

Trascendencia de los factores clínicos durante la intervención psicológica con atletas de alto rendimiento

Importance of clinical factors during psychological intervention with high-performance athletes

MSc. Leonardo Eliecer Tarqui-Silva, <https://orcid.org/0000-0001-9004-8988>

leonardosicdeporte@yahoo.es

Comité Olímpico Ecuatoriano (COE). Cuenca-Ecuador

Recibido: mayo, 2021

Aceptado: agosto, 2021

Resumen

El presente estudio tiene como objetivo exponer la importancia de los factores clínicos durante la fase inicial de intervención psíquica, el establecimiento del rapport, o “sintonía psicológica”, como premisa fundamental para obtener un vínculo de confianza entre el psicólogo deportivo y el atleta. El presente estudio cualitativo constituye la parte inicial de todo un proyecto investigativo realizado en atletas de alto rendimiento de Ecuador, analizado y aprobado por el Área de Presidencia y Departamento Técnico Metodológico del Comité Olímpico Ecuatoriano (COE). Se aplicaron los test proyectivos: House, Tree, Person (HTP), Test de la Familia, Persona Bajo la Lluvia, y los Cuestionarios de Personalidad SEAPSI, Salamanca, e Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA), que evalúa las distorsiones cognitivas. Como resultados obtenidos, resaltan los elementos familiares, y entorno socio-ambiental a edades tempranas, como los principales factores desencadenantes de un equilibrio, o disfuncionalidad emocional y relacional, a posteriori.

Palabras clave: Psicología clínica; Intervención; Atletas; Alto rendimiento.

Abstract

The study aims to expose the importance of clinical factors during the initial phase of intervention, the establishment of the report, or "psychological attunement", as a fundamental premise to obtain a bond of trust between the sports psychologist and the athlete. This intervention perspective, considers in the first instance the athlete as a

human being; and not only as a source of results, or medals. This study constitutes the initial part of a research project carried out in high-performance athletes from Ecuador, which was analyzed and approved by the Area of the Presidency and Methodological Technical Department of the Ecuadorian Olympic Committee (COE). The reagents applied were the projective tests: House Tree Person (HTP), Family Test, Person in the Rain, and the Personality Questionnaires SEAPSI, Salamanca, and Inventory of Automatic Thoughts (IPA). As results obtained, the family elements and the socio-environmental environment at an early age stand out as the main triggering factors of a posteriori balance, or emotional and relational dysfunctionality.

Keyword: Clinical psychology; Intervention; Athletic; High performance.

Introducción

La investigación se realizó a través de la presentación de una propuesta denominada: Proyecto de Investigación en Psicología del Deporte: Programa de Intervención en Psicodiagnóstico Deportivo, Entrenamiento Mental, Seguimiento y Valoración de la Intervención Psicológica en Atletas de Alto Rendimiento de Ecuador Rumbo a Juegos Olímpicos Tokio 2020, la misma que fue aprobada por el Departamento Técnico Metodológico y Presidencia del Comité Olímpico Ecuatoriano (COE). Se ejecutó durante los meses de agosto 2020 a febrero del 2021, la población de estudio la constituyeron dos atletas mujeres de tiro con pistola entre los 30 años clasificadas a Juegos Olímpicos, y una deportista de kárate, perteneciente al grupo de “Jóvenes Promesas”, medallista panamericana por categoría, y su edad fue de 15 años al momento de la intervención.

Dentro del Área Médica de la Real Federación Española de Atletismo, se destaca que la psicología del deporte, “se constituye como un campo genérico, que engloba otras subespecialidades, posibilitando una amplia área de actuación para el profesional de esta parcela, y el enfoque clínico”, es uno de los que “sobresale por las necesidades psíquicas que presentan algunos deportistas dentro de su historial de vida”. García-Naveira (2016, p. 253).

Dentro de este contexto, un estudio presentado en lesiones deportivas en atletas de alto rendimiento, “destaca la importancia de las cogniciones y emociones, en la vida, y recuperación del atleta”. Wilcon & Martínez (2018, p. 859).

La investigación realizada por Véliz-Burgos, Moreno-Leiva, Soto-Salcedo, & Álvarez-Zúñiga, (2020), sobre características psicológicas de deportistas de alto rendimiento, resalta la importancia de los elementos emocionales y el manejo de conflictos, factores como el autocontrol, la autoconfianza, y la disciplina, son componentes que más destacan los entrenadores de atletas élite; la motivación, atención, autoregulación y el control del estrés, son las habilidades personales que deben ser desarrolladas en deportistas de alta competición.

