

Capítulo

Narrativas sobre proyecto de vida, apoyo familiar y relaciones con pares en un grupo de jóvenes exfutbolistas

Hermes Ninco Toro¹
Nicol Parra Rodríguez²

¹ Psicólogo profesional. Psicólogo en AFED Colombia, Kapital Soccer F.C., CENFAR F.C., En Tus Manos y la Academia Independiente F.C. Contacto: hermes1916@gmail.com.

² Psicóloga profesional. Trabaja como psicóloga del deporte en la Universidad Antonio Nariño. Ha trabajado en Kapital Soccer F.C. Contacto: niko18cal@gmail.com.



Resumen

La actividad física, el ejercicio y el deporte suscitan un sinnúmero de fenómenos propios de la psicología, que requieren atención por parte de los profesionales. Es así como este resulta ser un campo bastante amplio para la investigación. Teniendo en cuenta que en el mundo actual hay numerosos deportes, el fútbol tiene un mayor impacto social y económico frente a otras especialidades deportivas, ya que en este participa activamente el 4 % de la población mundial, siendo un fenómeno social no solo para los adultos, sino también para niños y adolescentes, quienes ven en este deporte una oportunidad de salir adelante. Es por ello que esta investigación se centró en explicar el efecto psicológico que tiene en un grupo de personas, el retiro anticipado de la carrera futbolística, entendido como la interrupción definitiva de la práctica de este deporte en un ámbito profesional y que sobreviene de forma inesperada. Es a partir del relato de exfutbolistas que se establecen tres factores que conducen a esa terminación: el proceso de selección, la edad cronológica y las lesiones deportivas. Es así como ellos se ven obligados a reorientar su proyecto de vida, el cual involucra el apoyo familiar y las relaciones con pares. Buscando cumplir con los objetivos de esta investigación, la misma se realizó bajo un alcance



interpretativo, método cualitativo, con diseño narrativo y como instrumento se hizo uso de una entrevista semiestructurada, siendo las fuentes de información cinco jóvenes exfutbolistas entre 20-25 años, de la ciudad de Bogotá. Se tiene como resultado una mayor comprensión de las causas hasta el proceso final de adaptación a una nueva realidad personal de los jóvenes después de la retirada temprana del fútbol profesional.

Palabras claves: proyecto de vida, familia, relaciones con pares, jóvenes, fútbol, lesiones.

Introducción

El fútbol es para algunos un juego y para otros una forma de vida. Hay quienes lo usan como negocio o lo siguen como ideología, y hay quienes lo ven como la única forma de salir adelante. Pero algo de lo que no cabe duda es que está presente en cualquier parte del mundo, convirtiéndose en algo más que un deporte. El llamado “deporte rey”, al tener una gran presencia de las redes sociales, como también en los medios de comunicación, parece ser una de las mayores apuestas de niños, niñas y adolescentes a la hora de orientar su proyecto de vida (Pérez *et al.*, 2018, p. 271). Sin embargo, un fenómeno particular de la práctica, no solo del fútbol sino de cualquier deporte, es la terminación temprana de esta, razón que lleva a indagar tres factores principalmente: los procesos de selección, la edad cronológica y las lesiones deportivas, que a su vez implican la reestructuración del proyecto de vida de los deportistas.

Sánchez y León (2012) afirman que el fútbol es uno de los deportes de mayor impacto social y económico respecto a otras especialidades deportivas, independientemente del nivel de profesión en el que se sitúe (deporte de base, profesional o alto rendimiento). A su vez, una encuesta elaborada por la Fédération International



de Football Association (FIFA) en 2006 se puede apreciar que este es el deporte número uno del mundo, ya que el 4 % de la población mundial participa activamente del mismo. Esta es la razón principal de escoger este deporte para el desarrollo de la investigación.

Frente a los procesos de selección, un punto importante a mencionar es la distribución de las ligas de fútbol en todos los continentes, ya que es a ellas a las que apuntan los jugadores profesionales. Estas ligas a nivel mundial cuentan con varias categorías dependiendo del país, pero las que sobresalen son la primera división, que al campeón le otorga el título más importante en cada país, y la segunda división, que concede al campeón la posibilidad de jugar en la primera división. Sin embargo, hay un límite de jugadores que los equipos de fútbol profesional pueden inscribir a ligas nacionales y competencias internacionales para participar. A nivel general, en todas las competencias de fútbol en el mundo, el número de jugadores inscritos no varía mucho (tabla 1).

Tabla 1. Cantidad de jugadores que pueden ser inscritos a las ligas de fútbol más importantes del mundo

Liga	País	Jugadores inscritos
Premier League	Inglaterra	28
La Liga	España	25
La Serie A	Italia	28
Bundesliga	Alemania	26
League 1	Francia	28
Súper Liga Argentina	Argentina	26
Campeonato Brasileño Serie A	Brasil	25
Liga Betplay	Colombia	25

Nota: Información extraída de cada una de las ligas.

En el artículo 18.8 el reglamento de la Unión de Asociaciones Europeas de Fútbol (UEFA, 2017) se menciona que ningún club podrá



inscribir a más de 25 jugadores. Además, establece un sistema de cupos, los cuales deben cumplir con ocho reservas exclusivas para jugadores formados localmente y cuatro para aquellos formados por el club en cuestión, reduciendo la posibilidad de adquirir un cupo a estas ligas para jugadores que provienen de otros lugares. Adicionalmente, estos números indican que convertirse en futbolista profesional supone sobrepasar un proceso de selección que por la naturaleza del deporte y, particularmente, del fútbol somete a los candidatos a pruebas que pocos pueden superar.

Para el caso de Colombia, la División Mayor del Fútbol Colombiano (Dimayor) es la entidad mayor del fútbol colombiano. En el artículo 22 de su reglamento establece para los campeonatos Liga Águila I y Liga Águila II (ahora llamadas ligas Betplay), que los clubes afiliados podrán inscribir hasta 25 jugadores. Adicionalmente, se podían escribir a cinco jugadores de los clubes que tenían participación en la copa Bridgestone Libertadores de América o la copa Sudamericana, y hasta cuatro jugadores extranjeros dentro del cupo establecido.

Por lo tanto, las dos divisiones del fútbol profesional colombiano —la A, que es primera división, y la B, que es la segunda división— cuentan con un total de 36 equipos: 20 en la primera división y 16 en la segunda división. Con ello se puede indicar que en el fútbol profesional colombiano tiene un aproximado de 900 jugadores y no necesariamente de nacionalidad colombiana, lo que dificulta aún más el acceso a un cupo para llegar ser jugador profesional (tabla 2).

