



CENTRO DE INVESTIGACIÓN Y DE ESTUDIOS AVANZADOS  
DEL INSTITUTO POLITÉCNICO NACIONAL  
UNIDAD MÉRIDA

Departamento de Ecología Humana

**Apoyo a la autonomía de tutores y entrenadores: procesos psicológicos motivacionales e imagen corporal de atletas adolescentes**

Tesis que presenta

**Ana María del Mar Concha Viera**

Para obtener el grado de

**Doctora en Ciencias**

**en la especialidad de Ecología Humana**

Director

**Dr. Sudip Datta Banik**

Mérida, Yucatán

Septiembre de 2023

## Agradecimientos

Al doctor Sudip Datta Banik, porque me dio la oportunidad de cumplir una meta de vida y sé que ambos, en nuestras circunstancias, pusimos lo mejor de nuestros recursos. Conocerle me ha hecho crecer como mujer, estudiante y profesional.

A mi comité de tesis, al doctor Lane Fargher por cuestionar cada paso y cada una de sus sugerencias de gran valor; a la doctora María Teresa Castillo Burguete, su amabilidad, confianza en mi trabajo y persona, conocimientos y acompañamiento hicieron de mis estudios doctorales algo muy significativo; al doctor Anaximandro Gómez Velasco, su ejemplo de gentileza, sencillez y empatía me acompañarán en el futuro y a la doctora Jeanette López Walle, mi admiración y agradecimiento será eterno, ejemplifica lo que investiga. Gracias a los cuatro por caminar conmigo.

A Rosa María Méndez porque creó las condiciones necesarias para que me sintiera apoyada, valorada y competente estos años. Por la paciencia, dedicación y aportes a mi proyecto, sin tu ayuda el resultado no sería el mismo, ¡gracias infinitas!

Al Dr. Luis Rodríguez, por su amabilidad durante el acompañamiento en la etapa de análisis de datos e interpretación. Su aportación fue muy valiosa a nivel teórica y personal.

A mis profesoras y profesores del Cinvestav Unidad Mérida, aprendí y nutrieron mi vida personal y profesional, agradezco cada intercambio que tuvimos; estudiar Ecología Humana influyó en mi perspectiva y deseo llevar los conocimientos adquiridos de forma digna y competente. Así como a CONACYT, por la beca proporcionada para realizar mis estudios.

A mis compañeros de generación y demás estudiantes del Cinvestav, gente muy preparada y dispuesta a ser agentes de cambio. Pilar, gracias por ser confidente y apoyo.

A colegas, amistades y muchas más personas que contribuyeron en mi formación y la culminación de este proyecto.

A las personas que colaboran en la Facultad de Psicología de la UADY por la confianza depositada en mí, su escucha y recomendaciones para mi aprendizaje “no solo para el aula sino para la vida”. A las colegas que me sirven de inspiración.

Especialmente a los directivos del Instituto del Deporte de Yucatán y a coordinadores y docentes del Centro de Alto Rendimiento Deportivo en Yucatán, por abrirme las puertas en un momento complicado, por sus atenciones y comprensión de que la ciencia se hace *en, para y con* la comunidad.

Este proyecto es más de lo que puede leerse en este documento: detrás está el impulso de personas a las que admiro y, principalmente, al interés genuino de crear contextos deportivos saludables para el desarrollo de niños, niñas y adolescentes. Muchas personas han formado parte de esta aventura: ¡gracias!

Ana María del Mar Concha Viera

## Dedicatoria

A mis padres, Ana María y Raúl, porque siempre han priorizado mi bienestar, fueron mis primeras y más importantes “figuras significativas”; su ejemplo ha sido el discurso más congruente.

A mi hermana y hermanos Isabel, Raúl y Hadriel por todo el apoyo, por su comprensión y amor incondicional. Este proyecto de vida sin mi familia no se hubiera logrado.

A cada niño, niña y adolescente deportista que con su ética de trabajo, disciplina, pasión y talento se han vuelto el motivo para contribuir en los contextos atléticos saludables, por su fortaleza y entrega.

A la niña que cuando conoció el deporte supo que era ese *EL* lugar, *SU* lugar, y que siempre deseó convertirse en “científica”. El deporte estructuró cada esfera de tu vida y te dio una pasión; las cosas sí mejoraron.

