baja Relevancia: La presencia de Erratas (*Erratum*) (1.8% o 1 documento) y Notas (*Note*) (1.8% o 1 documento) es estadísticamente mínima.

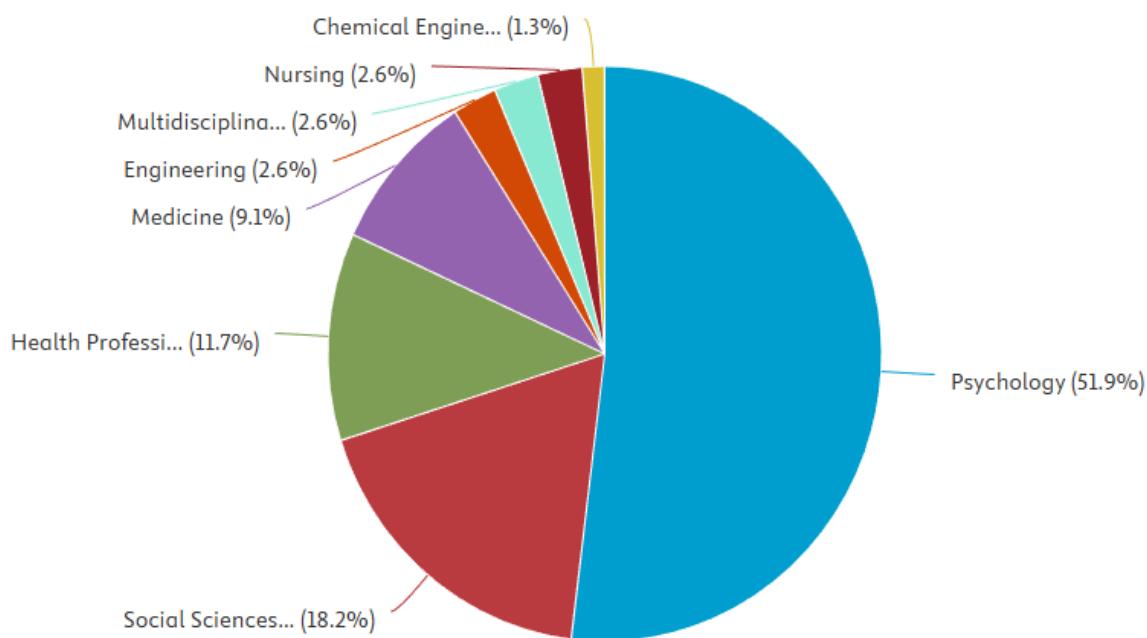
Erratas como Advertencia: La existencia de una Errata es una advertencia de que la investigación requiere vigilancia en cuanto a la precisión de los datos o métodos. Es fundamental identificar y tomar en cuenta esta corrección si el artículo original relacionado forma parte de tu síntesis final, aunque no requiere su exclusión inmediata.

### **5.10. Análisis de la Producción por Área Temática.**

El gráfico evidencia un marcado dominio de las áreas psicosociales dentro del corpus analizado. La Psicología constituye más de la mitad de la producción total, seguida por las Ciencias Sociales, lo que confirma que la investigación reciente se orienta principalmente hacia el estudio del comportamiento, las dinámicas grupales y los factores emocionales asociados al deporte. A pesar de esta hegemonía, también se observa una contribución relevante desde las profesiones de la salud y la medicina, lo que refuerza el carácter interdisciplinario del campo. En conjunto, la distribución temática muestra una literatura sólida, centrada en variables psicológicas y sociales, pero complementada por perspectivas aplicadas de la salud y de disciplinas emergentes que amplían el alcance del análisis. (Grafico 6).

**Gráfico 6.**

*Documentos por producción por área temática.*



Fuente: Scopus 2025.