Es necesario mencionar que, normalmente, todos los equipos llenan dentro de sus nóminas la cuota de extranjeros permitidos por la Dimayor, que en este caso particular son cuatro por equipo; es decir que de los 900 cupos, 115, aproximadamente, corresponden a extranjeros, quedando 785 para jugadores colombianos antiguos y nuevos, reduciendo así las posibilidades de ingresar para aquellos que provienen de divisiones inferiores.



Tabla 2. Cantidad de jugadores inscritos a las divisiones de fútbol profesional de Colombia

Divisiones	Número de equipos de cada división	Número de jugadores total la división
A	20	500
B	16	400

Nota: Información extraída del reglamento de la Dimayor (2018).

Se sabe que a nivel mundial existen diferentes escuelas de fútbol que no están vinculadas con los equipos profesionales. Por ejemplo, en la Liga Bogotá hay un aproximado de 350 escuelas afiliadas y cuenta con seis equipos profesionales (Millonarios, Santa Fe, La Equidad, Fortaleza, Tigres y Bogotá F. C.). Y todas ellas tienen la misma finalidad: que alguno de sus jugadores pueda llegar a ser futbolista profesional.

Pero, ¿qué diferencia tiene el final de la carrera deportiva y los procesos de retiro en carreras profesionales no deportivas? Según Taylor y Lavalley (2010), la mayoría de los individuos en el deporte de competición tienen que poner fin a su carrera deportiva en la adolescencia o al principio de la edad adulta, lo que implica que deben adaptarse a una situación muy diferente de carrera y de estilo de vida después del deporte.

La edad cronológica es el siguiente factor y, como tal, es un término conocido desde la perspectiva de la vida cotidiana. Sin embargo, para el proceso de formación deportiva, tiene mayor complejidad en correspondencia con las particularidades del proceso, ya que está influida por las etapas por las que se encuentra transitando el deportista y su grado de desarrollo desde lo biológico, que a su vez varía según la duración de las carreras deportivas y cambia con cada especialidad. Es así como una gimnasta de 21 años de edad puede ser muy mayor para competir, mientras que un golfista de 51 años puede perfectamente participar en un torneo. En el caso del fútbol, la edad de retiro promedio es de 34 años,



debido al desgaste natural y a las presiones de las que son sujetos los jugadores en un mundo.

El siguiente factor son las lesiones, ya que a la edad cronológica de los deportistas se suman las exigencias competitivas actuales del fútbol, las cuales demandan iniciar las prácticas sistemáticas desde edades tempranas. Esto incrementa el riesgo de sufrir lesiones deportivas con implicaciones desde el punto de vista físico, psicológico y sociológico (Barceló & Martín, 2020). Según la FIFA (2006), una lesión deportiva en el fútbol es “cualquier afección al organismo de un jugador como resultado de un partido o entrenamiento de fútbol, independientemente de si necesitó atención médica o estuvo alejado de las actividades futbolísticas”. Las lesiones que mayormente se registran se dan en las extremidades inferiores, en donde predominan los esguinces, las fracturas, las distensiones musculares, la rotura de ligamentos, las afectaciones en los meniscos, las contusiones y las lesiones de rodilla y tobillo (Belloch *et al.*, 2009).

Entonces, adicionalmente a la dificultad en el acceso a ligas profesionales, existen dos causas que conllevan a que los deportistas tengan la necesidad de dar por terminada su carrera, ya que interrumpe el curso normal de su actividad: las lesiones deportivas y la edad cronológica. Sin embargo, no es de desconocimiento para los investigadores que los problemas relativos a la vida familiar y los actos de indisciplina también pueden ser factores que posibilitan la terminación temprana de la carrera deportiva (Conde, 2014, p. 27).

Esta terminación temprana trae consigo una etapa de crisis, que implica nuevas exigencias y requiere ciertos ajustes a nivel ocupacional, financiero, social y psicológico (Cury *et al.*, 2008). Por ello se requiere de una adaptación no solo psicológica, sino también asumir un proceso de transición económica muy significativo. Es por ello que autores como Sánchez *et al.* (2013) mencionan que para los deportistas activos no es posible pensar en el retiro, y más a edades tempranas, ya que “la finalización de una carrera deportiva



crea, a menudo, una crisis importante para la que el deportista no está preparado” (Benés, 2018, p. 15). Además, las reacciones emocionales en el retiro anticipado pueden ser muy diversas al proceso de inserción en la vida cotidiana, ya que ocurren reacciones como ansiedad, depresión y hasta síntomas psicosomáticos; es decir, aparecen enfermedades de carácter orgánico, metabólico o funcional que pueden afectar al exdeportista en su quehacer diario.

Para autores como Heredia (2005), la intervención psicodeportiva es necesaria para evitar crisis severas, que podrían terminar en un deterioro del individuo en las esferas sociales, ya que podría recurrir como atenuante al abuso del alcohol u otras adicciones. Ahora bien, existen dos factores —la función del deporte en la vida y la identidad que se constituye— que influyen sustancialmente en el deportista en lo que respecta a la crisis en la que deviene el fin de su carrera:

El primero tiene que ver con la función que el deporte cumple en su vida. Si la identidad de un niño es reforzada mediante la exclusión de otras facetas de su personalidad, los sentimientos de autovalía del mismo dependen enteramente de su éxito o fracaso como deportista, lo que aumenta con el tiempo, manifestándose en la forma de expectativas exacerbadas de engrandecimiento social y cultural. (Heredia, 2005, p. 527)

El segundo factor es la identidad que, en muchas ocasiones, el deportista construye a partir de su rol deportivo, lo que trae como consecuencia una sensación de perplejidad ante el repentino cambio en su vida. De acuerdo con González y Bedoya (2008), son personas que no solo deben buscar nuevas ocupaciones y compañeros sino también aprender a desempeñar nuevos roles diferentes al deportista desarrollado hasta el momento.

De acuerdo con Smoll (2001), en la vida de un joven, la práctica deportiva es también una de las actividades importantes a



nivel social, ya que le permite tener nuevas relaciones y conocer nuevos amigos. Adicional a eso, los deportes ayudan a fortalecer la unidad familiar. También el autor menciona que el apoyo familiar es importante en la medida que los padres son los que “deberían asesorar a sus hijos, darles opiniones sobre el deporte escogido” (p. 92). Asimismo, son los que brindan la motivación y, en ocasiones, ofrecen la economía necesaria para los requerimientos del deporte, pero deben evitar ser una fuente de estrés, más cuando el deporte es aquel que le generó algún tipo de frustración por los temas de identificación.

