

## Capítulo

# Rol del psicólogo deportivo

## Una mirada desde los institutos del deporte antioqueños

Zonaika Posada López<sup>1</sup>

Laura Estefanía Morales Arango<sup>2</sup>

Dayana Álvarez González<sup>3</sup>

---

<sup>1</sup> Magíster en Ciencias del Deporte y la Actividad Física de la Universidad de Antioquia. Especialista en Psicología del Deporte y el Ejercicio de la Universidad El Bosque. Psicóloga de la Universidad CES. Docente e investigadora de la Universidad Católica Luis Amigó. Miembro del Colegio Colombiano de Psicólogos, Nodo Psicología del Deporte, y la RedPsiSur. Es experta en procesos de diseño y ejecución de programas de evaluación e intervención, entrenamiento psicológico deportivo, asesoría psicológica individual y grupal. Contacto: [zonaika.posadalo@amigo.edu.co](mailto:zonaika.posadalo@amigo.edu.co). <https://orcid.org/0000-0002-6479-0852>

<sup>2</sup> Magister(c) en Ciencias del Deporte y la Actividad Física de la Universidad de Antioquia. Especialista en Psicología de la Actividad Física y del Deporte de la Institución Universitaria de Envigado. Psicóloga de la Universidad de San Buenaventura, Medellín. Líder del Observatorio del Derecho Fundamental a la Salud, Personería Distrital de Medellín. Experiencia en campos deportivos y gubernamentales. Contacto: [laumorales950527@gmail.com](mailto:laumorales950527@gmail.com). <https://orcid.org/0000-0003-3479-5086>

<sup>3</sup> Especialista(c) en Psicología del Deporte y el Ejercicio de la Universidad de El Bosque. Psicóloga de la Universidad Católica Luis Amigó. Psicóloga independiente y del observatorio de DD. HH. con enfoque poblacional de la Comuna 7 de Medellín. Orientación y acompañamiento psicológico a distintos grupos poblacionales, en especial a deportistas de diferentes modalidades en etapas de formación y proyección deportiva. Contacto: [dayana.al.gon@gmail.com](mailto:dayana.al.gon@gmail.com).



## Resumen

La psicología de la actividad física y el deporte tiene múltiples escenarios de actuación. De allí que sus posibilidades de intervención sean variadas y tengan en cuenta a todas las personas que hacen parte de los contextos de la actividad física, el ejercicio y el deporte.

Dentro de las poblaciones susceptibles de intervención se encuentran las personas inmersas en el deporte de iniciación, formativo y de alto rendimiento, que se desarrollan en instituciones públicas y privadas, las que se encargan de acompañar desde las diferentes ciencias del deporte a la persona que lo practica.

En Antioquia, particularmente, se pueden encontrar ambos tipos de organización, y aunque las privadas han sido aquellas que más vinculan psicólogos del deporte, también se encuentran organizaciones de índole departamental y municipal que han abierto sus puertas para que psicólogos realicen intervenciones y acompañamiento con deportistas, entrenadores, padres de familia o procesos de desarrollo organizacional. De allí que este capítulo reúna experiencias de actuación en estas organizaciones, permitiendo visibilizar el rol del psicólogo en el contexto teniendo en cuenta los retos y posibilidades que se identifican en el quehacer diario.

*Palabras clave:* psicología del deporte, organización deportiva, funciones, experiencia profesional, profesionalización.



## Introducción

En el departamento de Antioquia hay varias organizaciones deportivas que se encargan de promover la masificación del deporte a lo largo y ancho del territorio. Para llevar a cabo esta tarea tienen en su planta de contratación profesionales de las ciencias del deporte que se encargan de diversas funciones, y dentro de estos profesionales se encuentra el psicólogo, quien, desde elementos de psicología del deporte, pero también desde otros campos ocupacionales como el organizacional, el social e, inclusive, el clínico, ejecuta su labor de acompañamiento en este contexto específico.

Para comenzar a dar cuenta de las posibilidades de actuación y de lo que se ha encontrado en la práctica profesional, se esbozará el estado de las organizaciones deportivas del departamento de Antioquia. En primera instancia se analizan de las entidades del orden público, pues los encargados de promover y masificar el deporte, la actividad física y la recreación a nivel municipal son los entes deportivos que funcionan con recursos públicos del municipio, el departamento y la nación. Dichas instancias pueden ser centralizadas o descentralizadas, según la organización de la entidad territorial (Contraloría General de la República, 2011), entendiendo a las centralizadas como aquellas que dependen de la municipalidad para la toma de decisiones y el manejo de los gastos; mientras que las descentralizadas están ligadas a la municipalidad, pero son autónomas en la administración de sus recursos y procesos administrativos (Del Giorgio Solfa & Giroto, 2016), contando con la capacidad de tener una planta de contratación más amplia.

En relación a los institutos centralizados, el proceso de promover y masificar el deporte y la recreación se encuentra vinculado dentro del organigrama de la entidad territorial. Sin embargo, se puede encontrar el cumplimiento de este objetivo en diversos niveles de la línea jerárquica (Contraloría General de la República, 2011). En algunos municipios esto corresponde a una secretaría de despacho,



mientras que, en otros a una subsecretaría, subdirección o incluso una oficina. Además de la promoción, se encuentran encargadas de planificar la práctica deportiva y recreativa; velar por el bienestar de la salud y el aprovechamiento del tiempo libre de manera que los individuos puedan beneficiarse de los espacios; y finalmente favorecer el progreso social y económico de los habitantes del municipio (Pulido Ortiz & Calderón Montes, 2017, p. 4).

Por su parte, los institutos descentralizados tienen características similares en cuanto a sus objetivos, sin embargo, poseen una personería jurídica, autonomía administrativa y un patrimonio independiente constituido con bienes o fondos públicos comunes, con el producto de impuestos o contribuciones de destinación especial (Del Giorgio Solfa & Giroto, 2016). Es por ello que pueden establecer sus propios programas y reorganizar las funciones, permitiendo el acceso a un mayor número de personas.

Una de las diferencias entre dichos entes se encuentra en su plataforma estratégica. El centralizado trabaja con un objetivo misional que se desagrega de la alcaldía municipal y los entes descentralizados, por el contrario, tienen un desarrollo de plan estratégico. Es decir, cuentan con una misión, visión, objetivos, valores, de forma autónoma, identificando y midiendo sus alcances e impactos en el tiempo. De igual manera, cuentan con recursos económicos que les permiten construir escenarios deportivos, ampliar su oferta institucional y contar con un plan de bienestar, caracterizando e identificando el número de recurso humano que requieren para cumplir con su función y sus objetivos estratégicos, generando una mayor cobertura territorial. En relación con los procesos centralizados, las ventajas consisten en que estos se encuentran alineados directamente con la estructura organizacional de la administración municipal, por lo que los planes dependen directamente de las alcaldías y pueden articularse con otras dependencias de la entidad territorial o departamental con mayor facilidad.



Pese a lo anterior, ambas modalidades tienen desventajas: en las descentralizadas, uno de los principales inconvenientes puede ser la gestión de recursos externos para incrementar el músculo financiero de la institución, no contando con ingresos fijos que permitan el mantenimiento de los procesos; por su parte, las desventajas de las instituciones deportivas centralizadas radican en la asignación de los recursos, la cual tiende a ser mínima y reduce el número de contrataciones, programas y proyectos articulados, y coberturas, así como apoyos a deportistas de alto rendimiento, teniendo en cuenta que se busca el cumplimiento de lo que se determina en la ley con aquellos recursos con los que cuenta la administración municipal (Pulido Ortiz & Calderón Montes, 2017).

