



ASCOFAPSI

ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE FACULTADES DE PSICOLOGÍA

Psicología de la actividad física y el deporte

.....
Formación y aplicación
en Colombia

Diana Alejandra Herrera
Laura Arenas Tabares
Haney Aguirre Loaiza
Sergio Barbosa Granados
Jaime Alberto Arenas
Comité Editorial

Diana Alejandra Herrera
Laura Arenas Tabares
Editoras académicas



Nodo Psicología
Actividad Física y Deporte

Psicología de la actividad física y el deporte

**Formación y aplicación
en Colombia**

Asociación Colombiana de Facultades de Psicología, Ascofapsi

Junta Directiva Ascofapsi
Presidencia – Universidad del Valle
Nelson Molina V.

Vicepresidencia – Pontificia Universidad Javeriana
Johanna Burbano V.

Secretaría Relaciones Interinstitucionales– Universidad Cooperativa de Colombia
Nayib Carrasco T.

Secretaría Calidad – Universidad de San Buenaventura
Óscar Utría R.

Secretaría Gestión del Conocimiento – Fundación Universitaria María Cano
Andrés Londoño V.

Presidencia Saliente – Universidad Pontificia Bolivariana
Rodrigo Mazo Zea

Editoras académicas
Diana Alejandra Herrera
Laura Arenas Tabares

Psicología de la actividad física y el deporte
Formación y aplicación en Colombia

ISBN: 978-628-95324-2-5

Primera edición: octubre de 2023, Bogotá, Colombia

Coordinación editorial
Ascofapsi. Astrid Triana Cifuentes

Corrección de textos
Patricia Miranda

Diseño gráfico
Precolombi EU, David Reyes

Prohibida la reproducción total o parcial, por cualquier medio
o método sin autorización escrita de Ascofapsi.

Psicología de la actividad física y el deporte

Formación y aplicación
en Colombia

Diana Alejandra Herrera
Laura Arenas Tabares

Editoras académicas

Diana Alejandra Herrera
Laura Arenas Tabares
Haney Aguirre Loaiza
Sergio Barbosa Granados
Jaime Alberto Arenas

Comité Editorial



Contenido



Prólogo	16
<i>Camilo Sáenz Moncaleano</i>	
Introducción	20
<i>Diana Alejandra Herrera Velásquez</i>	
Capítulo 1	
Presente y futuro de la psicología de la actividad física y el deporte en Colombia. Una perspectiva desde la investigación y formación	28
<i>Haney Aguirre Loaiza</i>	
<i>Diana Herrera</i>	
<i>Sergio Barbosa Granados</i>	
<i>Jaime Arenas Granada</i>	
<i>Ángela Urrea Cuéllar</i>	
<i>Zonaika Posada</i>	
<i>Lina Rodríguez</i>	
<i>Laura Arenas Tabares</i>	
Resumen	30
Introducción	31
Breve historia del Nodo de Investigación de Psicología de Actividad Física y Deporte	33
Amenazas, oportunidades y retos de la psicología de la actividad física y el deporte en Colombia	37
Formación	37
Investigación	40
Conclusión	46
Referencias bibliográficas	46



Capítulo 2

La psicología de la actividad física y del deporte.

Avances en Colombia entre 2008 y 2020 52

Ángela Urrea Cuéllar

Jefferson García Buitrago

Sergio Barbosa Granados

Resumen	53
Introducción	54
Desarrollo académico	54
Desarrollo práctico	58
Desarrollo investigativo	62
Futuro de la psicología del deporte	67
Psicología del deporte aplicada	67
Investigación	68
Formación	69
Ética	70
Referencias bibliográficas	71

Capítulo 3

Conductas disruptivas, situaciones asociadas

al consumo de sustancias psicoactivas

y aptitud física en población escolar 78

Johana Herrera Jiménez

Haney Aguirre Loaiza

Resumen	79
Introducción	80
Método	84
Diseño y participantes	84
Técnicas e instrumentos	84
Procedimiento	87
Consideraciones éticas	87
Análisis y tratamiento de los datos	88
Resultados	88
Caracterización de los participantes, conductas disruptivas, consumo de SPA y aptitud física	88



Relación entre las conductas disruptivas, SPA y aptitud física	90
Actitudes disruptivas, situaciones asociadas al consumo de sustancias psicoactivas y aptitud física según el grado (básica secundaria y media técnica)	91
Discusión	95
Referencias bibliográficas	98

Capítulo 4

Percepción y expectativas de estudiantes universitarios sobre la participación en el deporte representativo

104

*Sofía Garcés**Daniel Numpaqué**Juan Esteban Peña Mendoza**David L. Villarraga Blandón**Lina María Rodríguez Granada*

Resumen	105
Introducción	106
Método	112
Tipo de estudio	112
Población	113
Instrumentos	113
Procedimiento	114
Análisis de datos	114
Consideraciones éticas	115
Resultados	116
Análisis descriptivo	116
Análisis inferencial	117
Resultados cualitativos	118
Triangulación de los resultados cuantitativos y cualitativos	124
Conclusiones	127
Aplicaciones prácticas	131
Agradecimientos	133
Referencias bibliográficas	133



Capítulo 5

Análisis de contenido audiovisual en el ejercicio físico de las personas adultas mayores.