Así, todo lo anterior se vincula directamente con la finalización de la carrera deportiva en jóvenes, lo que obliga a tener un reajuste en su vida, como también en la relación con su entorno. Finalizar cualquier proceso trae consigo tres cambios significativos: (1) la búsqueda de una nueva identidad, (2) el establecer nuevas relaciones (el deporte y su entorno era su medio de vida), y (3) la adaptación a una nueva función social para la que no necesariamente están preparados. Por tanto, lo que parece lógico es preparar, asesorar y orientar al deportista para afrontar el futuro proceso de retirada de una forma positiva y beneficiosa para él mismo (Lorenzo & Bohórquez, 2013).

Proyecto de vida

El proyecto de vida hace alusión a “la dirección que la persona marca para su propia vida con base en sus valores, y desde allí planea las acciones consistentes con el propósito de cumplir sus deseos, sueños y metas” (Ayala & Carvajal, 2016, p. 27). Según estos autores, la necesidad que tiene el ser humano de poder planificar su vida radica en enfocar la energía vital de sí mismo en su propio significado, lo que ayuda a que no desperdicie en temores, ansiedades, dudas y tensiones. Sin embargo, cabe advertir que lo que



ayuda al ser humano a crear un proyecto de vida es la necesidad que tiene el mismo de triunfar:

el reconocer las habilidades y dificultades, el dirigir con autonomía el rumbo de la vida, enfocado en la construcción del proyecto vital; es esencial para salir adelante [...], esto satisface al joven de hoy como al del futuro. (Gualtero, 2016, p. 34)

Es decir que lo que llamamos *planificación de la vida* surge a través de la corriente humanista, tanto psicológica como filosófica, que propicia el renacer de los intereses por lo auténticamente humano, la integración de los valores y las capacidades y experiencias para el desarrollo de las propias potencialidades, así como por la autodirección para la vida significativa, responsable y feliz (Rodríguez & Pellicer, 1989, citado en Fragoso, 2007 p. 56).

Una de las características habituales de los jóvenes es que tienden a pensar que su proyecto de vida no es una decisión propia, sino que está involucrado el proyecto de vida de algún otro, generalmente el que sus padres no pudieron cumplir. Según Gualtero (2016):

El joven cree que los adultos deciden por él y esto genera que se rebelen ante cualquier sugerencia sobre el quehacer. El joven puede aprender a proyectarse pensando en sí mismo conociendo sus talentos, capacidades, habilidades e identificando sus limitaciones y deficiencias con seguridad él se reconoce como único e irreplicable. (p. 80)

Es por ello que el ser humano tiene el derecho de elegir lo que quiere para su vida y cómo la va planificando con el pasar de los años. Debe ser consciente de que las decisiones que tome para planificar su vida son para el futuro, y este, a su vez, se va definiendo



dependiendo de cómo actúe, teniendo claro sus fortalezas y debilidades personales para saber elegir. Por ello es una constante que los seres humanos se hagan preguntas como “¿Quién soy?”, “¿Para dónde voy?”, “¿De dónde vengo?” o “¿Qué he sido?”. Estas preguntas serán las que los orientarán a querer conocerse a sí mismos y poder lograr una planificación de vida. Resulta particularmente importante que como ser humano se deje rastro y se haga un esfuerzo por vislumbrar un porvenir. Todo esto depende del trabajo con el que se asuma el presente y la conciencia para elegir en pro de vivir mejor (Gualtero, 2016, p. 80).

Ahora bien, frente a lo que respecta al proyecto de vida en el deporte, la exigencia y disciplina del jugador orienta el resultado de la obtención de metas. A mayor exigencia deportiva, mayor disciplina y responsabilidad, lo que hace que el deportista no se rinda y luche por alcanzar cada sueño. Álvarez y López (2018) mencionan que estas exigencias forman parte de un clima motivacional que el entrenador potencializa, inculcándoles una orientación hacia la tarea y el objetivo para apoyar la construcción y materialización de sus proyectos de vida. Además, se fomenta un adecuado proceso de planificación, toma de decisiones, exploración y resolución de problemas, lo que permitirá a los deportistas profesionales enfrentarse acertadamente a diversas situaciones que tendrán a lo largo de su desarrollo vital y su trayectoria deportiva.

Apoyo familiar

La Constitución Política de Colombia de 1991, en el artículo 42, considera a la familia como:

El núcleo fundamental de la sociedad. Se constituye por vínculos naturales o jurídicos, por la decisión libre de un hombre y una mujer de contraer matrimonio o por la voluntad responsable de conformar. El Estado y la



sociedad garantizan la protección integral de la familia. La ley podrá determinar el patrimonio familiar inalienable e inembargable. La honra, la dignidad y la intimidad de la familia son inviolables. Las relaciones familiares se basan en la igualdad de derechos y deberes de la pareja y en el respeto recíproco entre todos sus integrantes. Cualquier forma de violencia en la familia se considera destructiva de su armonía y unidad, y será sancionada conforme a la ley.

Es decir que la familia, tal y como menciona Minuchín (2001), es un conjunto organizado e interdependiente de personas en constante interacción, que se regula por unas reglas y funciones dinámicas que existen entre sí y con el exterior. La familia es la principal institución social, que orienta la construcción cultural y permite los primeros vínculos de las relaciones emocionales, siendo el primer grupo que aporta normas y reglas de comportamiento para cada uno de sus miembros. Asimismo, garantiza la protección, “la provisión y distribución de los bienes y servicios” (Hernández, 2009, p. 16).

A su vez, la familia está compuesta por los valores sociales, religiosos y políticos, pero también abarca las costumbres y tradiciones. Estas ayudan a construir fortalezas que favorecen la estabilidad familiar en el momento de sufrir algún impacto negativo por los cambios o en eventos imprevistos de la vida (Hernández, 2009, p. 28). Adicionalmente, al ser la familia el primer vínculo que se tiene, también se vuelve un modo seguro para experimentar emociones. Pero cuando la familia no cumple con el objetivo de lograr ese clima, fracasa en su función de satisfacer las necesidades emocionales.

