

Introducción



Diana Alejandra Herrera Velásquez



El libro *Psicología de la actividad física y el deporte: Formación y aplicación en Colombia* es el primer proyecto del Nodo de Psicología de la Actividad Física y el Deporte en la Asociación Colombiana de Facultades de Psicología (Ascofapsi). Este proyecto inició en 2021 de manera formal con una convocatoria abierta a colegas y estudiantes interesados y apasionados por la psicología del deporte, el ejercicio y la actividad física. En Colombia tenemos más de 50 años de recorrido en este campo de la psicología, con colegas que son reconocidos por su trabajo investigativo y con publicaciones a nivel nacional e internacional. En el campo aplicado han trabajado en diferentes deportes y han acompañando a los deportistas en grandes eventos como Juegos Olímpicos, Paralímpicos y mundiales. Este libro surge con la intención de dar a conocer el campo de psicología del deporte a nuestros colegas psicólogos y llegar al público general mostrando el trabajo que se realiza a nivel nacional. Asimismo, es el primer libro colombiano sobre el tema.

Nos complace compartir con nuestros lectores este libro, que nos da una visión amplia de este campo de la psicología, donde es posible ver que la psicología de la actividad física, el ejercicio y el deporte va más allá del deporte de alto rendimiento.

En los primeros capítulos vemos el rol que tiene la actividad física y el ejercicio en diferentes momentos del ciclo vital, se habla sobre el consumo de sustancias, de las motivaciones para mantener



la práctica deportiva y de la disponibilidad de material para realizar actividad física o ejercicio.

Inicia con un recorrido valioso y necesario de la psicología del deporte durante los últimos años. El primer capítulo reúne a varios autores del libro y miembros del Nodo de Psicología de la Actividad Física y del Deporte, quienes presentan una reflexión crítica del estado actual de la psicología del deporte en Colombia y una mirada a los retos a los que constantemente nos encontramos en la investigación y formación. Es un abrebotas sobre este campo aplicado de la psicología en el país que permite conocer la perspectiva de profesionales del campo de diferentes regiones del país.

En el segundo capítulo, Ángela Urrea Cuéllar, Jefferson García Buitrago y Sergio Barbosa Granados continúan este recorrido y nos llevan a conocer los avances que ha tenido el campo entre 2008 y 2020. Los colegas, reconociendo el artículo publicado por Serrato (2008), buscan actualizarnos sobre lo que ha sucedido a nivel nacional en términos académicos, prácticos e investigativos. Es necesario reconocer que la producción de conocimiento en Colombia en el campo de la psicología del deporte y el ejercicio ha aumentado en los últimos años. Parte de los motivos ha sido el interés de los estudiantes de pregrado y posgrados en el campo que realizan sus trabajos de grado, los que, posteriormente, han logrado la divulgación del conocimiento en congresos y publicaciones.

El tercer capítulo nos muestra cómo la psicología de la actividad física impacta la vida de las personas, en este caso la población escolar. Johana Herrera Jiménez y Haney Aguirre Loaiza nos llevan a considerar que las conductas disruptivas se encuentran asociadas con el consumo de sustancias psicoactivas en colegios y que a su vez esto no reflejó una relación con la aptitud física de los estudiantes que participaron en estudio. Este capítulo nos permite ver que la psicología de la actividad física y el ejercicio tiene aplicación en colegios, y que, sobre todo, juega un papel importante en la creación de hábitos saludables en estudiantes. Adicionalmente,



la investigación reciente nos muestra que los adolescentes que son activos físicamente tienen menor probabilidad de consumir sustancias y de tener problemas de salud mental, ya que disfrutan de hábitos más saludables (Biddle *et al.*, 2021).

El cuarto capítulo da un paso a una etapa más avanzada de escolaridad, pues se centra en los estudiantes universitarios y la participación en deporte representativo. Sofía Garcés, Daniel Numpaque, Juan Esteban Peña Mendoza, David L. Villarraga Blandón y Lina Rodríguez Granada nos comparten un estudio que exploró las motivaciones de los deportistas universitarios frente a su participación en las diferentes actividades deportivas. Desde una aproximación a la motivación desde la teoría de autodeterminación (Deci & Ryan, 1985) y una metodología cualitativa, los autores encontraron que los hombres reportan motivación extrínseca superior a las mujeres, y que, en general, los estudiantes mantienen una alta motivación y participación a la práctica deportiva. Este capítulo nos trae una interesante reflexión sobre el deporte universitario y las disposiciones de las instituciones de educación superior en nuestro país para la continuación de la práctica deportiva institucionalizada a este nivel.

El quinto capítulo, escrito por Rosa Mariana Rojas Parra, Ana María Salazar Montes y Lina María Rodríguez Granada, nos acerca al ejercicio en los adultos mayores. Esta revisión sistemática sobre el análisis de contenido audiovisual en el ejercicio físico de personas adultas mayores nos brinda información sobre los materiales que hay disponibles para la promoción del ejercicio. Las autoras hacen una revisión de material audiovisual con diferentes temáticas que tiene un objetivo común de la promoción de la actividad física.