Liderazgo de la Psicología: El área de Psychology domina absolutamente con 51.9% del corpus (40 documentos). Este liderazgo confirma la eficacia del filtro temático inicial (psicología AND del AND deporte) y establece el foco principal de la revisión en las variables conductuales, cognitivas, emocionales y de rendimiento.

Foco Social y Contextual: Social Sciences es el segundo contribuyente más importante, con 18.2% del corpus (14 documentos). Esta alta contribución, sumada a la de Psicología, asegura que los estudios están enfocados en la dimensión psicosocial del deporte, incluyendo la dinámica de grupo, la interacción entrenador-atleta, y el impacto social del deporte.

Eje Psicosocial Dominante: En conjunto, Psychology y Social Sciences representan más del 70% del corpus. Esto valida la naturaleza de la revisión, que se centra inequívocamente en la vertiente mental y social del deporte.

*Contribuciones Interdisciplinarias Clave (Contexto de Aplicación y Salud)*

Conexión con la Salud Aplicada: El área de Health Professions contribuye significativamente con 11.7% (9 documentos), seguida por Medicine con 9.1% (7 documentos).

Implicación Temática: Este aporte de las áreas de la salud subraya que la investigación en Psicología del Deporte no opera en el vacío, sino que está estrechamente vinculada al bienestar físico, la rehabilitación y la prevención de riesgos asociados a la práctica deportiva, reflejando una perspectiva de la Salud Mental Aplicada.

Áreas Secundarias y Emergentes: El resto de las áreas aparecen con una contribución mínima, incluyendo Engineering, Multidisciplinary, Nursing, y Chemical Engineering.

Implicación para el Campo: Aunque minoritarias, la presencia de estas áreas sugiere líneas de investigación emergentes, como el uso de la tecnología o la ingeniería en la evaluación de variables psicológicas, o la integración de la Psicología del Deporte en contextos de Enfermería/Rehabilitación.

La distribución de las áreas temáticas confirma que la literatura reciente sobre la Psicología del Deporte es abordada principalmente por académicos con una fuerte base en el comportamiento humano (Psicología y Sociología). La fuerte presencia de las disciplinas de Salud y Medicina demuestra una interdisciplinariedad funcional, donde el conocimiento psicológico y social se aplica directamente a la mejora del bienestar y el rendimiento físico.

El análisis cualitativo debe centrarse en los marcos teóricos dominantes de la Psicología (e.g., motivación, ansiedad, *coping*) y contrastarlos con las perspectivas de Ciencias Sociales (e.g., cohesión, liderazgo, contexto) y de Salud (e.g., prevención, *burnout*).

### **5.11. Análisis de la Producción por años por fuentes**

El gráfico muestra un panorama editorial claramente concentrado en un conjunto reducido de revistas especializadas, lo que evidencia una estructura sólida y bien definida en la difusión científica de la Psicología del Deporte. Aunque cada fuente presenta ciclos propios, las tendencias revelan que el liderazgo editorial se encuentra fuertemente marcado por la revista *Cuadernos de Psicología del Deporte*, la cual mantiene una presencia constante y sostenida a lo largo de los años. A partir de 2022, se observa un resurgimiento de otras revistas como *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico y Retos*, cuyos picos de publicación recientes indican una diversificación creciente en los canales de difusión. En conjunto, el comportamiento de estas fuentes confirma un campo activo, en expansión y con un núcleo editorial iberoamericano que continúa guiando la producción científica más relevante del período analizado. (Grafico 7).

**Gráfico 7.**

*Documentos por producción por años por fuentes*



Fuente: scopus 2025.

Liderazgo Abrupto y Dominante: La revista Cuadernos De Psicología Del Deporte se establece como el canal de publicación dominante en el corpus, acumulando 19 documentos. Este liderazgo es crucial y coherente con el análisis geográfico que mostró el dominio de España y el eje Iberoamericano, ya que es una publicación de esa región.