Según Bustamante (2013), la familia no solo se constituye desde los aspectos biológicos, sino también desde las relaciones que conllevan los valores y las creencias. Es una configuración social de los vínculos, actitudes, conductas, tomas de decisión y



comportamientos para asumir situaciones, que van generando la identidad individual y grupal. Cuando se considera a la familia como sistema, se constituye varios procesos, de los cuales se destacan el concepto de “causalidad circular”, en el que un cambio de alguno de los miembros afecta directamente el grupo entero. Además, hay una serie de lealtades entre los miembros que los vincula directamente con el apego afectivo. También la familia como sistema está constituida por límites que componen su contorno, “ellos tienen la función de contener a sus integrantes, protegerlos de las presiones exteriores y controlar el flujo de información que entra y sale en sus relaciones con el entorno” (Hernández, 2009, p. 27).

De acuerdo con lo planteado por Vega (2003), la influencia familiar puede favorecer la elección vocacional como resultado del descubrir personal o, por el contrario, ser producto de sugerencias paternas que buscan centrar la elección vocacional de sus hijos en deseos insatisfechos o frustraciones personales. Del mismo modo, Cuervo (2010) afirma en su estudio que la familia se convierte en el ambiente socio-afectivo que modela las elecciones futuras respecto a lo académico y laboral, convirtiéndose así en uno de los factores influyentes a la hora de tomar una decisión. Así mismo, “la familia es considerada una de las piezas nucleares de las leyes e instituciones capaces de brindar apoyo en medio de los cambios, aunque ella misma se vea sometida a modificaciones” (Jiménez *et al.*, 2011, p. 318), siendo esta una fuente primaria de apoyo social, ya que sus miembros están en condiciones de ofrecer entre sí la ayuda que necesitan (cariño, cuidado, asistencia, etc.), generando así un apoyo fundamental para sus vidas.

Relaciones con pares

El ser humano siempre ha tenido la necesidad, desde temprana edad, de relacionarse con las personas de su entorno. Según Boivin (2016), las relaciones entre pares en la primera infancia son esenciales para



la adaptación psicosocial actual y futura. De acuerdo con el autor, dichas relaciones toman un papel importante para el desarrollo del ser humano, “ayudándolos a manejar nuevas habilidades sociales y a acceder a las normas sociales y procesos involucrados en las relaciones interpersonales” (p. 4).

Se debe tener en consideración que “los individuos, en su interacción con otros, desarrollan maneras de pensar, sentir y actuar que son esenciales en su participación en la sociedad” (Ballesteros, 2008, p. 83). Es decir, que un grupo de pares es un “círculo de compañeros en el mismo rango de edad con los que se comparte tiempo” (Pacheco, 2013, p. 96). Este, a su vez, “se convierte en una red fuerte y cohesionada donde los jóvenes pretenden suplir las carencias emocionales, afectivas e incluso educativas, derivadas de los demás pilares de socialización” (Ballesteros, 2008, p. 95).

De igual modo, se debe tener en cuenta la comparación social. Según Sánchez y Robles (2013), esta es necesaria para que los seres humanos puedan desarrollar un sentimiento válido y preciso de su propia identidad. Así mismo, de acuerdo con Martínez (2017), la influencia de los padres y la información que el individuo recibe de ellos es muy importante, quizás más que la del grupo; sin embargo, va cambiando el signo a medida que pasan los años.

Método

Esta investigación se trabajó bajo un alcance interpretativo que hace referencia a la revisión estricta del fenómeno, su manifestación y sus características, entendiendo también el origen y la causalidad de este, así como su relación con el entorno; es decir, que este alcance intenta determinar de una u otra forma las causas de los fenómenos (Hernández *et al.*, 2014). Por consiguiente, se usó un método cualitativo con diseño narrativo, que se enfatiza en la aplicación de técnicas que posibilitan la recolección de datos sobre la historia de vida o experiencias vividas, y a su vez permite



analizarlas y describirlas (Bautista, 2011). En diversas ocasiones el diseño narrativo puede ser un esquema de investigación o una forma de intervención, ya que al contar una historia se puede evidenciar cosas que no estaban claras o conscientes, y se usa muy frecuente cuando el objetivo es evaluar una sucesión de acontecimientos (Creswell, 2003). Respecto a su alcance, se puede precisar que es una investigación descriptiva que busca “especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis” (Hernández *et al.*, 2014, p. 80).

Para la investigación se utilizó como instrumento una entrevista semiestructurada, la cual

se fundamenta en una guía general de contenido y el entrevistador no sigue estrictamente una lista formal de preguntas; hará preguntas abiertas, lo que permitirá una discusión con el entrevistado (él o ella es quien maneja el ritmo, la estructura y el contenido). (Hernández *et al.*, 2014, pp. 408-409)

Este método permite que los participantes expresen de la mejor manera sus experiencias, sin ser influidos por la perspectiva del investigador o los resultados de otros estudios.

Como fuentes de información se contó con cinco exfutbolistas, los cuales debían contar con los siguientes requisitos:

- La finalización deportiva se hubiera dado joven.
- El fútbol hubiese sido su proyecto de vida.
- Su edad oscilara entre 20 y 25 años.
- No hubieran alcanzado a ser jugador de fútbol profesional.
- Residieran en Bogotá.



Ellos fueron elegidos a partir del trabajo práctico de los psicólogos Hermes Ninco y Nicol Parra, quienes tuvieron la oportunidad de conocer a estos exjugadores en distintos clubes y a quienes se les contó la finalidad de esta investigación.

Respecto al marco ético que enfocó la presente investigación y teniendo como referente primario el bienestar de los participantes, antes de la aplicación del instrumento se les notificó la finalidad y naturaleza de la investigación, además del tratamiento que tendría la información obtenida y las condiciones de confidencialidad en torno a la misma. Posteriormente se procedió aplicar el instrumento el cual se diseñó según se explica en la tabla 3.

Tabla 3. Procedimiento

Fases	Nombre	Descripción de procedimiento
Fase I	Creación del instrumento	Diseño de la entrevista con 15 preguntas guía.
Fase II	Validación de contenido del instrumento	La entrevista fue previamente sometida a la evaluación de dos jueces expertos, quienes revisaron la redacción, pertinencia y construcción apropiada de los reactivos en función de las categorías específicas. Ellos tenían un documento en que se les indicaba los criterios que debía tener este instrumento.
Fase III	Aplicación del cuestionario a los participantes	Aplicación de la entrevista a los participantes de la investigación que reunían los criterios de inclusión y que bajo su consentimiento informado participaron en el estudio. Este consentimiento fue revisado bajo la Ley 1090 de 2006.
Fase IV	Análisis de resultados	Análisis de los datos recolectados en la entrevista a la luz del modelo cualitativo.