Es importante mencionar que, la psicología de la actividad física y el deporte en Ecuador, tiene alrededor de cuatro décadas de surgimiento, y los últimos diez años, son el periodo en el cual ha existido una evolución notable, esto es posible distinguirlo a través de la creciente profesionalización de especialistas en la rama, y del número de congresos, ponencias, y publicaciones indexadas que el país ha presentado a nivel nacional e internacional.

Sin embargo, la incorporación del psicólogo deportivo dentro de los equipos multi y transdisciplinarios, y a nivel de la planificación deportiva; es algo que no se lo ha conseguido hasta la fecha, quizá en contados casos, siendo reemplazado por sesiones de coaching deportivo, o charlas motivacionales, pero como estructura cimentada en coordinación con la programación del entrenamiento, y guiada por un especialista a carta cabal, es un déficit que, hasta la fecha, no se ha superado.

Desde esta perspectiva, “para un correcto desempeño profesional del psicólogo(a), es indispensable que se cuente con una estructura coherente y articulada, que defina la competencia y acreditación profesional en psicología”. Sugiriéndose una forma piramidal invertida, en la cual, en “el primer nivel se sitúe el título de psicólogo(a), correspondiente al grado o licenciatura, como primera unidad profesional”; “un segundo nivel, con las especialidades inherentes en las diferentes áreas de intervención (clínica, educativa, deportiva)”, y finalmente “un tercer peldaño, que permita y garantice un dominio y pericia relacionado con las competencias específicas, esto como estructura teórica (sea orientación cognitiva-conductual, humanística, psicoanalítica)” García-Naveira-Vaamonde & Cantón-Chirivella (2020, p. 4).

A partir de estos parámetros mencionados, es evidente que los atletas de alto rendimiento, al no contar con una base de intervención psicológica deportiva dentro de

su planificación (y menos a nivel de estructuras formativas), sea el entrenador, y en algunos casos, los padres de familia, quienes abarquen la faceta de preparación mental; en otros, es el deportista quien empíricamente descubre algunos mecanismos de auto regulación emocional, desarrollando sus capacidades personales y de crecimiento intelectual.

No obstante, existen casos en los cuales el atleta necesita de la intervención de un especialista, y de acuerdo a una experiencia de casi dos décadas junto a competidores de élite ecuatorianos, los elementos clínicos tienen que ser abordados muy detenidamente y por un especialista, lógicamente dependen de las circunstancias de cada persona; su situación económica, cultural, familiar, socio-ambiental, de orientación sexual, y otros factores a ser analizados en los cuales se encuentra inmerso, y que intervengan significativamente en la vida del atleta.

Una investigación reciente, realizada por docentes de la Universidad del Bosque de Colombia en atletas de alto rendimiento que sufrieron lesiones deportivas, pone de manifiesto lo significativo del enfoque clínico dentro de esta población competitiva, la importancia de la investigación estructurada y bien definida de los elementos personales. Dentro de este estudio; se presentan enfoques de varios especialistas en áreas tan específicas como la psicometría, la psicología positiva, y área netamente investigativa, proporcionando una visión del alcance de la psicología clínica en el deporte de alto rendimiento. Bernal *et al* (2020).

Se coincide con Berengüí, Ortín, Garcés de Los Fayos, Enrique, & Hidalgo (2017) cuando expresan que “el alto rendimiento deportivo implica un elevado nivel de estrés, y requiere de fuertes exigencias físicas, técnicas, tácticas y psicológicas, junto a un cúmulo de factores intrínsecos y extrínsecos del deportista” (p. 16).

Autores como Ruz-Santos & Orozco-Calderón (2019) reflejan la existencia de variables internas del deportista, como por ejemplo: “la predisposición fisiológica, edad, los niveles de agresividad, el locus de control, el grado de desarrollo de las habilidades personales para afrontar y resolver conflictos”, entre otras; y por otro lado, en “las variables externas se encuentran las procedentes del propio contexto deportivo y socio-cultural del que proviene el atleta, por citar: la naturaleza del deporte, presión del club o equipo, los factores económicos de la familia de origen, los modelos agresivos y violentos, y otras características del núcleo que lo moldean” (p. 98).

El objetivo del presente estudio en psicología del deporte de alto rendimiento, es exponer la importancia de los factores clínicos durante la fase inicial de intervención psíquica, el establecimiento del rapport, o “sintonía psicológica”, como premisa fundamental para obtener un vínculo de confianza entre el psicólogo deportivo y el atleta; se destaca la necesidad de realizar una exploración profunda de la personalidad de los deportistas de élite, ahondar en su situación e historia familiar, principales vínculos afectivos, componentes culturales y motivacionales, su desarrollo evolutivo, siendo factores que permiten descifrar el psiquismo del competidor.