De acuerdo a lo anterior y en búsqueda de simplificar el panorama, se expone el Sistema Nacional del Deporte colombiano, que se encuentra conformado por organizaciones públicas y privadas. A nivel nacional, la entidad pública rectora es el Ministerio del Deporte; el Comité Olímpico Colombiano, el Comité Paralímpico Colombiano y las federaciones deportivas nacionales son entes privados. A nivel departamental se encuentra, en el nivel público, Indeportes Antioquia y, a nivel privado, las ligas y asociaciones deportivas departamentales. A nivel municipal, se encuentran los entes deportivos municipales (institutos descentralizados y centralizados), que son públicos, mientras que como organizaciones privadas se tienen los clubes deportivos y profesionales, además de otras organizaciones con ánimo de lucro que generalmente trabajan de manera interdisciplinaria, permitiendo al psicólogo realizar sus funciones de acuerdo a las necesidades de los usuarios, su alcance y los objetivos institucionales.

Actualmente, de los 125 municipios del departamento de Antioquia, 120 cuentan con entidades o personas encargadas del deporte; y de estos, 97 son secretarías, direcciones u oficinas dedicadas al deporte y la recreación (cumpliendo con lo reglamentado en la Ley 181 de 1995). Sin embargo, esto hace que no se tenga personal que



atienda explícitamente las necesidades. Tal es el caso de la psicología, la cual está supeditada a la administración municipal, que en muchos casos no considera la viabilidad de destinar recursos para realizar acompañamiento a quienes practican deporte en el municipio, y el campo ocupacional que prima dentro de los psicólogos es el social, haciendo parte de los diversos programas para atención a población urbana y rural.

Por otra parte, 22 municipios cuentan con institutos descentralizados (inder) que tienen la posibilidad de trabajar con un equipo más amplio, de acuerdo a los recursos y necesidades del municipio. Sin embargo, no todas estas organizaciones tienen recursos económicos o humanos que posibiliten el pleno desarrollo deportivo y la oferta integral de deportes en el municipio, por lo que son los municipios más grandes los que pueden generar estrategias para el deporte y la recreación.

Frente a la empleabilidad de psicólogos, especialmente del deporte, en las organizaciones deportivas del sector público, el ente rector del deporte antioqueño, Indeportes Antioquia, cuenta con siete profesionales, de los cuales dos son psicólogos del deporte, uno es clínico, tres son sociales y uno es organizacional, por lo que se posibilita el rol profesional. Los dos psicólogos del deporte se encargan de realizar el proceso de acompañamiento antes, durante y después de la competencia con atletas y entrenadores que pertenecen a la selección Antioquia; así mismo, la organización cuenta con una profesional en el área psicosocial, quien vela por los procesos académicos y de acompañamiento de los atletas, haciendo parte de un equipo interdisciplinario.

Con relación a las entidades municipales, una de las organizaciones deportivas más grandes del país es el Inder Medellín. Esto, gracias a la multiplicidad de estrategias que tiene y a la intención de impactar cada vez a más personas del municipio. Por ello cuenta con un presupuesto amplio y con propuestas que se visibilizan y se convierten en una alternativa laboral para los profesionales de las



ciencias del deporte. Al indagar sobre los psicólogos que realizan su intervención en esta institución, se encontró que actualmente hay diez psicólogos trabajando en estrategias relacionadas al deporte: cinco están en la estrategia deporte y convivencia, tres en Talentos Medellín (área en la que todos los profesionales son psicólogos como perfil exclusivo), uno en desarrollo deportivo y uno en política pública. Las funciones que ejecutan dependen de cada estrategia y de las actividades asignadas, así como de las metas establecidas desde la administración.

Por su parte, el Inder de Envigado tiene en la actualidad tres psicólogos con funciones diversas: uno es el encargado del acompañamiento desde la psicología del deporte y la psicología clínica a personas que se encuentran inscritas en los clubes, otro hace parte de presupuesto participativo realizando intervención en el contexto del deporte y desde la psicología general, y finalmente otra psicólogo es quien acompaña el área rural, entendiendo que el municipio de Envigado tiene gran necesidad en estos escenarios. También se destaca que semestre a semestre el Inder de Envigado ha contado con psicólogos en formación, especialmente de la Institución Universitaria de Envigado, quienes realizan acompañamiento de acuerdo con la necesidad reportada por entrenadores, dando acompañamiento directamente en el campo, es decir, desde los escenarios deportivos a través de asesorías individuales y talleres.

En las investigaciones y literatura indagada con relación a las organizaciones deportivas colombianas y antioqueñas se encuentra información sobre su estructura, los recursos, la gestión y la forma de administración (Gómez *et al.*, 2008), y poca sobre los profesionales que intervienen o hacen parte de dichas organizaciones. En dicha revisión no se encontró información sobre el rol que el psicólogo del deporte asume en las mismas y las funciones que desarrolla, por lo que, la información que se tiene corresponde al rol que tradicionalmente tiene la psicología del deporte y las funciones que se han desempeñado desde la experiencia. Esto, comprendiendo que dicho



rol es diverso y dependerá de la organización deportiva contratante, de allí que sea necesario conocer e identificar las funciones y los retos del profesional al acercarse a estos escenarios.

## Marco teórico: psicología del deporte

La psicología de la actividad física y del deporte hace referencia al área aplicada de la psicología que estudia la conducta en el contexto de la actividad física y del deporte y la aplicación práctica de dicho conocimiento (Dosil, 2008). Constituye una especialidad que tiene por objeto el estudio científico de la subjetividad de las personas que participan en la práctica del deporte, para la optimización tanto del rendimiento como del desarrollo personal (Roffé, 2009). Apunta a dos objetivos: el primero es entender de qué forma la participación de las actividades deportivas y físicas afecta el desarrollo psicológico, la salud y el bienestar de una persona; y el segundo es entender de qué forma los factores psicológicos afectan el rendimiento físico (Weinberg & Gould, 2010).

Un elemento central es que este campo de aplicación realiza sus funciones con todas las personas que se encuentran en el contexto, identificando que si bien el deportista es un actor esencial del deporte, los psicólogos del deporte están llamados a intervenir otros actores del contexto (Dosil, 2008). Lo anterior posibilita la integralidad y alcanza un impacto mayor, no supeditando el rol a que el deportista obtenga la victoria.

En Colombia, la psicología de la actividad física y del deporte se inició hace aproximadamente 30 años de una manera desorganizada, empírica e intuitiva (Serrato, 2008). Poco a poco se ha ido abriendo camino y posicionándose dentro de los campos ocupacionales de la psicología. En cuanto a los profesionales de la psicología que optan por este campo ocupacional, se puede observar que existe una mejor preparación, lo que implica el reconocimiento de la profesión y la comprensión de su actuación en el medio. En 2018 el país contaba



con aproximadamente 155 psicólogos, que ejercían sus funciones en diferentes ámbitos tales como alto rendimiento, docencia, evaluación en psicología del deporte, ejercicio y salud e investigación (Posada & Urrea, 2018). De acuerdo a la investigación realizada por Posada y Urrea (2018), los psicólogos del país cuentan con especialización, maestría y doctorado, evidenciando un incremento en la formación académica. Cabe mencionar también que, en la actualidad, se ofertan tres especializaciones en el campo ocupacional: y Especialización en Psicología del Deporte y el Ejercicio en la Universidad El Bosque, y Especialización en Psicología de la Actividad Física y del Deporte en la Institución Universitaria de Envigado y Especialización en Psicología del Deporte en la Fundación Universitaria María Cano. Adicionalmente, la Universidad El Bosque cuenta con la Maestría en Psicología, en la que una de sus líneas de énfasis es precisamente la psicología del deporte.