Resultados

El presente trabajo de investigación recolectó la información por medio de entrevistas realizadas a los cinco exfutbolistas. El análisis se hizo de forma cualitativa (tabla 4).



A diario, los psicólogos enfrentan diferentes sucesos, entre ellos temas relacionados con la terminación deportiva y las consecuencias que esta trae a nivel psicológico. De acuerdo con Bustamante *et al.* (2014), la psicología en general se interesa por el diagnóstico y los pronósticos de las características de la personalidad. Sin embargo, en la práctica del deporte es importante comprender al deportista en todas sus dimensiones (personal, profesional, social, familiar, etc.).

Tabla 4. Distribución de preguntas según las categorías.

Categorías	Preguntas
Categoría I. Proyecto de vida	<ol style="list-style-type: none"> 1. ¿Qué cambios experimentó en su vida en el momento de la finalización de la carrera deportiva? 2. ¿Recuerda hace 10 años atrás qué esperaba de su futuro? 3. ¿De qué manera cree que afectó en su vida el no llegar a ser futbolista profesional? 4. ¿Qué creé que hubiera cambiado en usted al ser futbolista profesional? 5. ¿Cuál fue el motivo por el cual no pudo continuar con su carrera deportiva?
Categoría II. Apoyo familiar	<ol style="list-style-type: none"> 6. ¿Qué le dijeron sus familiares cuando les dijo que quería ser futbolista profesional? 7. ¿Siente algún tipo de apoyo de sus padres o de su familia en el momento de elegir lo que quiere para su futuro? 8. ¿Cuáles fueron las reacciones que tuvieron en su familia al enterarse que ya no podía ser futbolista profesional? 9. ¿Crees que hubo una afectación emocional con algún miembro de la familia por no poder continuar con la carrera deportiva? 10. ¿Qué le aconsejaron en su familia cuando tuvo que dejar a un lado la carrera deportiva?
Categoría III. Relación con pares	<ol style="list-style-type: none"> 11. ¿Hubo algún cambio de amigos cuando se enteró que no podía jugar al fútbol de manera profesional? 12. ¿Cambiaron sus amigos cuándo se enteraron que ya no podía ser futbolista? 13. ¿Por algún motivo alguien le hizo desertar de seguir encaminando su carrera deportiva? 14. ¿Cuál fue la reacción del club del que usted hacía parte en el momento de no continuar su carrera deportiva? 15. ¿Cree usted que pudo afectar a alguien más su retiro deportivo?

Categoría I. Proyecto de vida

Fue un cambio un poco drástico porque nunca esperé que mi vida diera ese giro. Fue un poco fuerte, pero ya lo he



asimilado y estoy en otra etapa, siempre relacionándome con el deporte.

Cuando decidí terminar mi carrera futbolística, lo primero que cambió en mí o en mi vida fue el enfoque. Ya no pensaba en ser jugador profesional o ya no veía las cosas para ser jugador profesional. Ahora cambié a otras cosas, al estudio deportivo, que es a lo que me dedico.

Cuando finalizó la carrera, los cambios que pude ver físicamente se notaban mucho. Dejé totalmente el ejercicio, me quedé quieto. Psicológicamente me marcó mucho, porque ese era un sueño que tenía. Al no cumplirlo me sentí un poco frustrado. Tenía un sentimiento de frustración y rabia en algún momento porque no logré lo que quería.

Lo primero que se siente es decepción de no poder lograr el objetivo, de acabar con la ilusión que uno siempre tuvo desde niño.

Cambié mis pensamientos sobre lo que quería ser y me centré más en el estudio.

Al reorientar el proyecto de vida, el medio ambiente les brindará herramientas a los deportistas que permitirán al individuo elegir y reorientarse en las diferentes esferas sociales. Adicionalmente, algunos buscarán orientar su nuevo proyecto de vida al mismo tema, pero con otra finalidad, entendiendo así que ya no puede ser jugador profesional, pero que se puede ser algo más a nivel deportivo.



Una forma en la que los jóvenes pueden aprender a proyectarse a futuro es pensando en sí mismos, conociendo sus talentos, capacidades y habilidades, e identificando sus limitaciones y deficiencias, lo cual los ayudará a que puedan orientar el proyecto de vida. Sin embargo, es necesario hacer un esfuerzo para sobrellevar cualquier evento que implica una finalización y del cual no se tenía pensado salir a temprana edad. Ese esfuerzo dependerá del desempeño con el que se asuma el presente y la conciencia para elegir en pro de vivir mejor. Esto posibilitará una adecuada orientación del proyecto de vida.

Fue un poco fuerte al tomar la decisión [...]. A pesar de eso, no me afectó mucho, siempre estuve tranquilo. Tuve el apoyo de mi familia en todo momento y, pues, decidí dedicarme a algo relacionado con el fútbol.

Es ese sentimiento de frustración... Era un sueño que tenía y el no lograr llegar a ser futbolista, hace que uno tome diferentes caminos. Mi mente estaba en una carrera profesional, pero no como la estoy tomando ahora, que es presencial. Pensaba que mientras jugara al fútbol yo podría hacer mi carrera de forma virtual.

Al principio, cuando uno se da cuenta de que ya no va a lograr serlo, es difícil. Es algo que uno siempre ha anhelado. Pero después entendí, que tampoco me podía quedar frustrado, que tenía que enfocarme en otro sueño.

Tiene un impacto muy importante porque no se puede lograr el ser futbolista... No se tiene confianza en uno



mismo por haber creído en planes que uno no puede lograr... Negativismo y falta de confianza en lo que uno pueda realizar. Fue un fastidio volver a practicar fútbol. No se hacía con la misma pasión, con el mismo amor. Afecta mucho en la vida emocional.

El aspecto que más me afectó fue el orgullo. Me hubiese sentido mucho más orgulloso de mí mismo si hubiese logrado el objetivo. Esa fue la parte que más afectó, me hubiese sentido mucho más orgulloso si en este momento hubiese sido profesional.

Ayala y Carvajal (2016) mencionan que el propósito del proyecto de vida es cumplir sueños, metas y deseos, y esa será “la dirección que la persona marca para su propia vida con base en sus valores, desde allí, planea las acciones consistentes con el propósito de cumplir sus deseos, sueños y metas” (p. 15). Sin embargo, es notable la frustración en los participantes, pero va a ser esta la que posibilite el poder enfrentar las situaciones adversas que se generan en su vida, relacionándose con las expectativas de vida y la crianza. Las personas van a necesitar enfocar la energía vital en su propio significado, y esto ayuda a que no desperdicie en temores, ansiedades, dudas y tensiones, y se dé una mejor comprensión de lo que se espera de sus propias vidas.