## Tabla de contenido

<b>Agradecimientos.....</b>	<b>ii</b>
<b>Dedicatoria.....</b>	<b>iv</b>
<b>Tabla de contenido.....</b>	<b>v</b>
<b>Listado de abreviaturas.....</b>	<b>ix</b>
<b>Resumen.....</b>	<b>x</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>xii</b>
<b>Introducción .....</b>	<b>1</b>
<b>Capítulo I. Antecedentes .....</b>	<b>5</b>
<b>Capítulo II. Marco Teórico .....</b>	<b>15</b>
Componentes Psicológicos en el Deporte Juvenil de Rendimiento .....	18
Motivación Autodeterminada .....	18
Apoyo a la Autonomía .....	24
Teoría de las Necesidades Psicológicas Básicas .....	26
Bienestar: Vitalidad Subjetiva .....	28
Imagen Corporal .....	30
Escuelas Deportivas de Rendimiento.....	33
<b>Capítulo III. Preguntas de Investigación y Objetivos.....</b>	<b>37</b>
Preguntas de Investigación .....	37
Objetivos .....	37
<i>Objetivo General</i> .....	37
<i>Objetivos Específicos (OE)</i> .....	37
<b>Capítulo IV. Metodología.....</b>	<b>39</b>
Diseño del Estudio .....	39
Lugar del Estudio.....	39
Participantes.....	40
Consideraciones Éticas .....	42
Obtención de Información .....	42
Instrumentos.....	44
Escala de Motivación Deportiva II .....	46
Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ, <i>Sport Climate Questionnaire</i> ).....	46
Escala de Competencia Percibida del Cuestionario de Motivación Intrínseca .....	48
Subescala de Aceptación de la escala de Necesidades de Relación.....	48

Escala de Autonomía Percibida en el deporte.....	49
Escala de Vitalidad Subjetiva .....	49
Siluetas de Stunkard.....	49
COVID-19.....	58
Análisis Estadístico .....	59
<b>Capítulo V. Resultados .....</b>	<b>60</b>
Descripción de las Características Sociodemográficas .....	60
Componentes Psicológicos .....	65
Percepción de los atletas sobre el Apoyo a la autonomía (AA) generado por sus tutores y entrenadores .....	65
Evaluación de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (NPB), vitalidad subjetiva (VS) e imagen corporal (IC) de los atletas .....	71
Índice de motivación autodeterminada (IAD) de los atletas .....	77
Percepción de tutores y entrenadores sobre el AA generado hacia los atletas.....	80
Identificación de la VS de tutores y entrenadores.....	82
Percepción sobre la influencia del COVID-19 en la vida de atletas, tutores y entrenadores.....	85
<b>Capítulo VI. Discusión.....</b>	<b>92</b>
Limitaciones del estudio .....	105
<b>Capítulo VII. Conclusiones, Consideraciones Finales y Futuras Investigaciones .....</b>	<b>107</b>
<b>Referencias.....</b>	<b>113</b>
<b>Anexos .....</b>	<b>130</b>
Anexo 1 Imágenes utilizadas para difundir el proyecto y fomentar la participación de las personas. ....	130
Anexo 2 Distribución del rol de los entrenadores.....	132
Anexo 3 Artículos publicados durante el programa de estudios doctorales .....	133
Anexo 4 Fe de erratas .....	134