Retomando lo dicho, es necesario que este rol sea reconocido no solo a nivel simbólico —como sucede en algunos clubes, organizaciones e incluso institutos de deporte—, sino también que este papel sea registrado administrativamente; es decir, que esté estipulado y descrito dentro del manual de funciones, que es “un instrumento o herramienta de trabajo que contiene el conjunto de normas y tareas que desarrolla cada funcionario en sus actividades cotidianas” (Aracelly, 2020, p. 28). Lo anterior posibilita que el profesional en psicología deportiva se empodere más de su labor dentro de la institución, y que a la hora de la toma de decisiones o de su accionar pueda tener claridad en si le está permitido de acuerdo a la descripción de sus funciones.

## **Rol de la psicología del deporte en organizaciones deportivas**

Ahora bien, uno de los escenarios de actuación del psicólogo del deporte consiste en hacer parte de una organización deportiva, y no



solo desde su función como apoyo a los deportistas, sino también dentro de las diversas actividades que desarrolla dicha organización.

Cruz (1997) expone que en 1982 el Comité Olímpico de Estados Unidos incluyó psicólogos del deporte, no sin antes estudiar las funciones que podría desempeñar el mismo dentro de un programa olímpico. Las funciones asignadas fueron tres: clínica, educativa e investigadora. La primera incluye actividades relacionadas al abordaje directo del deportista y sus requerimientos (luego pasó a ser un enfoque más preventivo), la segunda está relacionada al entrenamiento psicológico y el asesoramiento a técnicos, y la tercera se dirige a diseñar procedimientos y pronosticar actuaciones deportivas (Samulski, 2007). Estas tres funciones son posibles dentro de organizaciones deportivas que otorgan al psicólogo un rol activo dentro de sus procesos.

De acuerdo a García (2006), “en la década de los ochenta, la psicología del deporte comienza a abrirse un espacio formal en las juntas regionales del deporte más importantes del país” (p. 15), ya que empieza la intervención aplicada del psicólogo en el contexto de una organización deportiva. Y en los años noventa, los psicólogos del deporte “empiezan a posicionarse dentro de los equipos interdisciplinarios” (p. 15) haciendo parte de la comisión médica del Comité Olímpico Colombiano y el Instituto Distrital de Recreación y Deporte de Bogotá.

De los 115 psicólogos del deporte colombianos encuestados por Posada y Urrea (2018), el 43 % refirieron trabajar en el sector privado (49 psicólogos), el 27 % en el sector público (31 psicólogos) y 21 psicólogos del deporte (18 %) en ambos sectores —el 12 % no respondió a este interrogante—, por lo que se evidencia que un alto número ha trabajado o ejerce sus funciones al interior de una organización.

Ahora bien, aunque no se tiene claridad sobre el número de psicólogos del deporte que ejercen específicamente en organizaciones deportivas centralizadas y descentralizadas, sí se conoce que la



mayoría de psicólogos del deporte ha hecho parte de clubes, ligas deportivas, asociaciones, empresas e incluso de organizaciones públicas, por lo que entender sus particularidades y las funciones que allí se desempeñan es ideal, especialmente para aquellos que tienen interés en este campo de aplicación. Adicionalmente, al reconocer que actualmente el número de psicólogos del deporte en Colombia es reducido, se conoce de colegas que trabajan en ambos tipos de organizaciones siendo mayor el número de quienes trabajan en organizaciones descentralizadas en el país, lo cual puede deberse, como ya se explicó, a que son quienes asignan mayor recurso presupuestal en la contratación de capital humano para la ejecución de funciones. Esto, especialmente en programas orientados al alto rendimiento, que es una de las funciones que más desarrollan los psicólogos del deporte colombianos.

Ahora bien, se reconoce que en este contexto uno de los retos más importantes es el trabajo intertransmultidisciplinario, y no solo el referido al entrenador como generalmente se piensa. El psicólogo, de acuerdo al área de la organización en la cual se encuentre, podrá realizar su trabajo al lado de administradores deportivos, médicos, fisioterapeutas y trabajadores sociales, entre otros, por lo que las competencias requeridas son amplias, teniendo en cuenta que el trabajo en equipo debe ser una de ellas. A este respecto, Viadé (2003) es enfático en mencionar que el “objetivo de todos los profesionales que pertenecen a un equipo de trabajo debe ser el mismo” (p. 62).

De acuerdo con Samulski (2007), la psicología del deporte se integra a otras ciencias del deporte estableciendo relaciones que le posibilitan el abordaje desde las necesidades concretas del deportista. De esta manera, con los médicos y fisioterapeutas, su rol incluye el acompañamiento en lesiones, el análisis de la fatiga muscular y de la sobrecarga, el manejo del dolor, y el dopaje y abuso de sustancias, así como los procesos de prevención de lesiones y enfermedades derivadas del deporte. Con los sociólogos y trabajadores



sociales se posibilita el análisis del contexto del deportista, de las instituciones y organizaciones deportivas, los comportamientos relacionados al deporte, las normas y los valores, así como la moral y ética en este contexto. Y con los entrenadores, tutores, kinesiólogos, metodólogos y preparadores físicos, permite el análisis de las cargas de entrenamiento, la prevención de la sobrecarga, el entrenamiento mental de acuerdo a las etapas de la preparación, la planeación de la carrera deportiva, el *biofeedback* y los procesos de aprendizaje. Por ello, siempre y cuando esto se posibilite, el psicólogo que realiza su abordaje en este campo de aplicación deberá conocer, comprender y aportar al equipo interdisciplinario, permitiendo de esta manera alcanzar las metas propuestas.

Finalmente, otro de los roles asignados y posibles del psicólogo al interior de una organización deportiva corresponde a la gestión del recurso humano que tiene la organización (Cruz, 1997). Sin embargo, no es menester del psicólogo del deporte ejecutar este rol, sino un psicólogo formado en psicología organizacional o del trabajo, aunque se ha observado que son varias las organizaciones deportivas que demandan del psicólogo que hace parte de la institución el realizar ambas funciones. De allí que en organizaciones deportivas que requieren estos servicios, las acciones se centren en la “formación, selección y contratación del personal, en la elaboración de pautas para incentivar, premiar o sancionar, así como la evaluación del funcionamiento de los recursos humanos, además de intervenir y asesorar a técnicos y deportistas” (Cruz, 1997, p. 291).

Es necesario hacer hincapié en que la intervención con los deportistas o entrenadores no puede desconocer la pertenencia de estos a una organización deportiva debido a que la misma tiene incidencia en el rendimiento y adherencia. Por ello, la función del psicólogo del deporte pasa por la asesoría a dichas organizaciones (Cruz, 1997).



## Experiencias prácticas

A continuación, se presentan las experiencias profesionales de tres mujeres que han hecho parte de diversas organizaciones deportivas, permitiendo conocer las funciones y retos que, desde el hacer, experimentaron en su trayectoria y que de una u otra forma las forjaron permitiendo conocer las habilidades personales y profesionales requeridas para ejercer sus funciones. Todo esto, corroborando y sirviendo de contraste a los elementos teóricos que se identifican frente al rol que desempeña el psicólogo en el campo.

### *El camino hacia el alto rendimiento: Indeportes Antioquia*

Una experiencia gratificante y a la vez retadora es el proceso que se lleva a cabo en una institución como Indeportes Antioquia, la cual se encarga de todos los procesos deportivos de los atletas que representan al departamento. De allí que las funciones y acciones del psicólogo se encuentren limitadas de acuerdo con la capacidad de la institución y el rol encomendado debido a la alta demanda de servicios y a la limitada contratación de profesionales.