Pues, principalmente, porque no conseguí clubes cuando tenía la mayoría de edad. Esa era la forma de poder surgir.

Fue la sumatoria de varios eventos. Después de salir de terminar mi bachillerato había decidido jugar fútbol. Entonces llevaba dos años en eso y estaba perdiendo



tiempo para estudiar o hacer algo más. La inversión era siempre costosa y es muy difícil ser futbolista profesional en Bogotá... La palanca influye mucho.

Fue la edad.

La situación económica. Ahorita, para ser futbolista, tienes que tener muy buena situación económica. Ese fue el motivo por el cual no se pudo lograr el objetivo.

Me lesioné en Argentina. Me fracturé el peroné cuando estaba jugando con Ferro. Estaba jugando en la liguilla. Cuando me recupere, ya estaba en Colombia con las puertas cerradas. Lo volví a intentar y estuve en el América... Lo intenté de nuevo y pensé en un viaje de proyección a España... Pero me faltaban tres millones de pesos que no logré conseguir...

Yo estaba en Santa Fe y ahí nos dijeron que cuando cumpliéramos los 18 años ya no podíamos seguir en el club...

Se evidencia que la terminación temprana de la carrera deportiva surge por motivos económicos. Las cuestiones económicas muchas veces hacen que los deportistas no puedan obtener un cupo, ya que la movilización entre un país y otro, así como vivir en otra ciudad, requiere contar con cierto dinero, con el que algunos deportistas no cuentan y muchas veces sus padres no pueden proveerles. Es aquí donde resulta importante conocer la siguiente categoría.



Categoría 2. Apoyo familiar

Es algo de por vida. Siempre me apoyaron, siempre han querido lo mejor para mí.

Empecé mi sueño desde muy pequeño... Tuve total apoyo de mi madre, quien siempre me apoyó durante todo el proceso. Fue una de las que estuvo ahí. Económicamente fue la que siempre me apoyó para todo, implementación, pasajes, hidratación y demás. Siempre ella me apoyó a continuar con mi sueño.

Siempre hay alguien que te apoya, que te dice “dale, dale”. Y hay otras personas que dicen “no, no”. Las que más influyeron fueron mi madre y hermanas. Todas me apoyaron cuando vieron una proyección profesional. Realmente me han apoyado en toda la carrera.

Inicialmente no recibí el apoyo de mis padres, pues ellos sabían que para eso se necesitaba dinero... Sin embargo, me apoyaron en lo que más pudieron para que yo pudiera ser futbolista. Estuve en dos clubes, pero lastimosamente de los dos tuve que salir por el mismo motivo: la falta de dinero. Todo se acaba y todo tiene su límite, y lastimosamente no podían colaborar más para ser futbolista.

Que persiguiera mi sueño.



Para Gonzales (2008), los miembros de la familia deben ofrecer su apoyo emocional, mantener con el jugador una buena comunicación, participar en su cuidado y estar en contacto con los otros miembros de la familia para informarles y demandar ayuda, si fuera necesario. Sin embargo, es notable que al comienzo el apoyo familiar tiene ciertas variantes, pero a medida que pasa el tiempo se ve sometida a modificaciones. Aun así, sigue siendo una pieza nuclear de las leyes e instituciones, capaces de brindar apoyo en medio de los cambios.

Adicionalmente, según Cuervo (2010), la familia se convierte en el ambiente socioafectivo que modela las elecciones futuras respecto a lo académico y laboral, convirtiéndose en uno de los factores influyentes a la hora de tomar una decisión. Es la que suele apoyar de forma negativa o positiva aquellas decisiones que se toman en la vida, siendo el primer apoyo social para los sujetos y brindando cariño, cuidados y asistencia.

Eso era lo que yo quería. Entonces, al verme triste, obviamente también influyó en ellos. Ellos también se pusieron decaídos. Sin embargo, el apoyo fue incondicional, los consejos y la fuerza para poder salir de esa decepción y seguir adelante. Lo que más me decían era eso, que siguiera adelante y que cambiara de objetivo. En la vida uno tiene muchos objetivos que se van abriendo día a día, eso era lo que me recalaban ellos. Que cambiara de objetivo ya que no había podido seguir con el fútbol.

La palabra que describe la reacción de ellas fue asombro. Sí, se asombraron cuando les dije que, en serio, ya no iba más. Posterior a eso lo aceptaron, lo asimilaron y ya está.



En estos casos se evidencia que existe una reacción emocional no solo del deportista sino de toda su familia como consecuencias de este suceso. Así mismo, Hernández (2009), en su estudio, destaca el concepto de “causalidad circular”, que se refiere exclusivamente a que un cambio de alguno de los miembros afecta directamente el grupo entero.

Bustamante (2013) asegura que la familia no solo se constituye desde los aspectos biológicos, sino también desde las relaciones que conllevan los valores y las creencias; es una configuración social de los vínculos, actitudes, conductas, tomas de decisión y comportamientos para asumir situaciones, y que estas se den de la mejor forma posible.

Ahora bien, según González (2008), los miembros deben ofrecer su apoyo emocional, mantener una buena comunicación, participar en su cuidado y estar en contacto con los otros miembros de la familia para informarles y demandar ayuda, en caso de ser necesario. Adicionalmente, la familia compuesta por valores, costumbres y tradiciones ayudará a construir las fortalezas para una estabilidad en el momento de sufrir un impacto negativo.

Categoría 3. Relación con pares

Sí, un poco, pues dejé de compartir con los compañeros del equipo, y tuve que conseguir nuevas amistades.

La verdad es que con todos los muchachos que jugaba hubo un distanciamiento. Algunos siguieron, otros también pararon. Todavía hay algunos con los que hablo de los que teníamos este sueño. Algunos llegaron más lejos que yo, otros no tanto. Pero uno sí cambia mucho de amigos. Hubo un distanciamiento brusco con algunos.



El círculo social cambia, obviamente, sin dejar a un lado a los amigos que deja el fútbol. Pero ahora hay un vínculo social con los que más me rodeo que no son deportistas, son gente “normal”, por decirlo así.