## Listado de tablas

Tabla 1	<i>Distribución de atletas según la disciplina y sexo</i> .....	41
Tabla 2	<i>Ejemplo de las modificaciones del cuestionario SCQ</i> .....	47
Tabla 3	<i>Instrumentos y variables</i> .....	56
Tabla 4	<i>Distribución de los participantes por edad y sexo</i> .....	60
Tabla 5	<i>Distribución de los atletas por experiencia deportiva y competitiva y nivel competitivo según el sexo (N<sub>1</sub>= 109)</i> .....	61
Tabla 6	<i>Distribución de los tutores por experiencia y nivel competitivo (N<sub>2</sub>= 103)</i> .....	62
Tabla 7	<i>Distribución de los entrenadores por nivel, años de experiencia, rol y sexo (N<sub>3</sub>= 19)</i> . 64	
Tabla 8	<i>Análisis de confiabilidad de los instrumentos usados en el estudio</i> .....	66
Tabla 9	<i>Percepción de atletas (N<sub>1</sub>= 109) sobre el AA generado por sus tutores y entrenadores</i> 67	
Tabla 10	<i>Percepción de los atletas (N<sub>1</sub>=109) según su sexo sobre AA generado por tus tutores A, B y entrenadores</i> .....	67
Tabla 11	<i>Percepción de los atletas (N<sub>1</sub>= 109) sobre el AA generado por sus figuras significativas según su rango de edad de los atletas</i> .....	68
Tabla 12	<i>Percepción de los atletas (N<sub>1</sub>= 109) sobre el AA generado por sus figuras significativas, distribuidos por experiencia competitiva</i> .....	70
Tabla 13	<i>Percepción de los atletas (N<sub>1</sub>= 109) sobre la satisfacción de las NPB y VS</i> .....	71
Tabla 14	<i>Satisfacción de NPB y VS según el sexo de los atletas (N<sub>1</sub>= 109)</i> .....	72
Tabla 15	<i>Distribución por rango de edad de los atletas (N<sub>1</sub>= 109) y su satisfacción de NPB y VS</i> .....	73
Tabla 16	<i>Distribución según nivel de experiencia de los atletas (N<sub>1</sub>= 109) y su satisfacción de NPB y VS</i> .....	74
Tabla 17	<i>Distribución según el sexo del entrenador principal y la satisfacción de NPB, y VS de los atletas (N<sub>1</sub>= 109)</i> .....	76
Tabla 18	<i>IAD de los atletas (N<sub>1</sub>= 109) según características relevantes</i> .....	77
Tabla 19	<i>Asociaciones# entre la edad, percepción de AA, VS, NPB, IAD e IC de los atletas (N<sub>1</sub>= 109)</i> .....	79
Tabla 20	<i>Percepción de los entrenadores (N<sub>3</sub>= 19) sobre el AA generado hacia los deportistas</i> 80	
Tabla 21	<i>Percepción de los tutores (N<sub>2</sub>= 103) sobre el AA generado hacia los deportistas</i> .....	81
Tabla 22	<i>Percepción de los tutores (N<sub>2</sub>= 103) sobre su VS</i> .....	82
Tabla 23	<i>Percepción de los entrenadores (N<sub>3</sub>= 19) sobre su VS</i> .....	83
Tabla 24	<i>Asociaciones<sup>l</sup> entre la percepción de AA, VS, NPB, IAD e IC de los diadas atleta-tutor</i> .....	84
Tabla 25	<i>Percepción de los atletas (N<sub>1</sub>= 109) sobre la influencia del COVID-19</i> .....	86
Tabla 26	<i>Percepción de los entrenadores (N<sub>3</sub>= 19) sobre la influencia del COVID-19</i> .....	88
Tabla 27	<i>Percepción de los tutores (N<sub>2</sub>= 103) sobre la influencia del COVID-19</i> .....	91
Tabla 28	<i>Distribución de la participación de entrenadores según su rol</i> .....	132

## Listado de figuras

Figura 1 <i>Representación de la motivación en la Teoría de la Autodeterminación (Howard et al., 2020)</i> .....	22
Figura 2 <i>Esquema de las variables de interés para la investigación</i> .....	38
Figura 3 <i>Esquema de las variables de interés para la investigación</i> .....	38
Figura 4 <i>Localización del estudio: Mérida, Yucatán, México (elaboración propia)</i> .....	40
Figura 5 <i>Imagen de difusión para el proyecto</i> .....	43
Figura 6 <i>Procedimiento metodológico: elaboración de instrumentos, trabajo de campo y tratamiento de la información</i> .....	44



## Listado de abreviaturas

<b>Abreviatura</b>	<b>Significado</b>
<b>AA</b>	Apoyo a la autonomía
<b>AF</b>	Actividad física
<b>BPNT</b>	<i>Basic Psychological Needs Theory</i> (Teoría de las necesidades psicológicas básicas)
<b>CTD</b>	Centros de Tecnificación Deportiva
<b>IAD</b>	Índice de Motivación Autodeterminada
<b>IC</b>	Imagen Corporal
<b>IDEY</b>	Instituto del Deporte del Estado de Yucatán
<b>JJOJ</b>	Juegos Olímpicos
<b>LTAD</b>	<i>Long-Term Athlete Development</i>
<b>NPB</b>	Necesidades Psicológicas Básicas
<b>OMS</b>	Organización Mundial de la Salud
<b>SCQ</b>	<i>Sport Climate Questionnaire</i>
<b>SDT</b>	<i>Self-determination Theory</i> (Teoría de la Autodeterminación)
<b>SPSS</b>	<i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
<b>VS</b>	Vitalidad Subjetiva