Canales de Alta Producción: La Revista De Psicología Aplicada Al Deporte Y Al Ejercicio Físico (5 documentos) y Retos (5 documentos) aseguran el segundo nivel de la base de la literatura. Esto valida la importancia de las publicaciones especializadas en Psicología y el acceso abierto para la difusión de la temática.

Concentración Temática: La alta concentración en estas revistas, cuyos títulos reflejan directamente la temática (Psicología del Deporte, Ejercicio Físico), demuestra que el nicho ha encontrado sus canales de difusión especializados y definidos.

#### **Volatilidad de las Fuentes Individuales y su Impacto Temporal**

Pico Máximo de Liderazgo Temático: El pico de publicación individual lo ostenta la revista Cuadernos De Psicología Del Deporte (Línea Azul), que mantiene un flujo constante de 3 documentos anuales entre 2017 y 2021. Este dato es fundamental, ya que demuestra el rol constante y clave de esta revista en el crecimiento inicial y la estabilidad del tema.

Emergencia Editorial Reciente: La revista Revista De Psicología Aplicada Al Deporte Y Al Ejercicio Físico (Línea Roja) presenta un pico significativo de 3 documentos en 2023, emergiendo como una fuente de alta producción justo en el período más reciente. Esto sugiere un cambio o diversificación en el liderazgo editorial.

Actividad Cíclica: A diferencia de la estabilidad inicial de *Cuadernos De Psicología Del Deporte*, la producción en otras revistas es más cíclica. Retos (Línea Morada) muestra un pico de 3 documentos en 2023, lo que refuerza la idea de una convergencia editorial y la publicación de números especiales.

#### **Conexión con la Tendencia Total y Contexto**

Explicación del Flujo Constante: El constante flujo de 3 documentos por año de *Cuadernos De Psicología Del Deporte* es un factor clave que explica la estabilidad de la producción en la primera mitad del período analizado (2017-2021).

Liderazgo Temático y Prioridad: La literatura sobre Psicología del Deporte se publica principalmente en revistas Iberoamericanas de acceso abierto. Las revistas Cuadernos De Psicología Del Deporte, *Revista De Psicología Aplicada Al Deporte Y Al Ejercicio Físico* y

*Retos* son las fuentes más relevantes y deben constituir la prioridad para la síntesis de resultados, ya que reflejan el *state-of-the-art* más reciente y concentrado.

## **CONCLUSIONES**

La revisión realizada en este capítulo permite comprender que la transformación contemporánea del deporte de alto rendimiento no depende únicamente del perfeccionamiento físico o del avance tecnológico aislado, sino de la integración profunda entre neurociencia, innovación digital y cuidado psicológico. La evidencia analizada demuestra que herramientas como el neurofeedback, los EEG y las interfaces cerebro-computadora no solo han ampliado la capacidad de evaluar funciones cognitivas críticas —como la atención y la regulación emocional— sino que también han permitido desarrollar intervenciones específicas para optimizar el rendimiento mental del deportista (Ring et al., 2021). Paralelamente, el uso de dispositivos portátiles y plataformas de monitoreo ha consolidado un modelo de entrenamiento basado en datos objetivos y en la comprensión integral del estado neurofisiológico del atleta, reforzando decisiones preventivas y personalizadas (Bini & Borsini, 2020).

Los desafíos psicológicos analizados —ansiedad, estrés crónico, burnout e identidad post-retiro— revelan una realidad contundente: el alto rendimiento actual exige una comprensión más humana de la experiencia deportiva, en la que el atleta sea visto como un sujeto emocionalmente complejo y no como un ejecutor mecánico de resultados. La evidencia indica que estos problemas no solo deterioran el rendimiento, sino que pueden comprometer gravemente la salud mental si no se interviene de manera oportuna (Dehghansai et al., 2021; Dubuc-Charbonneau & Durand-Bush, 2023). En este sentido, la psicología del deporte emerge como un componente estructural, responsable de fortalecer habilidades de afrontamiento, promover la autorregulación emocional, acompañar los momentos de crisis y preparar a los deportistas para transitar etapas de transición como el retiro (Gustafsson et al., 2021; Park et al., 2021).