Tuve un cambio de compañeros, pues al dejar el último club en el que estuve, me alejé totalmente de ellos. No volví a tener contactos con ellos. Los amigos de la niñez siempre han estado, pero los amigos que crecen en el fútbol los perdí completamente.

No, siguieron normal, igual, compartiendo. Creo que eso no determina a una amistad o a una persona.

Según Pacheco (2013), los sujetos empiezan a compartir con sus pares y a disfrutar ese tiempo, ya que se encuentran en el mismo rango de edad. Están afrontando los mismos cambios físicos, tienen los mismos temas de interés y van a fiestas u otras actividades. Pero en este caso, como ya no existe nada en común, se van alejando de estos pares.

Boivin (2016) dice que las relaciones de la primera infancia son las más importantes para la adaptación psicosocial actual y futura, posibilitando también manejar nuevas habilidades sociales y acceder a las normas sociales y procesos involucrados en las relaciones interpersonales.

Algunos ya no lo ven a uno con los mismos ojos, lo ven de una manera distinta. En cambio, otros, que son la mayoría, siguen siendo los mismos.



Hubo un momento en el que un compañero como que me intentó influir en cierta manera para que yo también desertara, pero no lo hice. Eso fue como hace tres años. Siempre hay alguien en la vida que te hace dudar, por decirlo así, del enfoque que uno tenga.

Los pares son grupos de iguales, pero esto no significa necesariamente que todos y cada uno tengan las mismas condiciones e influencia, y que no exista una jerarquía entre los mismos. Es así como muchas decisiones que se tomen pueden estar influidas por los mismos.

Decidí no volver al club en el cual jugaba en ese momento antes de un viaje que estaba programado fuera del país. Se lo hice saber a mi entrenador y él al resto de mis compañeros. Recibí algunas llamadas después, por parte de mi entrenador y algunos compañeros, para que desistiera de mi decisión, pero no, ya estaba tomada.

La verdad no sé cuál habrá sido la reacción, ya que al momento en que tomé esa decisión me alejé del todo, me fui sin decir nada.

En este caso, al tratarse de un red fuerte y cohesionada, como dice Ballesteros (2008), los compañeros no querían asimilar la pérdida de uno de sus pares. En el primer relato vemos que lo llamaron para que cambiara de decisión y buscaron aconsejarle no dejar el club donde jugaba.



Conclusiones

Partiendo del objetivo principal del trabajo, que consistía en describir las narrativas sobre proyecto de vida, apoyo familiar y relaciones con pares en un grupo de jóvenes exfutbolistas, se pudo analizar que todos los participantes en la investigación, al no tener una oportunidad para jugar al fútbol de manera profesional, tuvieron que darle una reorientación a su proyecto de vida.

Al planificar su futuro de vida, todos los participantes tenían las expectativas de ser futbolistas profesionales, dando así su mayor esfuerzo e involucrando todas sus capacidades, tiempo y dedicación para cumplir lo que ellos llaman “su sueño”; por lo cual, la idea de no poder cumplir ese sueño ni siquiera se consideraba.

Así mismo, existe un motivo de capital importancia, determinado por los factores socioeconómicos, ya que la inversión para realizar los diferentes traslados y asistir a las competiciones deportivas resulta onerosa.

El impacto negativo de la toma la decisión, orientada a dar finalización a la carrera futbolística, se fue atenuando gracias al apoyo de sus familiares. Esto sirvió para que los exfutbolistas pudieran afrontar emocionalmente el suceso vivido y así reorientar su proyecto de vida.

La investigación permite señalar que una buena herramienta para afrontar el retiro “prematureo” de la naciente actividad profesional es contar con el apoyo fundamental del grupo de apoyo primario, para que puedan volver a elegir lo que quieren para su futuro.

Aunque la mayoría de los exfutbolistas experimentaron el dolor y la frustración que genera no poder cumplir los sueños, después de dar todo su esfuerzo y sacrificio para cumplirlos, pudieron reorientar su proyecto de vida.

Dependiendo de su situación futbolística en este ámbito, los deportistas van adquiriendo o perdiendo amigos, pues las relaciones



con sus pares dependen de en qué club juega o de otras variables. Tal y como narran los sujetos de la investigación, perdieron muchos amigos cuando no siguieron con su carrera futbolística, con argumentos como: “no volverse a ver”, “no tener cosas en común para hablar” y “no tener el mismo objetivo”.

Referencias bibliográficas

Álvarez, P. P., & López, A. D. (2018). Modelo explicativo sobre trayectorias vitales y desarrollo vocacional en deportistas de alto nivel. *Retos*, (34), 51-56. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6736312>

Ayala, J., & Carvajal, C. (2016). La relación proyecto de vida, felicidad y rol del docente en estudiantes de la media vocacional. *Revista de Investigaciones*, 16(28), 102-115. <https://doi.org/10.22383/ri.v16i2.80>

Ballesteros, J. (2008). Riesgo, juventud y experiencias de socialización. *Revista de estudios de juventud*, (82), 83-101.

Barceló, R., & Martín, O. (2020). Lesiones más frecuentes en futbolistas en la etapa de iniciación. *Mundo Fesc*, 10(1), 76-80. <https://www.fesc.edu.co/Revistas/OJS/index.php/mundofesc/article/view/399>

Bautista, N. P. (2011). *Proceso de la investigación cualitativa. Epistemología, metodología y aplicaciones*. Manual Moderno.

Belloch L, Pérez, S., & y Lledó, E. (2009). La epidemiología del fútbol: Una revisión sistemática. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 10(37), 22-40. <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista37/artfutbol130.htm>

Benés, P. (2018). *El proceso de retirada deportiva en los deportistas de élite de taekwondo*. Tesis de maestría, Universidad de



Barcelona, Barcelona, España. https://diposit.ub.edu/dspace/bitstream/2445/125488/1/TFM-DEE_BenesIbanez.pdf

Boivin, M. (2016). Relaciones entre pares. En *Enciclopedia sobre el desarrollo de la primera infancia*. Universidad Laval. <https://www.encyclopedia-infantes.com/sites/default/files/dossiers-complets/es/relaciones-entre-pares.pdf>

Bustamante, T. (2013). Usos y acepciones del concepto “familia”: Entre el texto y la realidad. *Revista Humanismo y Sociedad*, 1(1), 37-48. <https://doi.org/10.22209/rhs.v1n1a03>

Bustamante, C., Sánchez, J., & Cabrera, C. (2014). *Psicología y pedagogía aplicada a la educación física y deporte*. Editorial Kinesis.