## Resumen

**Introducción:** Los atletas adolescentes de rendimiento en diferentes ámbitos deportivos requieren para su mejor desempeño del apoyo emocional, social y táctico, de sus tutores y entrenadores siendo esenciales los procesos motivacionales y el bienestar para lograr un desempeño deportivo exitoso. Por ello, considerando que el bienestar y la motivación repercuten en la percepción y calidad de la experiencia atlética y en el crecimiento saludable, se eligió la Teoría de la Autodeterminación (SDT, *Self-Determination Theory*) como referencia para realizar el presente estudio. Cabe señalar que esta investigación se llevó a cabo en una situación especial, ya que se realizó durante la pandemia del COVID-19.

**Objetivo:** Explorar en los atletas adolescentes del Centro de Alto Rendimiento Deportivo (CARD) de Yucatán, su percepción sobre el apoyo a la autonomía (AA) generada por sus tutores y entrenadores, los procesos psicológicos motivacionales y su imagen corporal (IC), así como la percepción que tienen los tutores y entrenadores sobre el AA generado hacia los atletas, y su vitalidad subjetiva (VS).

**Participantes y métodos:** Se realizó un estudio transversal con 109 atletas adolescentes de 10 a 18 años (57 varones y 52 mujeres), distribuidos en 16 disciplinas deportivas, inscritos en el CARD, del Instituto del Deporte de Yucatán, durante el ciclo escolar 2020-2021; también participaron 103 tutores y 19 entrenadores (figuras significativas). Se utilizaron diferentes instrumentos (cuestionarios adaptados al contexto) y se aplicaron en línea debido a las restricciones originadas por la pandemia del COVID-19: a) Cuestionario sobre el clima en el deporte, para evaluar el AA (en su versión mexicana) a través del cual los atletas evaluaron a sus tutores y su entrenador y para que éstos también ofrecieran su percepción de AA hacia los atletas; b) Escala de motivación en el deporte para determinar la motivación autodeterminada de los atletas; c) Las tres necesidades psicológicas básicas (NPB) se midieron de forma independiente con las versiones mexicanas: para la competencia se usó la Escala de Competencia percibida del Inventario de motivación intrínseca, para la necesidad de Relación, la Subescala de aceptación de la Escala de necesidad de relación, y para la necesidad de Autonomía, la Escala de autonomía percibida en el deporte; d) para la VS se usó la versión mexicana del instrumento con el mismo nombre; e) la escala pictográfica de Stunkard para la satisfacción de la IC; f) un Cuestionario sobre la influencia que tuvo el COVID-19 en la vida de los atletas, tutores y entrenadores.

Todos los cuestionarios se enviaron a través de la plataforma *Google Forms*; se creó un enlace URL con la identificación del estudio y se enviaron a los participantes (atletas, tutores y entrenadores) por correo electrónico. La información fue confidencial, las respuestas se almacenaron y descargaron por la investigadora (tesista) en formato Microsoft® Excel. Las respuestas fueron codificadas y el análisis de los datos se hizo con el programa Excel y el *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS versión 21).

**Resultados:** El promedio de edad de los atletas fue de 13.5 años, de 42.3 años de los tutores y de 48.1 años de los entrenadores. Los atletas eran mexicanos y la mayoría residentes de áreas urbanas de Yucatán (>89%); Más de la mitad (>70%) de los tutores y entrenadores tenían educación secundaria y universitaria. Los atletas hombres tuvieron mayor satisfacción de la NPB de competencia; la percepción de la NPB de relación fue más baja en los atletas de edad más avanzada durante la adolescencia. Las entrenadoras tuvieron atletas con mayor IAD.

**Conclusiones:** Estos resultados amplían la evidencia empírica sobre la SDT en un contexto mexicano. Con este estudio se abre una nueva dimensión de investigación desde la perspectiva de ecología humana, al considerar el ambiente psicosocial deportivo y el AA brindado por tutores y entrenadores para potenciar el bienestar percibido por los atletas adolescentes, incidiendo en su rendimiento deportivo.

**Palabras clave:** Apoyo a la autonomía, Necesidades psicológicas básicas, Vitalidad subjetiva, Autodeterminación, Rendimiento Deportivo, Atletas adolescentes.