En la institución es viable realizar dos tipos de acompañamiento: uno, ejecutado en campo y, otro, en consultorio. De allí que el lugar de actuación vaya determinado por el estilo profesional de quien ejerza la labor, como de quienes la solicitan, en este caso deportistas y entrenadores. Además, se posibilita teniendo en cuenta la demanda de servicios psicológicos, los cuales, en ocasiones, superan la capacidad de respuesta de las personas que laboran en la institución. En las labores de campo, el psicólogo se desplaza a los lugares de entrenamiento y competencia con el objetivo de observar al deportista en su contexto natural, visibilizar sus comportamientos, reforzar técnicas psicológicas e, incluso, enseñar actividades prácticas que se pueden desarrollar en el momento de



entrenamiento y competencia desarrollando ejercicios *in situ*; mientras que la actuación en consultorio implica el deseo del deportista (o entrenador) de solicitar un espacio en el que será escuchado, de manera personal, privada o anónima para tratar temas concernientes al deporte o su cotidianidad.

Es importante aclarar que las funciones dependerán del área o subdirección en la cual se encuentre el psicólogo. De esta manera, su trabajo corresponderá a unas acciones precisas y determinadas por los objetivos propuestos. En la Subgerencia de Altos Logros se reúnen las áreas que se relacionan al desarrollo integral del deportista: metodólogos, médicos, nutricionistas, bacteriólogos, psicólogos, fisiólogos, odontólogos y personas del área social. Estos profesionales aportan para que los atletas del departamento tengan facilidades que les permitan conseguir un alto rendimiento deportivo (Indeportes Antioquia, 4 de agosto de 2021). Mientras que la Subgerencia de Fomento y Desarrollo Deportivo se encarga de fomentar, asesorar, promover y acompañar a los municipios en elementos relacionados a la actividad física, la recreación, el deporte y la educación física. Es por ello que cuenta con múltiples programas y profesionales que le permitan acercarse a los municipios de acuerdo a las necesidades y objetivos trazados (Indeportes Antioquia, 4 de agosto de 2021), de allí que las funciones, el acercamiento a las poblaciones y las actividades realizadas serán diferentes. Sin embargo, sin importar la subdirección en la que se ejerza la función, el psicólogo en esta institución tiene una ventaja: hace parte de un equipo interdisciplinario, lo que le permite acceder a mayor información y obtener el logro de los objetivos misionales.

Un elemento diferenciador en la intervención directa del psicólogo en el campo es la disponibilidad y disposición de los entrenadores. Aún es común escuchar a entrenadores que dicen no necesitar o no permitir que el psicólogo realice intervención con el grupo deportivo, de esta manera las actividades se centran solo en aquellos que solicitan la asesoría directamente. De igual forma,



el número de deportistas y entrenadores en comparación con el número de psicólogos que prestan su servicio en la institución es desproporcionado, por lo que no es viable realizar intervención con todos los deportistas o grupos deportivos, priorizando a aquellos que obtendrán medallas de acuerdo a la proyección.

En el momento de ingresar a la institución estaba al frente de los procesos psicológicos la psicóloga María del Consuelo Calle, quien, en compañía de psicólogos practicantes, posibilitó el abordaje de las diferentes necesidades en los grupos deportivos que hacen parte de la institución, tales como la intervención frente a la motivación y la autoconfianza. Los psicólogos practicantes tenían a su cargo diferentes disciplinas o grupos deportivos, y bajo sus directrices se tuvo la posibilidad de intervenir un alto número de deportistas y entrenadores. El rol asignado fue el acompañamiento a deportistas de la Selección Antioquia con miras a su participación en juegos deportivos nacionales. En ese momento, nueve disciplinas fueron asignadas (inicialmente se pretendía abordar el grupo de deportes de arte y precisión, sin embargo, debido a las necesidades puntuales se abordaron deportes de otros grupos). Adicionalmente, el área de medicina deportiva realizaba la valoración psicológica de todos los deportistas de la Selección Antioquia a través de instrumentos que midieran la atención, ansiedad, motivación, personalidad y autoconfianza, realizando comparativos y retroalimentación de acuerdo a los resultados.

Se desarrollaron con los deportes asignados talleres relacionados al establecimiento de objetivos, motivación, nivel de activación, autoconfianza, atención, cohesión de equipo, tolerancia a la fatiga y al dolor, tolerancia a la frustración y autoimagen corporal. Estos talleres se planearon de acuerdo a las necesidades del grupo deportivo y a la autorización y programación de los entrenadores. Los resultados de observación, aplicación de instrumentos y talleres se entregaban a los entrenadores con el objetivo de realizar seguimiento y poder plantear estrategias para la intervención.



Una de las funciones asignadas, que posibilitaba el conocimiento profundo del grupo deportivo, fue el apoyo en la planificación del macrociclo deportivo, en el cual se incluían las estrategias a realizar desde la psicología del deporte, por lo que el conocimiento del deporte y de lo abordado desde otros componentes era esencial. Una herramienta clave para desarrollar esto fue justamente la caracterización deportiva, que en este caso se realizó desde lo propuesto por Buceta (2004). Para la planificación del macrociclo se realizaron reuniones con los entrenadores, metodólogos y otros miembros del equipo transdisciplinario, lo cual permitió crear un plan acorde a las necesidades y los momentos del ciclo en los cuales se requiriera el trabajo de las variables psicológicas y las técnicas particulares.

Con los deportistas que así lo requerían se realizaban asesorías individuales, las cuales se atendían en consultorio o en campo. En estas se abordaban los temas requeridos por el deportista, especialmente referidos al manejo de emociones. Además se realizaba una hoja de vida de los componentes psicológicos del deportista, en la cual se abordaba el recorrido deportivo del mismo, las relaciones con compañeros y entrenadores, y las proyecciones deportivas y frente a su vida personal, entre otros datos de interés.

Con los entrenadores también se realizaba intervención y apoyo frente a elementos psicopedagógicos que aportaran a su acompañamiento al grupo deportivo y a sus cualidades como entrenador. Cabe resaltar que los entrenadores se convirtieron en los principales aliados de la intervención.

En competencia se apoyaba a los deportistas por medio de mediciones de ansiedad, motivación y nivel de activación antes y después de competir, así como en cuanto a las necesidades emergentes dentro de la competencia, la cual requería los primeros auxilios psicológicos por parte del profesional.

Finalmente, y gracias a estar en el área de medicina deportiva, un rol posible fue el acompañamiento a los deportistas lesionados



con los fisioterapeutas e interviniendo las emociones generadas por la lesión y el regreso a los entrenamientos y competencias. Específicamente con estos deportistas la intervención estuvo centrada en la autorregulación; la tolerancia al dolor, la fatiga y la frustración; la visualización; la autosugestión y técnicas de respiración.

La institución posibilitó el conocimiento profundo frente al rol que desempeña el psicólogo del deporte en campo y permitió el abordaje de las variables psicológicas que influyen en el desempeño deportivo. Además, se conocieron deportes que anteriormente no se identificaban con facilidad. En el acompañamiento en competencia que se hizo en los Juegos Deportivos Nacionales se tuvo la posibilidad de evidenciar los resultados de la intervención, observando a los deportistas utilizar las herramientas psicológicas que se abordaron y enseñaron en el proceso.

### *Rompiendo paradigmas: una experiencia en el Instituto de Deportes del Municipio de La Estrella*

La Estrella es un municipio del departamento de Antioquia que hace parte del Valle de Aburrá. Cuenta con un total de 79 103 habitantes o siderenses, como son conocidos quienes viven en el municipio (Terridata, 2022).

Teniendo en cuenta el aspecto de la salud, uno de los aliados estratégicos de la administración municipal es el Instituto de Deportes y Recreación de La Estrella, ente descentralizado que presta los servicios de deporte y recreación, y administra los espacios que promueven la actividad física y el buen uso del tiempo libre (Instituto de Deportes y Recreación de la Estrella [Indere], 2021). Actualmente el Indere cuenta con un portafolio de servicios amplio que incluye deportes individuales y de conjunto (ambos se realizan por subcategorías, las cuales son rotación predeportiva, iniciación, formación, especialización y perfeccionamiento), estimulación temprana, madres gestantes, actividad física para la comunidad



en general y para el adulto mayor, y programas especializados de diversidad funcional y deporte, entre otros.