Las tendencias emergentes, entre ellas el neuroentrenamiento, la realidad virtual, el mindfulness y la inteligencia artificial aplicada al rendimiento, muestran que la innovación tecnológica no solo expande los recursos para optimizar el desempeño, sino que también abre nuevas posibilidades para la promoción del bienestar integral. Herramientas como la realidad virtual o la IA permiten entrenar habilidades perceptivas, anticipar riesgos psicológicos y

adaptar cargas cognitivas con una precisión sin precedentes (Neumann et al., 2020; Rojas-Valverde et al., 2021). Asimismo, programas institucionales de bienestar mental integral evidencian un cambio paradigmático: la transición hacia un deporte más ético, sostenible y centrado en la persona (Henriksen et al., 2020).

En conjunto, los hallazgos de este capítulo confirman que el futuro del alto rendimiento depende de una visión interdisciplinaria capaz de unir ciencia, tecnología y sensibilidad humana. El atleta del siglo XXI requiere no solo optimización física, sino también protección emocional, desarrollo cognitivo y acompañamiento psicosocial continuo. Integrar estos elementos no es una opción complementaria, sino una condición necesaria para construir entornos deportivos que promuevan la excelencia sin sacrificar la salud mental. Así, la convergencia entre neurociencia, tecnología y psicología del deporte se proyecta como una de las rutas más prometedoras para consolidar un rendimiento verdaderamente sostenible y humano.

## **REFERENCIAS**

- Bini, F., & Borsini, E. (2020). Wearable sensors and digital monitoring in sports performance: Applications and future trends. *Sensors*, 20(22), 1–18.  
<https://doi.org/10.3390/s20226447>
- Chang, C. J., Putukian, M., Aerni, G., Diamond, A. B., Hong, G., Ingram, Y. M., ... & Brenner, J. S. (2022). Mental health issues and psychological factors in athletes: Detection, management, and prevention. *British Journal of Sports Medicine*, 56(3), 163–168.  
<https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-104304>
- Dehghansai, N., Pinder, R. A., & Baker, J. (2021). Understanding the development of psychological characteristics in sport: A critical review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 14(1), 160–183.  
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1744695>
- Dubuc-Charbonneau, N., & Durand-Bush, N. (2023). Athlete burnout and recovery: A scoping review. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 17(1), 67–89.  
<https://doi.org/10.1123/jcsp.2022-0023>
- Gouttebarge, V., Bindra, A., Blauwet, C., Campriani, N., Currie, A., Engebretsen, L., ... & Hainline, B. (2021). International Olympic Committee (IOC) mental health in elite athletes: Tools for awareness and support (IOC Sport Mental Health Assessment Tool

- 1 and Guide). *British Journal of Sports Medicine*, 55(11), 607–612.  
<https://doi.org/10.1136/bjsports-2021-104080>
- Gustafsson, H., Davis, P., Sagar, S. S., & Kenttä, G. (2021). Mindfulness and its relationship with perceived stress, affect, and burnout in elite junior athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 19(2), 171–184.  
<https://doi.org/10.1080/1612197X.2019.1655774>
- Henriksen, K., Schinke, R., & Moesch, K. (2020). Athlete mental health and well-being: Best practices in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 48, 101658.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101658>
- Hughes, L., & Leavey, G. (2023). Media pressure and mental health risk in elite athletes. *BMC Psychology*, 11, 45. <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01050-2>
- Ivarsson, A., & Johnson, U. (2022). Competitive stress and its psychological effects on elite athletes: A longitudinal examination. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*.  
<https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/1612197X.2022.2028734>
- Li, C., Kee, Y. H., & Xu, L. (2022). Mindfulness, mental toughness, and performance anxiety among athletes: The mediating role of emotional regulation. *Current Psychology*, 41, 1774–1783. <https://doi.org/10.1007/s12144-020-00692-5>
- Marquez, D., Gómez, A., & Ortega, E. (2021). Neurotraining and neurofeedback in high-performance athletes. *Neuroscience & Biobehavioral Reviews*, 127, 537–548.  
<https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2021.05.020>
- Moesch, K., Kenttä, G., Kleinert, J., Quignon-Fleuret, C., Cecil, S., & Bertollo, M. (2022). FEPSAC position statement: Mental health disorders in elite athletes and models of service provision. *Psychology of Sport and Exercise*, 59, 102121.  
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102121>
- Neumann, D. L., Moffitt, R. L., Thomas, P. R., Loveday, K., Watling, D. P., Lombard, C. L., ... & Tremeer, M. A. (2020). A systematic review of the application of interactive virtual reality to sport. *Virtual Reality*, 24, 229–243. <https://doi.org/10.1007/s10055-019-00417-3>