El impacto social de la solución del problema planteado se revela en los resultados obtenidos, a partir de una intervención psicológica planificada y estructurada a edades tempranas en atletas ecuatorianos con proyección al alto rendimiento, evidenciando la trascendencia de los elementos parentales en el desarrollo integral del competidor, las influencias culturales, y el entorno socio-ambiental, como los principales determinantes y desencadenantes de un equilibrio, o disfuncionalidad emocional y relacional, a posteriori.

Muestra y metodología

El grupo de análisis lo conformaron dos deportistas de sexo femenino, ambas clasificadas a Juegos Olímpicos Tokio 2020 en la disciplina de tiro con pistola, y en edades comprendidas entre los 30 años. Adicionalmente se incorporó una competidora de kárate, perteneciente al Proyecto de “Jóvenes Promesas” que auspicia el Comité Olímpico Ecuatoriano (COE), esta deportista contó con la autorización de sus representantes legales, y con su consentimiento, puesto que, su edad al momento de la intervención fue de 15 años, se menciona que entre sus logros se encuentran medallas panamericanas por categoría en la modalidad de kumite.

La población seleccionada la determinó el Comité Olímpico Ecuatoriano (COE), a través de su Departamento Técnico Metodológico (DTM), en base al proyecto psicológico presentado, se menciona que la participación de los deportistas fue voluntaria, cumpliendo con todos los parámetros éticos para una intervención de estas características. Una vez aprobado el proyecto por el Presidente del (COE) y (DTM), se realizó la convocatoria a los atletas a través de las diferentes federaciones ecuatorianas por deporte, posterior a ello, se solicitó a los voluntarios firmar el consentimiento

informado, además se realizó la respectiva explicación de las posibles molestias y beneficios del microciclo de seis meses de abordaje psicológico.

La planificación cubrió los meses de agosto del 2020 a febrero del 2021, el microciclo de intervención psicológica se la dividió en tres etapas; la primera de establecimiento de rapport, psicodiagnóstico clínico, situación familiar y factores de influencia del entorno, que es donde se centra la atención de esta investigación, debido a que abarcó más tiempo del planificado, y es precisamente donde se obtuvieron resultados que indican la necesidad de un seguimiento e intervención psicológica temprana, con un enfoque exploratorio. Una segunda fase de psicodiagnóstico deportivo, y una tercera etapa de entrenamiento mental en habilidades psicológicas deportivas, que únicamente se los menciona.

Todo el abordaje psicológico se lo realizó durante la crisis de la COVID-19, en una fase de distanciamiento y restricciones sociales en el país y parte del mundo, por tal motivo, las sesiones de psicología se las llevaron a cabo de forma virtual, con una duración de 50 minutos a una hora, con una frecuencia de una vez por semana; además de las tareas cognitivas, autoinformes, y auto evaluaciones que cada deportista debía realizar de manera personal.

Existieron tres momentos claves donde se presentaron avances escritos al Comité Olímpico Ecuatoriano, se resalta que la parte clínica, y la información obtenida en este periodo, fue manejada de forma hermética; esto para precautelar la salud mental de las atletas, y cumplir con los parámetros éticos de investigación.

Dentro de este estudio cualitativo, se presentan los resultados de forma general, puesto que, la información obtenida a través de la fase clínica, es de índole personal, y se mantiene el anonimato, como requisito de una investigación en psicología clínico-deportiva.

En correspondencia con lo planteado por Lima-Monteiro, Borsoi-Raimundo. & Gerard-Martins (2019) es necesario que exista una “distinción entre lo público y lo privado, y entre lo que se debe decir y vivir en ambos espacios, esto pone a prueba el secreto profesional en psicología clínica”. Al mismo tiempo que existe la preservación del espacio íntimo interno, coexiste la necesidad de difundir el conocimiento allí generado. La investigación clínica, produce necesariamente una narración, que configura toda la

historia de vida del sujeto analizado. “Al hablar de personas de investigación en el ámbito de la psicología clínica, no se puede renunciar a la manifestación de sus hallazgos exploratorios, que hacen emerger, tal o cual síntoma clínico” (p. 162)

Los principales reactivos o test psicológicos aplicados fueron:

1. Test Proyectivo House, Tree, Person (HTP)
2. Test de la Familia
3. Persona Bajo la Lluvia
4. Salamanca, SEAPSI
5. Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA), y se incluyó el
6. Ways Of Coping Check List, que permitió una evaluación cognitiva y de afrontamiento, reflejando la relación del estrés-individuo-ambiente.

El Test de la Persona Bajo la Lluvia, es una prueba aplicada en la corriente psicológica deportiva de Argentina, que ha permitido alcanzar resultados muy visibles en la exploración de la personalidad de deportistas de alto rendimiento.