Los siguientes tres capítulos nos acercan al deporte institucionalizado y de alto rendimiento. Para ello, nos invitan a definir y reflexionar sobre el rol del psicólogo del deporte en estos escenarios, evaluar la experiencia profesional en el campo aplicado y conocer las experiencias de exjugadores.



El sexto escrito por Zonaika Posada López, Laura Estefanía Morales Arango y Dayana Álvarez González es una invitación a conocer sobre el rol del psicólogo en los institutos deportivos en Antioquia. Las autoras nos permiten estar al tanto de cómo se encuentra organizado el deporte en esta región del país y cuál es el nivel deportivo que nos podemos encontrar. La práctica deportiva se da a nivel formativo y de alto rendimiento en instituciones tanto públicas y privadas, lo que representa retos para los psicólogos del deporte que buscan trabajar desde una visión multidisciplinar en el campo de las ciencias del deporte. Este capítulo nos permite conocer los retos y posibilidades que tiene el psicólogo del deporte en el día a día.

El séptimo capítulo nos permite conocer las experiencias profesionales en *goalball*, un deporte adaptado. Este capítulo, escrito por Jairo Andrés Balcázar Acosta y la coeditora Laura Arenas Tabares, nos permite vislumbrar la experiencia de un profesional en formación. El *goalball* es un deporte paralímpico para discapacidad visual, y los autores nos comparten una intervención integral aplicada tres veces en un periodo de 16 semanas con el cuerpo técnico, deportistas y familiares en su horario de entrenamiento. Este capítulo también nos permite conocer la experiencia de trabajar en psicología del deporte y los diferentes protocolos y materiales que se pueden utilizar en el ejercicio profesional.

El octavo capítulo, escrito por Hermes Ninco Toro y Nicol Parra Rodríguez, nos aproxima a la experiencia del deporte desde un punto de vista diferente, la experiencia de cinco jóvenes exfutbolistas de la capital del país. Con un diseño cualitativo enfocado en la narrativa, los autores nos llevan a comprender las diferentes causas del retiro deportivo anticipado y, sobre todo, el impacto que esto tiene en el ajuste del proyecto de vida y la relevancia del apoyo familiar y de pares para lograr una nueva estructuración del plan de vida.

Los últimos capítulos se enfocan en el trabajo en lesión deportiva. Las lesiones son una posibilidad en la práctica y tienen un



impacto a nivel físico y emocional en los deportistas, motivo por el cual los psicólogos del deporte tenemos que adquirir herramientas y protocolos para trabajar en estas situaciones.

El noveno capítulo nos presenta un programa de rehabilitación psicológica de lesión deportiva, desde una aproximación de tercera generación, y fue escrito por el equipo de investigación conformado por Lina María Rodríguez Granada, María Clara Rodríguez Salazar, Laura Arenas Tabares, Laura P. Santamaría Martínez y Lina Urrego Moncada. Este programa es el primero diseñado en Colombia para acompañar el proceso de recuperación de una lesión deportiva y consta de diez módulos. En el texto, los autores nos comparten información sobre el programa e impacto que tiene en deportistas lesionados.

En el décimo capítulo, Laura Riaño Aranguren, María Clara Rodríguez Salazar y Angélica Garzón Umerenkova nos presentan un instrumento de evaluación diseñado para medir el impacto del programa de rehabilitación psicológica de lesión deportiva. Los autores nos dan información sobre el diseño de este instrumento, así como la evidencia de validez de este para ser utilizado en el ejercicio profesional de los psicólogos deportivos en Colombia.

El último capítulo nos presenta la aplicación del programa de rehabilitación deportiva en un futbolista profesional que tuvo una ruptura parcial del tendón de Aquiles. Este capítulo nos permite conocer más sobre la aplicación del programa que se presenta en esta última sección del libro. Lina María Rodríguez Granada, Andrés Eduardo Rodríguez Sendoya y Astrid Carolina Gutiérrez nos permiten conocer un poco más de la experiencia del deportista, sus reflexiones y el impacto que tuvo la aplicación del programa PsyReplay como parte de su proceso de recuperación.

Esperamos que este libro sea de gran interés para nuestros lectores, les permita conocer más sobre el panorama de la psicología del deporte en Colombia y, sobre todo, sea una invitación a nuestros colegas para continuar con el desarrollo de este campo



de la psicología en el país, generando conocimiento a través de la investigación y buscando la divulgación de la misma.

Referencias bibliográficas

Biddle, S. J. H., Mutrie, N., Gorely, T., & Faulkner, G. (2021). *Psychology of Physical Activity: Determinants, Well-being and Interventions* (4.ª ed.). Taylor and Francis Inc. <https://doi.org/10.4324/9781003127420>

Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). The General Causality Orientations Scale: Self-Determination in Personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109-134. [https://doi.org/10.1016/0092-6566\(85\)90023-6](https://doi.org/10.1016/0092-6566(85)90023-6)

Serrato, L. H. (2008). Historia de la psicología del deporte en Colombia. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 3(2), 277-300. https://accedacris.ulpgc.es/bitstream/10553/7777/1/0537108_2008_0008.pdf