- Park, S., Lavallee, D., & Tod, D. (2021). Athlete retirement, identity, and mental health: A systematic review. *Sports Medicine*, 51, 431–449. <https://doi.org/10.1007/s40279-020-01391-7>
- Reardon, C. L., et al. (2021). Stress management and mental health programs in sport: Effects on athlete well-being and performance. *British Journal of Sports Medicine*. <https://bjsm.bmjjournals.com/content/55/1/28>
- Ring, C., Cooke, A., & Kavussanu, M. (2021). Neurofeedback training to enhance athletic performance. *Biological Psychology*, 162, 108128. <https://doi.org/10.1016/j.biopsych.2021.108128>
- Rojas-Valverde, D., Gómez-Carmona, C. D., & Pino-Ortega, J. (2021). From wearables to artificial intelligence: New trends in sport technology and athlete monitoring. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(3), 819. <https://doi.org/10.3390/ijerph18030819>
- Schinke, R. J., Blodgett, A., & Battocchio, R. (2023). Athletic identity, retirement transitions, and post-career well-being in elite performers. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*. <https://psycnet.apa.org/doi/10.1037/spy0000318>
- Sebbens, J., Hassmén, P., Crisp, D., & Wensley, K. (2022). Mental health in sport (MHS): Improving the well-being of athletes and coaches through group-based interventions. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 11(2), 130–145. <https://doi.org/10.1037/spy0000290>
- Tangen, J. O., Antczak, D., & Jordet, G. (2022). Human-centric innovation in elite sport: From performance enhancement to athlete wellbeing. *European Journal of Sport Science*, 22(5), 656–666. <https://doi.org/10.1080/17461391.2021.1911911>
- Walker, N., Thatcher, J., & Lavallee, D. (2022). Psychological support during injury rehabilitation: Effects on athlete identity and return-to-sport readiness. *Journal of Applied Sport Psychology*. <https://www.tandfonline.com/doi/full/10.1080/10413200.2022.2059197>
- Walton, C. C., Rice, S. M., Hetrick, S. E., & Parker, A. G. (2021). Mental health and wellbeing in elite athletes: A narrative systematic review. *The Lancet Psychiatry*, 8(6), 491–505. [https://doi.org/10.1016/S2215-0366\(21\)00080-6](https://doi.org/10.1016/S2215-0366(21)00080-6)

Whiting, S. W., May, D. R., Podsakoff, N. P., & Podsakoff, P. M. (2020). Ethical implications of technological innovation in sport. *Journal of Business Ethics*, 161, 761–777.  
<https://doi.org/10.1007/s10551-019-04276-7>

Woodman, T., Marchant, D., & Smith, M. (2021). Competitive anxiety and performance variability among elite athletes: A systematic meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*.