El Test de la Persona Bajo la Lluvia, permite interpretar la representación corporal del sujeto bajo condiciones ambientales adversas, desagradables, tensas, en las que la lluvia representa el dispositivo perturbador. Las directrices para la ejecución del test, se basan en solicitar al entrevistado que dibuje una persona bajo la lluvia, como el desee, sin ningún tipo de especificación adicional. Se requiere de una hoja en blanco, lápiz negro, y en algunos casos se pueden utilizar lápices de colores, que quedan a disposición del evaluado. Puede emplearse en sujetos de todas las edades, de manera individual o colectiva, siendo una prueba sin límite establecido de tiempo, que, por lo general, no tarda más de quince minutos. (Lozada & Marmo 2016, p. 744).

En el caso de los test proyectivos, los análisis de los mismos se basan en interpretaciones que el terapeuta realiza en base a la calidad y cualidades de los dibujos, se siguen parámetros como ubicación, tamaño, trazo de las líneas, omisiones, sombreados, y otros elementos que las guías de interpretación facilitan, además de la aplicación de un cuestionario posterior a los dibujos.

La aplicación de las pruebas SEAPSI, Salamanca, Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA) y Ways of Coping Check List, se utilizó las planillas y baremos de corrección para población española, debido que, a la fecha, no existen una estandarización de estas pruebas para Ecuador.

En lo referente a los test seleccionados, se destaca que una evaluación-intervención con orientación cognitivo-conductual, que incluye “la aplicación de test proyectivos, es un mecanismo efectivo dentro de un programa mental deportivo”. Roffé (2020, p. 3).

Un factor a considerar durante la fase metodológica, es la realización de las sesiones en modalidad de telepsicología, esto a consecuencia de la gravedad de la crisis sanitaria mundial, este procedimiento alternativo, presentó ciertas ventajas y limitaciones que serán analizadas más adelante.

Los atletas y la población en general experimentaron las consecuencias de la enfermedad, de las afectaciones económicas y del confinamiento. “Las condiciones de vida fueron afectadas: existieron limitaciones a nivel de la movilidad social, cambios radicales en los hábitos de vida, en las formas de recreación, de relacionarse, en el régimen de estudio y de entrenamiento, no existieron competiciones y bases de entrenamiento en el extranjero”. Barrios-Duarte (2021, p. 2-3).

Los deportistas, han sufrido una exposición a riesgos de salud mental como aumentos en la ansiedad, depresión y estrés, con algunas características específicas vinculadas con las peculiaridades de su actividad”. Zapata-Salazar, Ríos-Esparza. & De los Santos-Ramírez (2021, p. 5).

Resultados

Entre los principales hallazgos proporcionados por los test proyectivos, destaca el HTP (House, Tree, Person), se utilizaron manuales de interpretación de la autora y se pudo visualizar elementos estructurales de la personalidad de las tres deportistas evaluadas. Fue posible identificar elementos relacionados con la autoestima, autoimagen, autoconcepto, grado de madurez emocional, conflictos no resueltos que se acarreaban desde edades tempranas, esto a nivel relacional con la familia, y que, fueron expuestos y analizados junto a cada deportista de manera individual, obteniendo un elevado porcentaje de identificación de las situaciones internas que afectaban la estabilidad de las competidoras.

Se presentan a manera de ejemplo los gráficos de la persona (de las tres atletas), y constituye parte vital del HTP, evidenciando diferencias significativas en los análisis. (Gráficos # 1, 2 y 3), para mantener el anonimato, se las ha denominado atleta I, II y III.



Gráfico # 1. (Atleta I)



Gráfico # 2. (Atleta II)

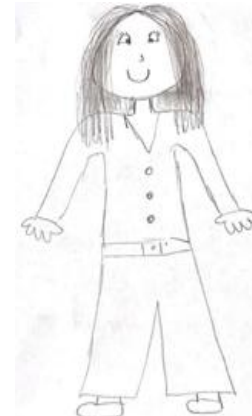


Gráfico # 3. (Atleta III)

Otro de los test proyectivos que fue determinante dentro del análisis de la personalidad de las competidoras, y que permitió la exploración de mecanismos de defensa utilizados contra las situaciones externas a las deportistas, es decir, el medio ambiente, fue la prueba de la Persona Bajo la Lluvia, se acudió al manual de interpretación de la autora.

Esta prueba complementaria permitió alcanzar una visión de la personalidad de las atletas en situaciones de estrés, proporcionando un gran acercamiento a esa “parte oculta” de la estructura psíquica de las competidoras. Tal información fue comparada y combinada con las interpretaciones obtenidas a través de los otros test, y de las entrevistas complementarias posterior a las evaluaciones.