Revisión sistemática 142

Rosa Mariana Rojas Parra

Ana María Salazar Montes

Lina María Rodríguez Granada

Resumen 143

Introducción 144

Autocuidado en personas mayores 144

Beneficios del ejercicio físico en la salud de las personas mayores 145

¿Por qué las personas mayores no practican ejercicio físico regularmente? 147

Barreras asociadas a los cambios biológicos en la práctica de ejercicio físico 148

Barreras psicológicas asociadas a la práctica del ejercicio físico 149

Práctica del ejercicio físico a través de canales digitales 149

Materiales y métodos 152

Resultados y discusión 159

Conclusiones 162

Limitaciones 163

Referencias bibliográficas 163

Capítulo 6

Rol del psicólogo deportivo. Una mirada desde los institutos del deporte antioqueños 170

Zonaika Posada López

Laura Estefanía Morales Arango

Dayana Álvarez González

Resumen 171

Introducción 172

Marco teórico: psicología del deporte 177



Rol de la psicología del deporte en organizaciones deportivas	178
Experiencias prácticas	182
El camino hacia el alto rendimiento:	
Indeportes Antioquia	182
Rompiendo paradigmas: una experiencia en el Instituto de Deportes del Municipio de La Estrella	186
Rol posible del practicante de psicología	197
Conclusiones	200
Referencias bibliográficas	201

Capítulo 7

Experiencia de prácticas profesionales en <i>goalball</i>. Entrenamiento de habilidades psicológicas (Epicc)	206
---	------------

Jairo Andrés Balcázar Acosta

Laura Arenas Tabares

Resumen	207
Marco teórico	208
Psicología del deporte y habilidades psicológicas	213
Proyecto Epicc	215
Resultados	226
Conclusiones	228
Agradecimientos	230
Referencias bibliográficas	231

Capítulo 8

Narrativas sobre proyecto de vida, apoyo familiar y relaciones con pares en un grupo de jóvenes exfutbolistas	238
--	------------

Hermes Ninco Toro

Nicol Parra Rodríguez

Resumen	239
Introducción	240
Proyecto de vida	246



Apoyo familiar	248
Relaciones con pares	250
Método	251
Resultados	253
Categoría I. Proyecto de vida	254
Categoría 2. Apoyo familiar	259
Categoría 3. Relación con pares	261
Conclusiones	264
Referencias bibliográficas	265

Capítulo 9

Programa de rehabilitación psicológica de lesión deportiva: una intervención de tercera generación	270
---	------------

Lina María Rodríguez Granada

María Clara Rodríguez Salazar

Laura Arenas Tabares

Laura P. Santamaría Martínez

Lina María Urrego Moncada

Resumen	272
Introducción	273
Método	284
Tipo de investigación	284
Procedimiento	284
Consideraciones éticas	288
Resultados	288
Entrevista semiestructurada rehabilitación psicológica poslesión deportiva	294
Escala de afrontamiento	294
Escala de autoeficacia general	296
Ejercicio para la evaluación del miedo a la relesión: “Una parada por la vida”	297
Discusión	299
Agradecimientos	302
Referencias bibliográficas	303



Capítulo 10

Diseño y validación contenido del cuestionario de rehabilitación psicológica de lesión deportiva (PsyReSport)

318

Laura Riaño Aranguren

María Clara Rodríguez Salazar

Angélica Garzón Umerenkova

Resumen	319
Introducción	320
Método	330
Estudio 1: Validación de contenido de la versión preliminar del cuestionario PsyReSport	331
Participantes	331
Instrumentos	331
Procedimiento	332
Análisis de datos	333
Resultados	334
Estudio 2: Evidencia basada en el contenido mediante juicio de expertos	335
Participantes	336
Instrumentos	336
Procedimiento	337
Análisis de datos	337
Resultados	338
Conclusiones	342
Referencias bibliográficas	345

Capítulo 11

Rehabilitación psicológica de lesión deportiva: un estudio de caso basado en la aplicación del programa PsyRePlay

352

Lina María Rodríguez Granada

Andrés Eduardo Rodríguez Sendoya

Astrid Carolina Gutiérrez

Resumen	353
Introducción	354



Identificación del deportista	356
Análisis del motivo de consulta	356
Selección y aplicación de las técnicas de evaluación y resultados obtenidos en esta fase	356
Historia del problema	357
Análisis del problema	359
Selección del tratamiento más adecuado	360
Método	361
Tipo de estudio y diseño	361
Instrumentos	361
Procedimiento	363
Consideraciones éticas	374
Análisis de datos	375
Resultados	375
Evaluación de la eficacia del tratamiento	375
Conclusiones	379
Referencias bibliográficas	381
Editoras	388