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S1469029221000443>

## EVALUACIÓN DE PARES

### DATOS DEL LIBRO.

Título:	<i>Psicología deportiva contemporánea</i>
---------	---

### I. DATOS DEL EVALUADOR UNO (1).

Nombres y apellidos:	Oscar Bastidas López
Documento de identificación:	E300435
Institución:	Universidad Tecnológica Equinoccial. Quito Ecuador.
Correo electrónico:	<a href="mailto:Oscar.bastidas@gmail.com">Oscar.bastidas@gmail.com</a>
Grado académico:	Ph.D. MSc. Lic
Fecha de evaluación:	16/12/2025

### II. CRITERIOS Y ESCALA DE EVALUACIÓN

Criterio	Rango escala(Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	90-100
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	80-89
No publicable	0-79

### III. EVALUACIÓN DEL PRODUCTO

Asignar puntuación de acuerdo al rango de puntos según corresponda para cada criterio (Favor **sustentar** calificación asignada a cada criterio en el espacio correspondiente).

Criterio de evaluación	Rango/puntos	Puntaje
------------------------	--------------	---------

<p>1. El título permite la identificación del tema tratado, recoge la variable o categoría de estudio.</p>	<b>De 0 a 3</b>	<b>3</b>
<p>2. El resumen aporta suficiente información sobre el contenido del capítulo.</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Expone el objetivo o propósito.</li> <li>• Enuncia el método de la investigación.</li> <li>• Enfoque teórico que sustenta el capítulo (opcional).</li> <li>• Principales resultados, discusión y conclusiones.</li> <li>• Palabras clave.</li> </ul>	<b>De 0 a 3</b>	<b>3</b>
<p>3. La introducción contiene los siguientes aspectos:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Sitúa adecuadamente el problema u objeto de estudio.</li> <li>• Se enuncian los referentes teóricos y estos son coherentes con los mencionados en los resultados y la discusión.</li> <li>• Se expone la justificación de la investigación.</li> <li>• Finaliza con el objetivo.</li> </ul>	<b>De 0 a 4</b>	<b>4</b>
<p>4. La metodología enuncia y desarrolla:</p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Las variables o categorías de estudio.</li> <li>• El enfoque y alcance de la investigación.</li> <li>• La población y muestra o participantes del estudio.</li> <li>• Las técnicas e instrumentos de recolección de datos.</li> <li>• Las técnicas de procesamiento y análisis de datos.</li> <li>• El método que permite alcanzar el objetivo o propósito propuesto.</li> </ul>	<b>De 0-10</b>	<b>9</b>
<p>5. Los capítulos exponen los resultados de la investigación manera adecuada con el objetivo o propósito descrito.</p>	<b>De 0-10</b>	<b>9</b>

6. La discusión analiza los resultados obtenidos a luz de los elementos teóricos asumidos en la investigación.	De 0-10	9
7. Las conclusiones de los capítulos son coherentes con el (los) objetivo(s) o propósito(s) y están fundamentadas en los resultados o con la(s) tesis presentada(s).	De 0 a 10	9
8. <b>Selectividad:</b> Los capítulos presentan aportaciones válidas y significativas al conocimiento del área desarrollada.	De 0 a 15	13
9. Las fuentes y las referencias son pertinentes y de calidad.	De 0 a 10	8
10. <b>Normalidad:</b> La investigación está organizada y escrita de forma adecuada para ser comprendida y discutida por la comunidad científica.	De 0 a 10	8
11. Los capítulos presentan elementos originales.	De 0 a 15	13
<b>Calificación total</b>	<b>88</b>	

#### IV. SÍNTESIS EVALUACIÓN INTEGRAL DEL PRODUCTO

Criterios	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	X
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	
No publicable	

#### I. DATOS DEL LIBRO.

Título:	<i>Psicología deportiva contemporánea</i>
---------	---

#### II. DATOS DEL EVALUADOR DOS (2).

<b>Nombres y apellidos:</b>	Giselle Martínez Gómez
<b>Documento de identificación:</b>	X300456
<b>Institución:</b>	Instituto de Investigación y Formación Docente. Oxaca. México
<b>Correo electrónico:</b>	Giselle.martinez@gmail.com
<b>Grado académico:</b>	Ph.D. MSc. Lic
<b>Fecha de evaluación:</b>	17/12/2025

### III. CRITERIOS Y ESCALA DE EVALUACIÓN

Criterio	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	90-100
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	80-89
No publicable	0-79

#### IV. EVALUACIÓN DEL PRODUCTO

Asignar puntuación de acuerdo al rango de puntos según corresponda para cada criterio (Favor **sustentar** calificación asignada a cada criterio en el espacio correspondiente).