En lo que respecta al Test Salamanca, SEAPSI, e Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA), estas pruebas permitieron conocer rasgos de personalidad predominantes en las deportistas adultas, en el caso de la adolescente karateca, se obtuvo información valiosa, pero se consideran criterios de variabilidad de los resultados, esto debido a que se encuentra en etapa formativa, y su estructura psicológica aún no se presenta definida, mencionando además, que la personalidad varía a lo largo del tiempo, siendo la cultura uno de los elementos primordiales en su transformación, junto a los estímulos y situaciones ambientales. A diferencia de los test proyectivos, estos reactivos tienen escalas de evaluación y baremos, como se ha mencionado en otros apartados, a la fecha no existen estandarizaciones para Ecuador.

Dentro de los test que cuentan con baremos, se ha tomado como ejemplo al Cuestionario de Personalidad SEAPSI, cuya función es identificar rasgos predominantes de personalidad, los mismos que pueden agruparse en cuatro tipos: Personalidades Afectivas: Histriónica (h) Ciclotímica (c), Personalidades Cognitivas: Anancástica (a) Paranoide (p), Personalidades Comportamentales: Inestable (i) Disocial (d), Personalidades con déficit en la relación: Evitativa (ev) Dependiente (d) Esquizoide (e) y Esquizotípica (ez).

Se muestra a continuación, un modelo comparativo de los resultados del test SEAPSI, entre la deportista de kárate, y una tiradora con pistola, ejemplo que clarifica los diferentes rasgos de personalidad, y características internas, como individuos y atletas. (Gráficos # 4 y 5).

Escala										
10										
9										
8										
7										
6	x									
5										
4				x						
3		x	x					x	x	
2					x	x	x			
1										x
0										
P	h	c	a	p	ds	i	ev	d	e	ez
	Personalidades Afectivas		Personalidades Cognitivas		Personalidades Comportamentales		Personalidades con déficit en la relación			

Gráfico # 4. Atleta de kárate

Escala										
10										
9										
8										
7										
6										
5										
4										
3	x	x				x				
2						x			x	
1									x	
0										x
P	h	c	a	p	ds	i	ev	d	e	ez
	Personalidades Afectivas		Personalidades Cognitivas		Personalidades Comportamentales		Personalidades con déficit en la relación			

Gráfico # 5. Atleta de Tiro con pistola

La prueba Ways of Coping Check List que mide las escalas de: afrontamiento activo, atención a la solución del problema, búsqueda de apoyo social, re-evaluación positiva, pensamientos de solución ilusoria, auto-control, distanciamiento y auto-inculpación, complementó la fase de psicodiagnóstico clínico. Se han incluido como ejemplo, las variables psicológicas existentes entre la deportista de kárate, y una de las atletas de tiro con pistola, (gráfico # 5 y gráfico # 6), donde se puede apreciar claramente, las distintas formas de afrontamiento de las situaciones que se perciben como estresantes y conflictivas, siendo los componentes de la personalidad, la edad, los elementos culturales, y el entorno, factores determinantes al momento de elegir una práctica deportiva, y al encarar las diversas situaciones que presenta la vida.



Gráfico # 5. Atleta de kárate



Gráfico # 6. Atleta de Tiro con pistola

Discusión

Antes de profundizar en este apartado, y analizar de forma ordenada los resultados obtenidos, es importante mencionar las limitaciones del estudio presentado, puesto que, se realizó a través de la modalidad de telepsicología, debido a la crisis sanitaria de la COVID-19. En base a este antecedente, se indica que una de las barreras presentadas durante la intervención psicológica planificada con las deportistas de tiro con pistola y kárate, fue la falta de contacto físico y visual de manera directa, esto como se lo ha mencionado, por situaciones de pandemia; y estos elementos, dentro de un abordaje psicológico clínico, tienen un impacto determinante al momento de obtener resultados dentro de la intervención global.

Ahora bien, al tratarse de una crisis mundial y de una situación suigéneris, y al no existir otro mecanismo de intervención y seguimiento psicológico, menos aún a nivel deportivo, la planificación indicada dentro de la presente investigación, buscó un abordaje holístico del deportista, adaptándose a las condiciones que se presentaban durante cada sesión de telepsicología.

Los alcances obtenidos a través de la exploración psicológica dentro del presente programa, y el uso de materiales proyectivos, permitió generar un vínculo entre el psicólogo y las deportistas, en el cual se pudo acceder a material psíquico, con fuerte carga emocional y conflictiva, lo cual implica, que se estableció un rapport adecuado, o conocido también como “sintonía psicológica”, donde las atletas pudieron de manera abierta, mostrarse como personas y no solo como deportistas, logrando expresar las situaciones que generaban estrés y molestias a nivel de su psiquis. Este parámetro es importante recalcarlo, debido a que se trata de un estudio

donde se involucran elementos emocionales y personales, y es necesario generar antes de toda intervención psíquica, más aún en el tema de psicodiagnóstico, un terreno propicio para el establecimiento de vínculos de confianza y sinceridad, entre psicólogo y paciente.