En concordancia con lo propuesto desde su misión institucional y con el propósito de mejorar la calidad de vida de los siderenses, han dispuesto dentro de su plan estratégico la contratación de personal profesional con conocimientos en el desarrollo de habilidades específicas para la práctica deportiva, la promoción de la actividad física para la salud y acciones de ocio-tiempo libre. No obstante, como una forma de generar un valor agregado para los habitantes del municipio y una apuesta por la mejora de los indicadores dispuestos en las diferentes normativas y programas a nivel nacional e internacional en lo que respecta al sector deporte, recreación y actividad física (DRAF) y los objetivos de desarrollo sostenible en esta nueva agenda a 2030, el Instituto de Deportes y Recreación de La Estrella viene apostando, desde hace 12 años, por la inclusión dentro de sus procesos contractuales y a su vez desde su oferta institucional a la comunidad siderense, procesos complementarios como lo son el acompañamiento psicológico y la fisioterapia.

El proceso de acompañamiento en psicología del deporte ha pasado por diferentes estadios, pues inicialmente y de una manera casi que escéptica se abrieron las puertas a esta “nueva disciplina” que estaba creciendo en Colombia. En este sentido, quien sentó las bases de la psicología del deporte y la actividad física dentro del Indere es un icono en este campo en Antioquia: la psicóloga María del Consuelo Calle. Durante el tiempo en que la popular Chelo estuvo dentro del instituto, trabajó con los deportistas, padres de familia y entrenadores por ser las bases fundamentales del proceso de fortalecimiento mental según lo planteado por Dosil (2008). Luego se dio paso a profesionales de la psicología que abordaron a los deportistas desde campos ocupacionales tradicionales como la psicología clínica y la psicología social, lo cual generó un cambio total al modelo que se venía trabajando durante el estadio anterior.



Es importante hacer hincapié en que la falta de información referente a la psicología del deporte se convertía en una de las barreras más grandes a la hora de generar procesos de acompañamiento deportivo, pues todos, incluso los padres de familia y entrenadores, esperaban intervenciones en psicología tradicional o lo reducían a “charlas motivacionales”. Aunado a la falta de información, se encontraba una gran resistencia por parte de los entrenadores para permitir las intervenciones del psicólogo del deporte, pues dentro del Instituto aún se cuenta con una planta con estructuras de entrenamiento tradicionales, donde sus miradas apuntan a una concepción del entrenador como cabeza del equipo siendo “multifuncional” —es decir, de manera empírica— además de ejercer como médico, fisioterapeuta, psicólogo y metodólogo, entre otras profesiones. Esto, sumado a las concepciones erradas de los deportistas sobre el rol del psicólogo en el deporte y teniendo en cuenta que el entrenador en los procesos deportivos se convierte en un referente significativo para la adopción no solo de aprendizajes del nivel técnico, sino también de toma de decisiones y habilidades para la vida (Buceta, 1998), suponían un reto para que se permitiera la entrada de un profesional a los equipos interdisciplinarios y de intervención con los deportistas.

No obstante, sería equivocado no mencionar que este proceso también trajo consigo ventajas, pues los esfuerzos se focalizaron en el trabajo de fortalecimiento de los vínculos familiares, así como en acompañar a los deportistas en la superación de factores de riesgo como el consumo de sustancias psicoactivas. Sin embargo, los aspectos de trabajo a nivel del fortalecimiento de las habilidades psicológicas básicas y especializadas para el deporte se vieron afectadas, pues no era un trabajo del dominio de quienes estaban dentro de dicho cargo. Todo reto trae consigo la apertura de nuevas posibilidades, y este proceso, al verse corto en el último aspecto mencionado, abrió la puerta para realizar alianzas estratégicas con universidades como la Universidad de San Buenaventura, sede



Medellín, y la Institución Universitaria de Envigado, siendo esta última la casa en Antioquia de la especialización en dicho campo ocupacional para así poder trabajar estas habilidades psicológicas en el deporte. Con la unión de esfuerzos se logró promover dentro del Instituto las prácticas profesionales en el área de psicología del deporte y de esta forma ampliar el rango de intervención.

Finalmente, durante el último gobierno se dio paso a un nuevo proceso de acompañamiento en psicología del deporte dentro del Instituto. Durante este proceso se contó con una profesional especializada en Psicología de la Actividad Física y del Deporte. El presupuesto destinado para estos programas complementarios solo permitió la contratación de una profesional. Y aunque el psicólogo del deporte puede trabajar en diferentes frentes de trabajo como las diferentes disciplinas deportivas, tanto grupales como individuales, la actividad física, el ocio y tiempo libre, lo educativo (Weinberg & Gould, 2010), al ser solo una profesional para toda la oferta institucional del instituto debió en primera instancia centrarse en los procesos de acompañamiento de algunas disciplinas deportivas. Sin embargo, a medida que se expandía el programa, dejó de ser requerido solo por deportistas, pasando a ser solicitado por padres de familia y personas de la misma organización y la comunidad siderense que hacía parte de otros programas. La demanda del servicio aumentó, por lo cual las alianzas estratégicas con las universidades se fortalecieron, al punto de contar con la presencia de un equipo hasta de cuatro practicantes de diversas universidades y acompañamiento con personas con formaciones complementarias, como diplomadas en Habilidades para la Vida y *Coaching*, llegando así no solo a conformar el área de psicología del deporte sino el área de Bienestar del Instituto de Deportes Municipal.

Este equipo interdisciplinario, encabezado por la profesional especializada en Psicología del Deporte y la Actividad Física, se encontraba en constante comunicación con los demás profesionales de las áreas de las ciencias del deporte, como el metodólogo,



el fisioterapeuta, el director de clubes y los mismos entrenadores, logrando un trabajo en equipo sólido que al cabo de unos años tuvo logros deportivos importantes.

Generar cultura con los procesos de psicología del deporte se consolidó como uno de los retos más grandes. A pesar de que dentro del Instituto se contaba con el amplio recorrido anteriormente mencionado, a raíz del último proceso —en el que las acciones se focalizaron en prevención y promoción de salud y no tanto en la potencialización de capacidades para el deporte—, entrenadores como deportistas, incluso la misma organización, se encontraban apáticos con el proceso. Esto, contando también con que las acciones de intervención se realizaban no solo con las categorías mayores, sino también con categorías infantiles y juveniles, individuos que a raíz de la contemporaneidad han desarrollado ciertos imaginarios con el rol del psicólogo.

A partir del reto presentado y con un fin claro de disminuir los paradigmas que se tenían, el trabajo del área de bienestar en cabeza de la profesional especializada en psicología del deporte fundamentó su plan de acción en una de las premisas claves: orientar las acciones con base en la estructura del “pentágono deportivo”, estructura propuesta por Dosil (2008). Esta propuesta surge a raíz de visibilizar cuáles son los elementos que de forma global tienen influencia en el desarrollo deportivo de los atletas. Si bien esta estructura se liga en un principio a los procesos de iniciación deportiva, a partir de la aplicación se puede evidenciar que puede tener lugar durante todo el ciclo deportivo, por lo cual se pensó que era una forma acertada de orientar los planes estratégicos de intervención. Dentro del pentágono se encuentra al deportista y los padres de familia, entrenadores, miembros de la organización e integrantes disciplinarios (jueces y árbitros) (Dosil, 2008).