Criterio de evaluación	Rango/puntos	Puntaje
1. El título permite la identificación del tema tratado, recoge la variable o categoría de estudio.	<b>De 0 a 3</b>	<b>3</b>
2. El resumen aporta suficiente información sobre el contenido del capítulo. <ul style="list-style-type: none"><li>• Expone el objetivo o propósito.</li><li>• Enuncia el método de la investigación.</li><li>• Enfoque teórico que sustenta el capítulo (opcional).</li><li>• Principales resultados, discusión y conclusiones.</li><li>• Palabras clave.</li></ul>	<b>De 0 a 3</b>	<b>2</b>
3. La introducción contiene los siguientes aspectos: <ul style="list-style-type: none"><li>• Sitúa adecuadamente el problema u objeto de estudio.</li><li>• Se enuncian los referentes teóricos y estos son coherentes con los mencionados en los resultados y la discusión.</li><li>• Se expone la justificación de la investigación.</li><li>• Finaliza con el objetivo.</li></ul>	<b>De 0 a 4</b>	<b>3</b>
4. La metodología enuncia y desarrolla: <ul style="list-style-type: none"><li>• Las variables o categorías de estudio.</li><li>• El enfoque y alcance de la investigación.</li><li>• La población y muestra o participantes del estudio.</li><li>• Las técnicas e instrumentos de recolección de datos.</li><li>• Las técnicas de procesamiento y análisis de datos.</li></ul>	<b>De 0-10</b>	<b>10</b>

• El método que permite alcanzar el objetivo o propósito propuesto.		
5. Los capítulos exponen los resultados de la investigación manera adecuada con el objetivo o propósito descrito.	<b>De 0-10</b>	<b>9</b>
6. La discusión analiza los resultados obtenidos a luz de los elementos teóricos asumidos en la investigación.	<b>De 0-10</b>	<b>9</b>
7. Las conclusiones de los capítulos son coherentes con el (los) objetivo(s) o propósito(s) y están fundamentadas en los resultados o con la(s) tesis presentada(s).	<b>De 0 a 10</b>	<b>10</b>
8. <b>Selectividad:</b> Los capítulos presentan aportaciones válidas y significativas al conocimiento del área desarrollada.	<b>De 0 a 15</b>	<b>12</b>
9. Las fuentes y las referencias son pertinentes y de calidad.	<b>De 0 a 10</b>	<b>8</b>
10. <b>Normalidad:</b> La investigación está organizada y escrita de forma adecuada para ser comprendida y discutida por la comunidad científica.	<b>De 0 a 10</b>	<b>10</b>
11. Los capítulos presentan elementos originales.	<b>De 0 a 15</b>	<b>15</b>
<b>Calificación total</b>	<b>91</b>	

## V. SÍNTESIS EVALUACIÓN INTEGRAL DEL PRODUCTO

Criterios	Rango escala (Puntos)
Publicable con pocas modificaciones	X
Publicable, pero el capítulo requiere modificaciones sustanciales y una nueva evaluación	
No publicable	

## CERTIFICACIÓN DE ORIGINALIDAD

**C** CERTIFICADO DE ANÁLISIS  
magister

### PSICOLOGIA DEPORTIVA CONTEMPORNEA

**4%**  
Textos sospechosos

4% Similitudes  
0 % similitudes entre comillas  
< 1 % entre las fuentes mencionadas