Los test proyectivos utilizados: HTP (House, Tree, Person) y Persona Bajo la Lluvia, permitieron conocer aspectos inconscientes de la personalidad de las representantes nacionales, facilitó un acercamiento a diferentes mecanismos de defensa que son utilizados de manera involuntaria por las deportistas. Por ejemplo, el dibujo de la persona mostró como las atletas se ven así mismas, e indicó el grado de aceptación de su físico, el cual reflejó su autoestima, la casa proyectó el tipo de relaciones y conflictos que se mantienen con el entorno más próximo, que corresponde a su familia. El árbol indicó la fortaleza de la personalidad de las evaluadas, y de forma indirecta, otros elementos que componen su estructura psíquica como seres individuales y únicos.

En este aspecto, la corriente psicológica deportiva de Argentina, utiliza el enfoque clínico en sus atletas, y son muy valorados estos dos tipos de pruebas psicológicas. Entre los autores que mencionan la importancia de esta metodología, encontramos a quienes en sus estudios sobre futbolistas argentinos de élite, muestran la utilidad de estos reactivos, permitiendo comprender a través de la interpretación de los mismos, una serie de mecanismos de defensa automáticos que tenemos los seres humanos, y que varían de una persona a otra. Las pruebas proyectivas también han sido utilizadas por la corriente europea, sobresale el investigador con sus estudios en atletas olímpicos de España, quien destaca la utilidad de los mismos, precisamente para conocer de cerca, los rasgos de personalidad de los competidores, y una aproximación a sus conductas.

Respecto a los test H.T.P. y Persona Bajo la Lluvia, a manera de análisis comparativo con estas dos investigaciones referenciadas, se indica que el estudio ecuatoriano también identificó los elementos mencionados, sin embargo, al tratarse de aspectos individuales, los resultados varían de un individuo a otro, pues existen factores culturales, intelectuales, sociales, políticos, y geográficos, que influyen en el desarrollo personal.

El aplicar protocolos de confidencialidad, y el manejo ético de la información por parte de las estructuras responsables del análisis de los informes psicológicos escritos enviados al Comité Olímpico Ecuatoriano (COE), permitió que las competidoras manifiesten libremente, sin presiones o temores, sus situaciones personales, siendo una de las fortalezas de la investigación.

La complementación del psicodiagnóstico se la realizó con la aplicación de las pruebas SEAPSI y Salamanca, las mismos que cuentan con baremos de corrección para su interpretación. Se consideró el momento de la aplicación, los estados emocionales, la motivación, la edad de cada uno de los atletas, esta exploración se orientó a profundizar las características y rasgos de personalidad de las atletas, para generar una introspección en ellas, y doblegar los mecanismos de defensa que se identificaron, de tal forma que se logró introyectar estos elementos en su yo, o conciencia de cada una de las deportistas.

La relación entre el deporte y la personalidad, ha sido estudiada principalmente desde la década de los años 60, cuando esta área creció de forma significativa, convirtiéndose en una de las más exploradas en la psicología de la actividad física y el deporte. Sin embargo, a pesar de ese esfuerzo, esta relación aún no se encuentra bien clarificada, ya que la influencia de variables de la personalidad del sujeto, así como la modalidad deportiva, los niveles de logro deportivo alcanzados, la conducta en entrenamientos y competiciones, son cuestiones sobre las que hoy en día, aún se sigue debatiendo intensamente.

Es evidente que el vínculo relacional entre deporte y personalidad, aún se encuentra distante de un esclarecimiento científico, esto debido a la complejidad del tema; las múltiples tentativas de los investigadores por determinar el logro deportivo a través del conocimiento previo de las características psicológicas de los atletas, han generado resultados diversos, y no precisamente concluyentes, tal como lo indican autores de larga trayectoria investigativa.

Posterior a la obtención de los resultados indicados, se aplicó el Inventario de Pensamientos Automáticos (IPA), que evalúa 15 distorsiones cognitivas, a través de 45 preguntas, el mismo que permitió identificar creencias erradas referente a

diversas situaciones relacionadas con la práctica deportiva, y en lo que respecta al entorno social, y la relación con el mismo.

Desde la perspectiva de la Terapia Racional-Emotiva (RET), la cual plantea ayudar a la gente a pensar más razonablemente, sentir de forma más apropiada el mundo externo e interno, por consecuencia promueve un comportamiento equilibrado. Se señala que los pensamientos, ideas o creencias racionales, se definen como aquellas cogniciones que, ayudan a las personas a vivir más tiempo y ser más felices, a elegir por sí mismas ciertos valores, propósitos, metas o ideales, y utilizar formas eficaces, flexibles y científicas de alcanzar estos fines. Los sentimientos y emociones presentes cuando esto no sucede, tienden a empeorar las circunstancias del entorno, y generan una serie de frustraciones molestas en el deportista.