Por ello, se realizaron diferentes formas de intervención dentro del Instituto y, a continuación, se enuncian algunos de esos procesos.



a. *Deportistas*: La preparación psicológica se basó en cuatro aspectos importantes

- *Destrezas psíquicas básicas*: Motivación, atención y concentración, nivel de activación, confianza de equipo y autoconfianza.
- *Destrezas psíquicas específicas del deporte*: Según la caracterización deportiva, cada disciplina posee unas características psicológicas particulares necesarias para el óptimo rendimiento deportivo. Por tal motivo, según dicha caracterización y en especial análisis con el cuerpo técnico, se realizaba la planeación del trabajo de énfasis en el desarrollo o potencialización de dichas habilidades.
- *Destrezas individuales o de equipo en competición*: Establecimiento de metas y objetivos, procesos de autocuidado, tolerancia a la frustración, trabajo bajo presión, toma de decisiones, pensamiento rápido, comunicación asertiva, trabajo en equipo y liderazgo, entre otras.
- *Atención individual*: Algunos deportistas requieren un acompañamiento personalizado para potencializar las diferentes habilidades mencionadas en la parte superior y para equilibrar algunos aspectos de la vida personal y cotidiana con la vida deportiva, puesto esto también termina influyendo en su accionar en el campo. Algunos de los temas más recurrentes que se trabajaron fueron: baja tolerancia a la frustración en la vida deportiva y cotidiana, ansiedad, *burnout*, presión por parte de padres de familia o entrenadores, motivación, rendimiento académico, manejo de emociones y manejo de la vida social versus la vida deportiva.

b. *Entrenador*: El entrenamiento psicológico con este grupo se realizaba de manera directa o indirecta. Era directa cuando el



objetivo consistía en la mejora de las destrezas psicológicas para aumentar el rendimiento; por tanto, se trabaja de forma individual con el entrenador, como la comunicación asertiva y la tolerancia a la frustración. Además, dentro de este tipo de intervención también se realizaba formación en otros aspectos de relevancia a nivel de salud mental, como la identificación de factores de riesgo y primeros auxilios psicológicos, dado que los entrenadores en diversas ocasiones se convierten en referentes para los atletas, no solo en relación a lo que respecta con el deporte sino para su vida (Weinberg & Gould, 2010). La manera indirecta se llevaba a cabo cuando hacía parte de los procesos de intervención que se realizaban con los deportistas desde la planificación hasta en la ejecución. Allí se trabaja fortaleciendo las tres premisas: habilidades básicas, especializadas y de competición. Con los entrenadores se trabajó en premisas similares adaptadas a su rol, más el modelo de estilos de liderazgo en los entrenadores *empowering* y *disempowering* (Balaguer *et al.*, 2011).

*c. Padres de familia o cuidadores:* La familia o los cuidadores se convierte en la base fundamental del proceso deportivo de todo atleta. Es innegable hablar sobre la influencia de estos dentro de la consolidación de los logros del deportista, el grado de implicación y el enfoque que este le dará a la práctica del deporte. El asesoramiento a padres de familia o cuidadores se realizaba desde diferentes frentes: individual, formación y sensibilización como colaboradores (Asociación de Psicología del Deporte Argentina [APDA], 2005).

- *Individual:* Al igual que muchos deportistas, los padres de familia o cuidadores optan por solicitar acompañamiento individual para fortalecer sus vínculos y estrategias de acercamiento con sus hijos, tanto en el ámbito deportivo como en el familiar, además de tratar temáticas comunes como la transición en las etapas de la vida, factores de riesgo y factores protectores, rendimiento académico,



incertidumbre frente al futuro, altas expectativas o falta de creencia en sus hijos entre otras.

- *Formación y sensibilización*: Los padres de familia o cuidadores son la base fundamental, por lo cual es de vital importancia poder informarlos y sensibilizarlos en diferentes aspectos que van a tener influencia en el rendimiento, el rol de los padres y cuidadores en la competencia y el entrenamiento, las estrategias de autocuidado con los deportistas, la comunicación asertiva, los factores de riesgo y factores protectores, la promoción y prevención de la salud, la crianza y la inteligencias múltiples, entre otras temáticas que hacían parte de las llamadas escuelas de cuidadores dentro del Indere.
- *Colaboradores*: Dentro del equipo de bienestar se les denominaba “colaboradores” dado que en situaciones de competencia y entrenamiento ellos formaban una parte fundamental. Por tal motivo, los padres de familia o cuidadores acompañaban las intervenciones psicodeportivas en relación a aspectos de motivación en competencia, concentraciones prepartido y *feedback* poscompetencia, entre otros. Se convirtieron en soportes fundamentales en la generación de redes de apoyo a los deportistas, trabajando los fundamentos propuestos por Dosil (2008) y Roffé *et al.* (2003), donde se relaciona las presiones de los padres y el entorno en el deportista.

d. *Organización*: Ocupa un lugar importante dentro de este pentágono de influencia deportiva, puesto que ocupan un lugar privilegiado en la toma de decisiones frente al desarrollo de los procesos deportivos, recursos económicos, físicos, humanos, recursos tangibles e intangibles que están en el resorte de las decisiones de este grupo (APDA, 2005). Así mismo, algo tan fundamental como el establecimiento de metas y objetivos, que debe de estar en sinergia



con lo que desea el cuerpo técnico y el grupo deportivo. Además, dentro del Instituto, como equipo de Bienestar se realizó acompañamiento al proceso de salud mental y bienestar integral. Se realizaron acciones de fortalecimiento organizacional y temáticas como comunicación asertiva, trabajo en equipo, clima organizacional, salud mental en el trabajo y bienestar laboral, entre otros, fueron las primeras que se dieron, para posteriormente abrir paso a otras formaciones donde en propiedad se relacionaba la importancia del trabajo interdisciplinario y el rol del psicólogo del deporte.

e. *Árbitros y jueces*: En pocas ocasiones se realizó intervención con jueces y árbitros, que estuvieron más centradas en momentos donde el Instituto sería sede de grandes eventos como copas nacionales en alguna disciplina o de alguna de las justas del calendario nacional. La intervención se centraba en trabajar de manera colectiva destrezas como control, calma, comunicación verbal y no verbal, autoconfianza, atención y concentración, entre otras (Dosil, 2008).

El deporte se consolidó como el mayor frente de intervención del equipo interdisciplinario. Sin embargo, también era importante la presencia del psicólogo del deporte en otros procesos que tenían lugar dentro del Indere.

- *Actividad física*: Se daban charlas de promoción de la salud y prevención de la enfermedad, autocuidado, hábitos de vida saludable, proyecto de vida, entre otros.
- *Recreación, ocio y tiempo libre*: Aunque se perciba que en estos espacios el rol del psicólogo no es tan importante, dentro del Indere tomó un papel fundamental, pues las actividades de ocio y tiempo libre o, en mayor medida, de manualidades —como era conocido el programa por la comunidad—, así como los grupos de recreación que descentralizaron a todos los barrios del municipio, permitía, mediante proceso de observación y entrevistas cortas, tener una visión de las necesidades en salud mental del



municipio. Estos grupos de encuentro, además de consolidarse como espacios de diversión y esparcimiento, también se convierten en redes de apoyo primarias, por los cuales era de vital importancia sensibilizar en temas de relevancia y desarrollar habilidades y capacidades a través de lúdicas y didácticas pensadas desde la psicología.