Conde, E. (2014). La finalización de la carrera deportiva en los deportistas de élite, Universidad Católica San Antonio de Murcia. *Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 1(13), 21-31. <https://revistas.cecar.edu.co/index.php/Busqueda/article/view/153>

Congreso de la República de Colombia. (1991). *Constitución Política de Colombia*. Congreso de la República de Colombia

Creswell, J. (2003). *El diseño de la investigación cualitativa*. Editorial del Cardo.

Cuervo, A. (2010). Pautas de crianza y desarrollo socioafectivo en la infancia. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 6(1), 111-121. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2010.0001.08>

Cury, M., Ferreira, M. R., & Leite de Barros, T. (2008). Causas e consequências físicas e emocionais do término de carreira esportiva. *Revista Brasileira de Medicina do Esporte*, 14(6), 504-508. <https://doi.org/10.1590/S1517-86922008000600006>

División Mayor del Fútbol Colombiano [Dimayor]. (2018). Reglamento que regirá campeonatos Liga Águila I y Liga Águila



II/ 2017. La asamblea extraordinaria de clubes afiliados a la Dimayor. <https://dimayor.com.co/wp-content/uploads/2019/04/REGLIGA19-OK.pdf>

Fédération Internationale de Football Association [FIFA]. (2007). *Gran censo 2006*. FIFA.

Fragoso, V. (2007). *Los contenidos de la orientación educativa están vinculados con el proyecto de vida de los adolescentes*. Tesis de pregrado, Universidad Pedagógica Nacional. <http://200.23.113.51/pdf/24535.pdf>

González, P. (2008). Perfil del cuidador: Sobrecarga y apoyo familiar e institucional del cuidador primario en el primer nivel de atención. *Revista de Especialidades Médico Quirúrgica*, 13(4), 159-66. <https://biblat.unam.mx/hevila/Revistadeespecialidadedesmedicoquirurgicas/2008/vol13/no4/2.pdf>

González, M., & Bedoya, J. (2008). Después del deporte, ¿qué? Análisis psicológico de la retirada deportiva. *Revista Psicología del Deporte*, 17(1), 61-17. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235119246004.pdf>

Gualtero, M. (2016). *Importancia del proyecto de vida, como eje motivacional para el ingreso a estudios superiores, en los estudiantes de los grados 10.º y 11.º, de la Institución Educativa Técnica La Chamba, del Guamo-Tolima*. Tesis de maestría. Facultad de Ciencias de la Educación, Universidad del Tolima. <http://repository.ut.edu.co/bitstream/001/1668/1/IMPORTANCIA%20DEL%20PROYECTO%20DE%20VIDA.pdf>

Heredia, M. (2005). La psicología deportiva y el fútbol. *Revista Digital Universitaria*, 6(6), 159-166. <https://docplayer.es/7549188-La-psicologia-deportiva-y-el-futbol.html>

Hernández, A. (2009). *Familia, ciclo vital y psicoterapia sistémica breve*. Editorial El Búho.



Hernández, S., Fernández, C., & Baptista, M. (2014). *Metodología de la investigación* (6.ª ed.). McGraw-Hill.

Jiménez, A., Mendiburo, N. & Olmedo, P. (2011). Satisfacción familiar, apoyo familiar y conflicto trabajo-familia en una muestra de trabajadores chilenos. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 29, 317-329. <https://revistas.urosario.edu.co/index.php/apl/article/view/1165/1731>

Lorenzo, M., & Bohórquez, M. R. (2013). Análisis de la percepción de los futbolistas acerca del proceso de retirada deportiva. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(1), 100-119. <https://www.redalyc.org/pdf/3111/311127595007.pdf>

Martínez, M. (2017). *Modelo explicativo de las variables de influencia en el comportamiento del consumidor adolescente*. Tesis doctoral, Universidad Complutense de Madrid, España. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/41631/1/T38538.pdf>

Minuchin, S. (2001). *Familias y terapia familiar*. Gedisa.

Pacheco, K. (2013). Influencia del grupo de pares en los adolescentes de la fundación de apoyo social en consumo de sustancias psicoactivas e infracciones. *Revista Ingenio*, 6(1), 94-102. <https://revistas.ufps.edu.co/index.php/ingenio/article/view/2025>

Pérez, S., Sánchez, A., Rodríguez, A., Castaño, R., Fuentes, J., De Mena, J., & Macías, R. (2018). Efecto agudo del chaleco lastrado sobre la condición física del portero de fútbol. *Sportis. Scientific Journal of School Sport, Physical Education and Psychomotricity*, 4(2), 269-287. <https://doi.org/10.17979/sportis.2018.4.2.2077>

Rodríguez, E., & Pellicer, G. (1989). *Planeación de vida y trabajo* (2.ª ed.). Editorial Manual Moderno.



Sánchez, A., & León, H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 9(18), 189-205. <https://www.redalyc.org/pdf/4138/413835216011.pdf>

Sánchez, D., & Robles, M. (2013). Inclusión como clave de una educación para todos: Revisión teórica. *REOP. Revista Española de Orientación y Psicopedagogía*, 24(2), 24-36. <https://www.redalyc.org/pdf/3382/338230794003.pdf>

Sánchez, J., Yague, J., & Molinero, G. (2013). Estudio del nivel de diversión generado por la aplicación de un programa de entrenamiento técnico y otro táctico en futbolistas jóvenes. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 13(1), 95-102. <https://scielo.isciii.es/pdf/cpd/v13n1/art09.pdf>

Smoll, F. (2001). Relaciones padre-entrenador: Mejorar la calidad de la experiencia deportiva. En J. Williams (Ed.), *Psicología aplicada al deporte* (pp. 92-110). Biblioteca Nueva. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/libro?codigo=254>

Taylor, J., & Lavallee, D. (2010). Career transitions among elite athletes: Is there life after sports? En J. M. Williams (Ed.), *Applied sport psychology: Personal growth to peak performance* (6.ª ed.) (pp. 542-562). McGraw-Hill.

Unión de Asociaciones Europeas de Fútbol [UEFA]. (2017). Reglamento. http://esuefa.com/MultimediaFiles/Download/Regulations/uefaorg/Regulationm/02/46/71/38/2467138_DOWNLOAD.pdf

Vega, J. L. (2003). *Influencia de los padres en la elección de carrera desde la perspectiva del estudiante universitario*. Tesis de maestría, Universidad Autónoma de Nuevo León, Monterrey, México. https://nanopdf.com/download/la-influencia-de-los-padres-en-la-eleccion-profesional_pdf