Un reciente estudio de caso realizado en una ciclista élite de bicicleta de montaña, indica la presencia de creencias irracionales y distorsiones cognitivas relacionadas con el rendimiento y la competición. Este autor propone una intervención fundamentada en la Terapia Racional-Emotiva Emotiva y centrada en los aspectos que afectan las cogniciones, emociones y conductas del deportista, así como el seguimiento de sus percepciones en esfuerzo, dolor, y estado de ánimo durante la fase de su preparación física.

En este sentido, el programa de intervención clínico planteado en las atletas de Ecuador, coincidió con algunas de las metas propuestas por este autor, pues la focalización del trabajo psicológico se orientó precisamente a reestructurar las distorsiones cognitivas identificadas en las competidoras, y posterior al psicodiagnóstico clínico. Se realizó la fase de evaluación deportiva, para finalmente abordar la etapa de entrenamiento mental, donde se consideraron distintos parámetros referentes a las percepciones de cansancio, dolor, y la fluctuación anímica de las seleccionadas tricolor. Dentro de este contexto, se menciona que las circunstancias del grupo seleccionado para la investigación psicológica, presentó ciertas características y problemáticas psíquicas, que requirieron este tipo de planificación.

Como último recurso de psicodiagnóstico clínico se aplicó el Ways of Coping Check List, el mismo que reforzó todo el ciclo de exploración psicológica, permitiendo conocer los tipos de afrontamiento que las deportistas utilizan frente a las distintas vicisitudes que plantea la vida, y el mundo del deporte competitivo. Todo este material

adquirido durante la fase de abordaje, fue expuesto a las atletas y asimilado por ellas, en otros casos se buscó un abordaje cognitivo conductual, para modificar sus estructuras de pensamiento distorsionados. Se aclara que la postura psicológica mantenida durante esta programación fue ecléctica.

Un estudio realizado en deportistas de tenis de mesa, en el cual se utilizó el Ways of Coping Check List, dentro de los instrumentos que permitieron verificar cuáles son las técnicas y estrategias psicológicas más utilizadas por los jugadores de estos deportes, para regular su excitación (fisiológica y cognitiva), y superar aspectos negativos relacionados con su rendimiento en situaciones deportivas reales de alta competitividad; mostró como resultados, que las técnicas cognitivas (77,2%) se aplicaron con mayor frecuencia, que las técnicas somáticas (22,8%).

En relación a esto, y como se lo ha mencionado con anterioridad, el proceso de intervención planteado, tomó diversas estrategias de afrontamiento, entre ellas, las técnicas cognitivo-conductuales, las mismas que fueron reforzadas a través de lecturas cortas e independientes (tareas para casa), cuyo objetivo se orientó a la reestructuración cognitiva, a más de ciertos ejercicios mentales que fueron destinados al reforzamiento de todo el programa (entrenamiento invisible). Es importante destacar que la intervención clínica, antes del abordaje psicológico deportivo, permitió identificar problemáticas internas de las deportistas, tal como se lo ha presentado en esta investigación, siendo una de las características propias de este planteamiento.

Los principales aportes de este trabajo, muestran la necesidad de una exploración de elementos personales, familiares y sociales, reflejando la carencia de la preparación mental en atletas ecuatorianos, a pesar de alcanzar resultados de élite. Resalta el factor humano, el mismo que no ha sido considerado en los procesos y planificación del entrenamiento, existen situaciones psicológicas y relacionales que pueden ser subsanadas a edades tempranas, lo cual repercutirá en la estabilidad emocional de los atletas de Ecuador, generando posiblemente, mejores resultados deportivos.

Conclusiones

- Durante la intervención psicológica clínica en atletas ecuatorianos de alto rendimiento, se manifiesta que, a pesar de ser competidores de élite, se encuentran expuestos, a factores que afectan su estabilidad y equilibrio

emocional, entre ellos, los elementos desencadenantes en relación directa; la familia y los lazos que se mantengan con ella, el entorno social, los estímulos del ambiente, como las oportunidades de formación y crecimiento cultural, el contexto donde se formó el atleta y donde entrena, así como los lazos comunicacionales y de confianza que se puedan crear con el entrenador, dirigentes, y cuerpo técnico.