- *Primera infancia:* Con este grupo se trabajaron diversas temáticas, algunas de ellas relacionadas con la promoción de la salud y prevención de la enfermedad, tanto con los infantes como con los padres de familia. Con los menores, el trabajo de intervención reunía temáticas como estimulación temprana, inteligencias múltiples y desarrollo de habilidades psicomotrices, entre otras. Con los padres de familia el abanico de intervención se hacía mucho más grande, pues allí se abría la puerta para trabajar aspectos como: comunicación, relación de pareja, proyecto de vida individual y familiar, crianza positiva, hábitos de vida saludable, estrategias de afrontamiento, etc.
- *Diversidad funcional o discapacidad:* El trabajo con este grupo de personas se realizaba de manera similar al del grupo área deportiva convencional. Sin embargo, en esta área se hacía un especial énfasis en el padre de familia o cuidador trabajando con ellos de manera paralela temáticas relevantes como la tolerancia a la frustración, el manejo del dolor, duelo, procesos de autocuidado, *burnout*, síndrome del cuidador y proyecto de vida.

Se suscitaron grandes retos para romper paradigmas con la comunidad deportiva siderense frente a lo relacionado con el acompañamiento psicológico. Sin embargo, esta no es la única barrera que se le presenta al profesional a la hora de ejercer su rol, pues la naturaleza del Instituto de Deportes y Recreación es de una entidad gubernamental pública; es decir, una institución



atravesada directamente por los procesos políticos y electorales del territorio, no solo desde el nivel municipal, sino también desde el departamental y nacional.

Los periodos de gobierno se convierten en un gran reto para los diferentes profesionales, pues su accionar está ligado directamente a la toma de decisiones del mandatario que se encuentre a la cabeza, así como del presupuesto y las políticas públicas destinadas para el deporte. En el caso del municipio de La Estrella, el plan decenal del deporte se establece a partir de la necesidad de formular un instrumento de gestión pública que ayuden a organizar las acciones del municipio, racionalizar sus recursos y buscar mayor impacto social para el sector (Indere, 2011).

Esta hoja de ruta sirve como guía para que el gobierno de turno direcciona las estrategias para abordar el deporte, la actividad física y la recreación en el territorio (Coldeportes, 2018). Sin embargo, posterior a realizar una lectura del documento, se pudo evidenciar que dentro de la planeación presupuestal no se consideraba al psicólogo del deporte y la actividad física dentro de la plantilla contractual, lo que se traduce en que al no haber claridad frente al rol que este profesional debe de ejercer en la consecución de los objetivos, su continuidad puede verse interrumpida en cualquier momento por decisiones presupuestales o administrativas.

Luego de este recorrido se puede evidenciar que, en los últimos años, se lograron establecer procesos de acompañamiento exitosos con disciplinas deportivas colectivas como fútbol y voleibol, y desde lo individual con atletismo y halterofilia. Es pertinente enfatizar que dentro del Indere también se cuenta con programación para la actividad física y la recreación, y el adecuado uso del tiempo libre. Las intervenciones en estos programas no supusieron un reto, pues fueron acogidas de gran manera desde un inicio, centrándose en factores protectores de salud mental y estilos de vida saludable.



### *Rol posible del practicante de psicología*

Encontrar un centro de prácticas profesionales enfocado en la psicología del deporte solía ser más complejo que en la actualidad, puesto que eran pocos los psicólogos orientados a este campo que podían acompañar los procesos de práctica. Dentro de los espacios que se prestaban para incluir en su equipo de trabajo un psicólogo encaminado a lo deportivo, se encontró un centro de alto rendimiento mental, de orden privado, que estaba enfocado en acompañar de manera integral procesos deportivos con un amplio equipo interdisciplinario.

Las funciones que asume el psicólogo del deporte en esta organización son la evaluación, el diagnóstico, la asesoría, la intervención y la psicoeducación grupal e individual, tanto en consultorio como en campo, a deportistas, padres de familia, entrenadores y administrativos. Así, desde la corriente cognitiva y el entrenamiento mental como herramienta que abarca la psicología del deporte, se potencian las habilidades psicológicas, partiendo de una planeación creada para cada deportista, refiriéndose a “la práctica sistemática y permanente de las habilidades mentales o psicológicas para mejorar el rendimiento, obtener mayor placer o lograr mayor satisfacción con la actividad física o deportiva” (Weinberg & Gould, 2010, p. 250). Es un gran reto vincular la psicodinámica como corriente para explicar el comportamiento de los deportistas atendidos, principalmente por demandas nombradas por los padres o tutores en las etapas infanto-juveniles del ciclo vital, casos que reflejan la importancia de incluir en el acompañamiento desde la psicología los procesos con los familiares de quienes se proyectan para el alto rendimiento deportivo.

En las etapas de iniciación y formación es de gran relevancia vincular tanto a los padres como entrenadores en el proceso, puesto que su acompañamiento influye directamente en la forma en la que



el deportista se adhiere y desenvuelve en la práctica. Es entonces importante mencionar que en ocasiones tales acompañamientos parten de supuestos divergentes y contradictorios entre sí, razón por la cual la psicoeducación se convierte en una estrategia de gran importancia para el trabajo en estas poblaciones, pues permite orientar la intervención hacia factores que interfieren en el oportuno desarrollo de los niños, niñas y adolescentes en la práctica deportiva. Uno de estos temas es la diferenciación y comprensión de la etapa en la que el deportista se encuentra en la carrera deportiva, donde las necesidades, objetivos y exigencias varían.

Así mismo, diferenciar las motivaciones propias del deportista como las de los padres para la práctica deportiva da pie para aclarar el tipo de proceso que podría favorecerlo. Para ello, es necesario reconocer que en estas etapas se promueve el disfrute y autodescubrimiento, y que, como lo mencionan Garrido *et al.* (2010), en esta relación triangular (deportista, padres y entrenadores) en el deporte infantil

es necesario establecer una buena comunicación entre los tres elementos más importantes de la iniciación deportiva, así como lograr una orientación educativa de esta práctica y evitar la presión por los resultados inmediatos y el consiguiente estrés de los jugadores (p. 179).

En esta etapa, además de que se busca favorecer las relaciones interpersonales que influyen en el contexto deportivo para promover un acompañamiento y desarrollo acertado, se espera que la orientación psicológica esté dirigida a impulsar la práctica deportiva y a generar estrategias para el desarrollo de hábitos saludables, habilidades sociales como la comunicación y la resolución de problemas, y habilidades personales como la gestión emocional,



autoconfianza, resiliencia, actitud. De igual forma, que permitan la adquisición de valores.

Las prácticas son un proceso formativo y enriquecedor que implica afrontar miedos e inseguridades, pero también posibilita enfrentar y reconocer el potencial que se tiene como persona y como profesional. Esto permite habitar espacios para empoderarse de sí mismos, siendo la autogestión, la creatividad, la comunicación asertiva y la autonomía aspectos necesarios para dar a conocer y concretar el ejercicio de la profesión. Con ello se consolida y vincula los propósitos de la organización o campo en que se desempeña el rol como psicólogo del deporte, con las necesidades que son identificadas en las poblaciones a intervenir.

Una de las ventajas en la práctica en una institución privada implica el hecho de que quienes consultan identifican la necesidad del abordaje psicológico, por lo que la ruptura que generan los mitos existentes con relación al psicólogo y su intervención en el deporte no se observan. Así mismo, las personas acceden a un servicio pago, generando así un compromiso en la intervención.

Gracias a esta experiencia se reconoce la importancia de pensar en aquellas poblaciones para quienes sus recursos económicos son impedimento para acceder a servicios como la psicología del deporte, que aunque de los recursos a nivel municipal y departamental algunos son destinados al área de lo deportivo y recreativo, estos no cubren necesidades psicológicas en tales organismos deportivos, donde las opciones como el acompañamiento brindado por entidades privadas, tampoco facilitan el acceso a tales asistencias. Finalmente, esta práctica también da cuenta de la diversidad frente a la población que puede ser intervenida desde esta especialidad, considerando que agentes como el cuerpo técnico (entrenadores, preparadores físicos, médicos, fisioterapeutas, entre otros), jueces, administrativos, padres y otros familiares también hacen parte del contexto deportivo.