## Abstract

**Introduction:** Adolescent performance athletes need emotional, social, and tactical support from their guardians (parents and caregivers) and coaches or trainers to achieve successful sports performances in different sports environments. Moreover, motivational processes and well-being are essential to attain sports performance. Therefore, considering that well-being and motivation have impacts on the perception and quality of the athletic experience and on healthy growth of athletes, the Self-Determination Theory (SDT) was chosen as a reference to carry out this present study.

**Objectives:** Principal aim of the study was to explore the perception of the adolescent athletes of Yucatan's High-Performance Sports Center (*Centro de Alto Rendimiento Deportivo* or CARD in Spanish acronym) in Mérida, Yucatán regarding autonomy support (AS) provided by their guardians and trainers, motivational psychological processes, and their body image (BI). In addition, evaluation of the perception of the guardians and trainers on the AS given by them for the athletes and their subjective vitality (SV) were other aims of the study.

**Participants and Methods:** A cross-sectional study was carried out at the CARD of the Yucatan State Sports Institute (IDEY in Spanish acronym) in Merida, Mexico. Participants were 10 to 18-years old 109 athletes (57 boys, 52 girls) representing 16 sports disciplines who were enrolled in CARD in the academic calendar year 2020-2021, as well as their guardians (n=103) and trainers (n=19). Different instruments were used, which were applied online, due to the restrictions caused by the COVID-19 pandemic. The prevalidated questionnaires were: a) Sport Climate Questionnaire to evaluate AS (in its Mexican version) was used to evaluate the perception of AS of athletes received from their guardians and coaches; also to evaluate perception of the guardians and coaches regarding their AS given to the athletes; b) Sport Motivation Scale to determine self-determined motivation of the athletes; c) Three basic psychological needs (BPN) of the athletes were measured independently with the Mexican versions: Perceived Competence Scale of the Intrinsic Motivation Inventory was used to evaluate competence; Acceptance Subscale of the Need for Relatedness Scale was used to understand the need for relatedness; and the Perceived Autonomy in Sport Scale was used to understand their need for autonomy; d) the Mexican version of questionnaire to evaluate SV; e) the Stunkard pictographic scale for BI satisfaction; and f) a questionnaire to understand the influence that COVID-19 had on the lives of athletes, their guardians, and trainers.

Questionnaires were prepared in the Google Forms platform; a URL link was created with the study identification and sent to the participants (athletes, guardians, and coaches) through

email. Information was confidential; the responses were stored and downloaded by the student researcher in Microsoft® Excel format. The responses were coded, and data analysis was done using Excel and Statistical Package for the Social Sciences (SPSS version 21).

**Results:** Mean ages of the participants were 13.5 years, 42.3 years, and 48.1 years for the athletes, guardians and trainers, respectively. Athletes were Mexican citizens. The majority of them (>89%) were residents of urban areas of Yucatan; their guardians and coaches (>70%) had high school and university education levels. “Perceived Competence” of NPB was higher among boys. “Need for Relationship” of BPN showed a declining tendency among older athletes. Boys were less satisfied with their BI; higher IAD was found with female trainers.

**Conclusion:** The results extend the empirical evidence on SDT in a Mexican context. This study opens a new research dimension from the perspective of human ecology, considering the psychosocial sport environment and that the AS provided by parents and coaches enhance the well-being perceived by adolescent athletes, which in turn influence their performance.

**Keywords:** Autonomy support, basic psychological needs, motivation, subjective vitality, self-determination, sports performance, adolescent athletes.

## Introducción

En el deporte orientado al rendimiento se considera al atleta como una unidad funcional donde se incluyen los aspectos emocional, cognitivo, social, fisiológico y comportamental, que necesita atención y entrenamiento global para obtener su máximo rendimiento durante su carrera deportiva (Morilla et al., 2017). La carrera deportiva se concibe como el periodo de varios años durante los cuales los y las atletas participan voluntariamente en una o más actividades deportivas, con el objetivo de lograr el máximo rendimiento; durante este período se presentan varias transiciones, las que, por los desafíos enfrentados, influyen en el desarrollo deportivo (Stambulova et al., 2009).