- Se confirma la necesidad y trascendencia de un abordaje clínico especializado, antes de cualquier intervención psicológica deportiva, con el fin de diagnosticar cualquier posible afección emocional, trastorno conductual, rasgos de personalidad, distorsiones cognitivas, o mecanismos de defensa, que agobien al deportista e influyan en su homeostasis psíquica, o en sus relaciones interpersonales. Estos alcances exploratorios no se logran a través de sesiones de coaching o charlas motivacionales. La investigación, confirma el rol trascendental del estudio psicológico clínico en atletas ecuatorianos; estos deportistas presentan condiciones específicas a nivel cultural, ideológico, político, característicos de la sociedad ecuatoriana.
- En base a los resultados de la intervención psicológica planteada en el presente estudio, es posible evidenciar que un seguimiento psicológico oportuno y adecuado a edades tempranas, donde el deportista con proyecciones al alto rendimiento, aún se encuentra en etapa formativa de su personalidad y a nivel competitivo; asimilará de mejor manera el abordaje psicológico, y solucionará situaciones que ameriten la injerencia de un profesional de la salud mental que promueva el rendimiento deportivo a nivel psíquico.

Referencias bibliográficas

1. Barrios-Duarte, R. (2021). *Pandemia por COVID-19 y salud mental en deportistas: una exploración después de la primera etapa*. Revista Cubana de Medicina del Deporte y la Cultura Física. 15(3), e-465, 1-14. Recuperado a partir de <http://www.revmedep.sld.cu/index.php/medep/article/view/465>
2. Berengüí, R., Ortín, F. J., Garcés de Los Fayos, Enrique J. & Hidalgo, MD. (2017). *Personalidad y Lesiones en el Alto Rendimiento Deportivo en Modalidades Individuales*. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y

- el Deporte*. 12 (1). Pág. 15-22. Recuperado a partir de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=311148817001>
3. Bernal, A., González, A., Moreno, A., Molina, A., Rodríguez, L. & Espinosa, C. (2020). *Diseño del módulo de evaluación clínica al deportista lesionado en el programa de rehabilitación psicológica*. *PsyRePlay*. Pág. 1-29. Recuperado a partir de: <http://hdl.handle.net/20.500.12495/4091>
 4. García-Naviera, A. (2016). *Área de Psicología de la Real Federación Española de Atletismo: programación y desempeño profesional*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 251-258. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/254611>
 5. García-Naveira-Vaamonde, A. & Cantón-Chirivella, E. (2020). *Professional profile of a sports psychologist expert in esport*. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*. Tomo 5. N.º 2. Artículo e13. Pág. 1-7. Recuperado a partir de <https://doi.org/10.5093/rpadef2020a9>
 6. Lima-Monteiro, AC., Borsoi-Raimundo, MP. & Gerard-Martins, B. (2019). *La cuestión del secreto en investigación y la construcción de nombres ficticios*. *Psicología, Conocimiento y Sociedad*. [online]. Vol. 9, n.2. 157-1172. Recuperado de <http://dx.doi.org/10.26864/pcs.v9.n2.6>
 7. Losada, A.V. & Marmo, J. (2016). *Persona Bajo la Lluvia y Trastornos de la Conducta Alimentaria*. *Revista Electrónica de Psicología Iztacala*. 19, (2). 737-772. Recuperado a partir de <https://www.medigraphic.com/pdfs/epsicologia/epi-2016/epi162o.pdf>
 8. Roffé, M. (2020). *Psicología del jugador suplente en el fútbol*. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*. (2020). 5, e12, 1-7. Recuperado a partir de <https://doi.org/10.5093/rpadef2020a11>
 9. Ruz-Santos, I. A., & Orozco-Calderón, G. (2019). *Caracterización psicológica en deportistas de contacto con historial de conmoción cerebral*. *Revista Ciencia & Futuro*. 9(4). Pág. 94-114. Recuperado a partir de http://revista.ismm.edu.cu/index.php/revista_estudiantil/article/view/1873/1471

10. Véliz-Burgos, A., Moreno-Leiva, G., Soto-Salcedo, A. & Álvarez-Zúñiga, M.A. (2020). *Psychological Characteristics of High-Performance Athletes According to Coaches*. *Revista Observatorio del Deporte: Revista de Humanidades y Ciencias Sociales*. Vol: 6 núm. 1. Pág. 74-82. Recuperado a partir de <https://www.revistaobservatoriodeldeporte.cl/index.php/odep/article/view/16>
11. Wilcon, F. & Martínez. H. (2018). *Psychological Intervention Directed to the Injured Athlete of High Competitive Level*. *Revista Ciencias de la Educación*. Núm. 28(52). Pág. 855-866. Recuperado a partir de <http://servicio.bc.uc.edu.ve/educacion/revista/52/art08.pdf>
12. Zapata-Salazar, J., Ríos-Esparza, JA. & De los Santos-Ramírez, S. (2021). *Confinamiento de COVID-19 y detección de trastornos no orgánicos del ciclo sueño-vigilia en atletas de alto rendimiento*. *Nova Scientia*, 13 (e). 1-17. Recuperado a partir de <https://doi.org/10.21640/ns.v13ie.2735>