5% Idiomas no reconocidos (ignorado)  
0 % Textos potencialmente generados por la IA

Nombre del documento: PSICOLOGIA DEPORTIVA CONTEMPORNEA  
ID del documento: 68ab4c7171bcef6493e20c0216c80f1a2c61b948  
Tamaño del documento original: 4,34 MB

Depositate: FUNGADE  
Fecha de depósito: 10/12/2025  
Tipo de carga: interface  
fecha de fin de análisis: 10/12/2025

Número de palabras: 41.187  
Número de caracteres: 298.327

Ubicación de las similitudes en el documento:

**Fuentes principales detectadas**

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	LIBRO OVER\J FELIX Y JAVIER BURGOS completo.docx   LIBRO OVER\ ... #be2064 Viene de de mi biblioteca 2 fuentes similares	3%		Palabras idénticas: 3% (1267 palabras)
2	Documento de otro usuario #31d961 Viene de de otro grupo 12 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (136 palabras)
3	hdl.handle.net   La salud mental de los deportistas de élite: una revisión sistemática... http://hdl.handle.net/10835/16794 10 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (133 palabras)
4	fondationjeunesente.org   Le sport : quand la pression devient trop forte chez... https://fondationjeunesente.org/ressource/le-sport-quand-la-pression-et-l-anxiété-deviennent... 8 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (95 palabras)
5	journals.itb.ac.id   Kesehatan Mental Atlet Indonesia saat Pandemi COVID-19: Ta... https://journals.itb.ac.id/index.php/jskk/article/download/15455/5129 8 fuentes similares	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (99 palabras)

**Fuentes con similitudes fortuitas**

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	sportsmedicine-open.springeropen.com   Mental Health In Elite Athletes: Incre... https://sportsmedicine-open.springeropen.com/articles/10.1186/s40798-019-0220-1	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (37 palabras)
2	portalcientifico.unileon.es   Autodeterminación y adherencia al ejercicio: estado... https://portalcientifico.unileon.es/documentos/5f94ccf02999521ddfb9070	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (24 palabras)
3	Documento de otro usuario #39d6ab Viene de de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (38 palabras)
4	Documento de otro usuario #c3152b Viene de de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (31 palabras)
5	revistas.um.es https://revistas.um.es/cpd/article/view/545441	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (28 palabras)

**Fuentes mencionadas (sin similitudes detectadas)** Estas fuentes han sido citadas en el documento sin encontrar similitudes.

- https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC9859147/
- https://www.researchgate.net/publication/313691531\_Youth\_Sport\_Coaches'\_Perspective\_on\_Positive\_Youth\_Development\_and\_its\_Worth\_in\_Mainstream\_Coach\_Educatio...
- https://www.frontiersin.org/journals/psychology/articles/10.3389/fpsyg.2017.00348/full
- https://link.springer.com/book/10.1007/978-1-4899-2271-7
- https://www.researchgate.net/publication/324935912\_Mindful\_Sport\_Performance\_Enhancement\_Randomized\_Controlled\_Trial\_of\_a\_Mental\_Training\_Program\_With\_Colle...

**La psicología, como disciplina científica, tiene como propósito el estudio del comportamiento humano y los procesos mentales que subyacen a este. En el ámbito deportivo, su aplicación permite comprender, analizar e intervenir en los factores psicológicos que inciden en el rendimiento y el bienestar de los atletas. En la actualidad, la psicología del deporte se ha consolidado como una herramienta fundamental para optimizar la preparación integral del deportista.**

**Desde el enfoque investigativo, la psicología del deporte ha comenzado a consolidarse como una ciencia aplicada que combina teoría, evidencia empírica y práctica clínica para mejorar el rendimiento deportivo y promover el bienestar mental del atleta. Estudios recientes han puesto de relieve la necesidad de marcos de intervención integrales, que contemplen no solo la conducta observable, sino también los procesos internos que modulan la respuesta física y emocional frente a la competencia.**