Algunos desafíos pueden ser anticipados y preparados por directivos, entrenadores, tutores(as) y atletas; tal es el caso de quienes participan en programas intensivos que van acompañados de cambios de un entorno de entrenamiento a otro y el incremento en el nivel de competencia. Generalmente, para que los y las atletas sean elegibles en estos programas intensivos, pasan por procesos selectivos de alta exigencia por lo que el acompañamiento y preparación adecuados puede resultar en oportunidades catalizadoras de desarrollo personal y deportivo y, por otra parte, al no conseguir los objetivos pueden desalentarlos (Taylor y Collins, 2019). El desarrollo del talento deportivo es complejo, dinámico y no lineal. Durante la carrera deportiva, los contextos socioculturales, e incluso las ubicaciones geográficas, influyen en los y las atletas y en los sistemas deportivos.

El deportista adolescente de rendimiento es quien tiene un talento atlético superior, se somete a entrenamientos especializados entre 15 y 20 horas a la semana, en centros con expertos y está expuesto a competencias desde edades tempranas (Sabato et al., 2016). Para los atletas, la adolescencia es un periodo esencial para la mejora y desarrollo de las habilidades (Wylleman y Lavallee, 2004). Además, deben aprender a balancear las

expectativas, presiones y demandas del deporte de competición, así como las demandas académicas, personales y sociales propias de su edad (Godber, 2012).

Cuando el deporte está adecuadamente estructurado, incluyendo el apoyo que proporciona la familia (particularmente de los tutores), entrenadores y compañeros, se genera un ambiente favorable al deportista adolescente. Este ambiente le permite enfrentar los desafíos a niveles técnicos, tácticos, psicosociales y emocionales (Baker et al., 2018), repercutiendo positivamente en el desarrollo del talento.

Dentro del entorno social, un concepto con amplia evidencia científica es el de clima motivacional, referido a la dinámica y estructura creada por figuras significativas como entrenadores, tutores y compañeros durante las diferentes etapas de carrera atlética, como los entrenadores y tutores en la adolescencia, y que influye en la cognición, emoción y conducta de los deportistas; la Teoría de la Autodeterminación (*Self Determination Theory* o SDT, por sus siglas en inglés, Ryan y Deci, 2000), identifica cómo la existencia de tipos de motivación, con sus diferentes grados de regulación, influye a nivel cognitivo, afectivo y conductual; cada tipo de motivación y/o regulación genera consecuencias, las positivas están típicamente asociadas al tipo de motivación y regulaciones más autodeterminadas. La SDT da explicaciones sobre cómo los climas que apoyan la autonomía de los atletas les permiten tomar decisiones y los valoran como personas y deportistas, impactan en aspectos adaptativos, de desarrollo saludable y en la satisfacción de necesidades psicológicas básicas (NPB): autonomía, competencia y relación (Duda et al., 2018).

La SDT, también ha sido utilizada para vincular el tipo de motivación y regulación con las autopercepciones físicas en el ámbito atlético y se han planteado hipótesis sobre que la motivación intrínseca y con mayor autodeterminación resta importancia a las preocupaciones por la imagen corporal (IC) o insatisfacción corporal, que puede afectar el

desarrollo saludable de los adolescentes deportistas (Thøgersen-Ntoumani y Ntoumanis, 2007). El funcionamiento óptimo de los atletas incluye aspectos motivacionales, cognitivos, emocionales, de bienestar y rendimiento deportivo, por lo que debería ser prioritario cuidar la calidad de la experiencia de los deportistas durante su carrera deportiva, principalmente en la etapa de consolidación de conductas y afectos como lo es la adolescencia.

Se ha evaluado el impacto positivo del deporte en los atletas jóvenes en Australia, Canadá, EE. UU. y Reino Unido (Rigoni et al., 2017) y se ha observado que las variables relacionadas con el entrenador y los atletas parecen tener un mayor impacto que las variables grupales, además, se apreciaron más beneficios personales que sociales. A partir de estos resultados se ha sugerido que el deporte de rendimiento puede promover beneficios personales y sociales en los atletas jóvenes, pero que existe la necesidad de una mayor inversión en la investigación sobre enfoque positivo de desarrollo juvenil en el contexto del deporte de rendimiento en diferentes países. La interacción persona-ambiente influye de maneras diversas, por ejemplo, la conducta (desempeño) surgirá como resultado de las interacciones continuas entre el atleta, la tarea (competencia) y el entorno.

A nivel internacional y nacional se ha encontrado literatura que incluye el clima de apoyo a la autonomía (AA), motivación autodeterminada y NPB de atletas de rendimiento (Barbosa-Luna et al., 2017; Castillo-Jiménez et al., 2017; Ramis et al., 2013) pero, en menor medida han incluido percepciones sobre aspectos físicos como la IC.