## Conclusiones

El rol del psicólogo del deporte en Antioquia se ve posibilitado gracias a las instituciones de índole público y privado que se han encargado de generar procesos de acompañamiento a los deportistas, entrenadores y padres de familia, entendiendo que no solo es importante realizar procesos de entrenamiento en habilidades psicológicas dirigidas al rendimiento deportivo, sino que también es necesario abordar el contexto y las situaciones emocionales y familiares de los sujetos que practican deporte y que pretenden obtener logros a nivel nacional e internacional.

Aunque la psicología del deporte sigue siendo un campo de aplicación poco reconocido en el país y en el departamento (Álvarez *et al.*, 2018), cada vez se observan mayores posibilidades de actuación del psicólogo teniendo en cuenta que es un campo flexible ante la multiplicidad de las modalidades y espacios deportivos. También permite un continuo crecimiento de la disciplina gracias a las proyecciones académicas y prácticas de los profesionales que la ejercen, y a la visibilidad y reconocimiento que les brindan a aquellos que han sido impactados por ella. Son los actores involucrados en el deporte, especialmente de alto rendimiento, quienes reconocen la importancia de generar un proceso de acompañamiento desde el componente psicológico, involucrando además a las personas cercanas al deportista.

Con la constante demanda de profesionales titulados y la continua formación de psicólogas y psicólogos especializados, llegará un punto de inflexión en el cual el mercado laboral y académico esté en poder de estos profesionales. Empero, con dicha demanda de acreditación los psicólogos no solo se quedan en las especializaciones, sino que optarán estudios superiores, como las maestrías y doctorados fuera del país de origen. Desde este punto de vista se augura un futuro alentador para la psicología del deporte en los



próximos años. Igualmente se espera la creación de los programas de maestría en el país (Serrato, 2008).

También es importante resaltar la labor que han ejecutado aquellos profesionales pioneros en la psicología del deporte, logrando la diferenciación de otros campos de aplicación. Después de 35 años, el balance de investigaciones y publicaciones es pobre, siendo una muestra de la falta de oportunidades para la formación en posgrados orientados a esta área, aspecto en el que la psicología del deporte colombiana deberá progresar. Del mismo modo, se hace necesaria la difusión de los logros académicos y prácticos de nuestros profesionales, ya sea en una revista propia o de otros países, como contribución a este campo de la psicología en Colombia y a nivel mundial.

El profesional en Psicología del Deporte y la Actividad Física encontrará en el medio muchos retos para la correcta aplicación de su saber. Sin embargo, esto no debería suponer un limitante, puesto que se trata de generar los adecuados procesos de trabajo interdisciplinario y la adaptación de las metodologías para que se puedan unir a la planificación del entrenamiento deportivo de los diferentes cuerpos técnicos y a las planeaciones estratégicas de los docentes de actividad física, recreación y buen uso del tiempo libre.

## Referencias bibliográficas

---

Álvarez, D., Gallego, M. A., Loaiza, T., Salazar, J., Saldarriaga, C., Marín, A. M., & Posada, Z. M. (2018). Psicología del deporte, ¿qué tanto se conoce sobre esta área en Antioquia? *Poiésis*, (35), 52-74. <https://doi.org/10.21501/16920945.2961>

Asociación de Psicología del Deporte Argentina [APDA]. (2005). Psicología deportiva, asesoramiento al “pentágono” de la iniciación deportiva. *Psicodeportes*, 14-17. <https://www.psicodeportes.com/apdawp/wp-content/uploads/2017/09/2005.pdf>



Aracelly, L. (2020). *Atención y orientación al usuario en los servicios de salud*. <https://slideplayer.es/slide/17988539/#:~:text=28%20MANUAL%20DE%20FUNCIONES%20DEFINICI%C3%93N,el%20establecimiento%20de%20gu%C3%ADAs%20y>

Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., & García-Merita, M. (2011). Asociaciones entre la percepción del clima motivacional creado por el entrenador, orientaciones disposicionales de meta, regulaciones motivacionales y vitalidad subjetiva en jóvenes jugadoras de tenis. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 133-148. <https://core.ac.uk/reader/185464990>

Buceta, J. M. (1998). *Psicología del entrenamiento deportivo*. Dykinson.

Buceta, J. M. (2004). *Estrategias psicológicas para entrenadores de deportistas jóvenes*. Dykinson.

Coldeportes. (2018). *Política Pública Nacional del Deporte*. Coldeportes.

Contraloría General de la República. (2011). *Descentralización y entidades territoriales*. CGR.

Cruz, J. (Ed.). (1997). *Psicología del deporte. Personalidad, evaluación y tratamiento psicológico*. Editorial Síntesis.

Del Giorgio Solfa, F., & Giroto, L. M. (2016). Aportes conceptuales para la gestión pública: Temas vinculados a la función administrativa del Estado. *Revista Cambios y Permanencias*, 7, 489-519. [https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art\\_revistas/pr.11643/pr.11643.pdf](https://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.11643/pr.11643.pdf)

Dosil, J. (2008). *Psicología de la actividad física y del deporte*. McGraw-Hill.

García, S. (2006). *Construyendo psicología del deporte*. Kinesis.

Garrido Guzmán, M. E., Campos Mesa, M. del C., & Castañeda Vázquez, C. (2010). Importancia de los padres y madres en la



competición deportiva de sus hijos. *Revista Fuentes*, (10), 173-194. <https://revistascientificas.us.es/index.php/fuentes/article/view/2595>

Gómez, S., Martí, C., & Opazo, M. (2008). Características estructurales de las organizaciones deportivas: Principales tendencias en el debate académico. *IESE Business School, CSBM, Documento de Investigación DI*, 730, 1-23. <https://media.iese.edu/research/pdfs/DI-0730.pdf>

Indeportes Antioquia. (4 de agosto de 2021). Subgerencia de Deporte Asociado y altos logros. <https://www.indeportesantioquia.gov.co/altoslogros/>

Instituto de Deportes y Recreación de la Estrella [Indere]. (2011). *Plan de desarrollo decenal municipal del deporte, la recreación, la educación física y la actividad física La Estrella 2011-2021*. Indere.

Instituto de Deportes y Recreación de la Estrella [Indere]. (4 de agosto del 2021). Acerca del Indere. <https://indere.gov.co/informacion-general/>

Posada, Z., & Urrea, A. (2018). Características del ejercicio profesional del psicólogo del deporte en Colombia. *Colrepd*, 1(1). <https://colrepd.net/caracteristicas-del-ejercicio-profesional-del-psicologo-del-deporte-en-colombia/>

Pulido Ortiz, O. H., & Calderón Montes, L. F. (2017). *Aspectos de la descentralización de entidades deportivas de la provincia de Sabana Centro del departamento de Cundinamarca*. Tesis doctoral, Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Roffé, M. (2009). *Evaluación psicodeportológica. 30 test psicométricos y proyectivos*. Lugar Editorial.

Roffé, M., Fenili, A., & Giscafré, N. (2003). *Mi hijo, el campeón. Las presiones de los padres y el entorno*. Lugar.



Samulski, M. D. (2007). *Psicología del deporte. Manual para educación física, psicología y fisioterapia*. Kinesis.

Serrato, H. L. (2008). Historia de la psicología del deporte en Colombia. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 3(2), 277-300. <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311126260009.pdf>

Terridata. (2022). *Fichas de caracterización y tableros de control de las entidades territoriales. La Estrella Antioquia*. Departamento Nacional de Planeación. <https://terridata.dnp.gov.co/index-app.html#/perfiles/05380>

Viadé, A. (2003). *Psicología del rendimiento deportivo*. Editorial UOC.

Weinberg, R. S., & Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*. Editorial Médica Panamericana.