Para mejorar el desarrollo de los atletas adolescentes de rendimiento, se requiere conocer los factores que se interrelacionan, identificando las características del entorno físico y social, la organización de los recursos, los aspectos culturales y las características de los deportistas. Por ello, surgió la inquietud de realizar la presente investigación desde una perspectiva de Ecología Humana, por ser ésta una ciencia multidisciplinaria, encargada de



estudiar las interacciones entre el entorno físico, los sistemas socioculturales y la biología humana, y sus aplicaciones para el bienestar y la salud de las personas (Azcorra y Dickinson, 2020).

Bajo esta perspectiva, en 2021, se llevó a cabo el presente estudio, con atletas adolescentes de rendimiento (desde los 10 hasta los 18 años) adscritos al Centro de Alto Rendimiento Deportivo (CARD) de la ciudad de Mérida, por ser el único centro de rendimiento público de Yucatán, además es multideporte y considerando los centros de rendimiento privados, es el que alberga la mayor cantidad de atletas. Este documento, comienza con la sección de antecedentes, en la que se identificó la necesidad de explorar las relaciones entre atletas, entrenadores y tutores en el contexto de una escuela de alto rendimiento para ampliar la evidencia de la SDT. En el segundo capítulo se presenta la información teórica que fundamenta la perspectiva con la que se abordó la problemática, en el tercer capítulo se mencionan las preguntas de investigación, así como los objetivos. En el cuarto capítulo se describe la metodología utilizada, se presentan las características del estudio y los instrumentos elegidos para la obtención de la información, los cuales fueron enviados de forma digital a los participantes debido al aislamiento ocasionado por la pandemia del COVID-19. En los capítulos cinco, seis y siete se presentan los resultados, discusión y conclusiones respectivamente. Cabe señalar que se observó que los deportistas hombres tenían mayor satisfacción en la NPB competencia que las mujeres; los y las atletas de mayor edad tenían menos satisfecha la NPB relación, que los y las deportistas tenían mayor motivación autodeterminada cuando eran entrenados por una mujer y que hubo asociaciones significativas entre la percepción de los atletas sobre el AA generado por sus figuras significativas.

## Capítulo I. Antecedentes

El deporte es un tipo de actividad física (AF) y ésta se considera aquel movimiento corporal producido por los músculos esqueléticos con gasto calórico por encima del estado en reposo. De la AF se desprende el ejercicio físico y deporte; el primero es el que se realiza en forma planificada, ordenada, repetida y deliberada. El deporte tiene las características pasadas más: la opción de ser competitivo, sometimiento a las reglas, organización e institucionalización (Caspersen et al., 1985).

El deporte ha sido clasificado de diversas maneras (Romero, 2004): a) Deporte para todos: ligado a la AF, salud, recreación, ocio, tiempo libre y diversión; b) Deporte rendimiento: orientado hacia la competición e institucionalización, y c) Deporte espectáculo: orientado al entretenimiento, a la diversión pública y dirigido a grandes grupos de espectadores. En el deporte de rendimiento, las actividades deben estar definidas, con un nivel de dificultad adecuado, ofrecer información útil, dar oportunidad para la repetición y detección y/o corrección de errores. Estas condiciones favorecen el enfoque de práctica deportiva deliberada, que sugiere que el rendimiento es mediado por mecanismos adquiridos (no genéticos) por lo que requiere esfuerzo y atención por parte de la persona (Ericsson et al., 1993).

En el ámbito deportivo, los estudios realizados han ofrecido apoyo al planteamiento teórico de Vallerand (2001) quien describe cómo la motivación produce consecuencias a nivel cognitivo, afectivo y comportamental y que el impacto de los factores sociales en la motivación está mediado por las percepciones de la autonomía, competencia y relación (NPB).

Sobre la motivación, la SDT (Ryan y Deci, 2000) ha sido ampliamente comprobada y describe a las personas como seres activos en la búsqueda de desafíos, bienestar y desarrollo

personal, y su nivel de autodeterminación se reflejará por el grado de reflexión y sentido de elección en el que realizan sus acciones; evidencia la existencia de tres tipos de motivación: intrínseca, extrínseca y no motivación, siendo la primera la de mayor nivel de autodeterminación y con consecuencias positivas para el desarrollo y funcionamiento psicológico saludable. Una característica de tal funcionamiento es el bienestar concebido como la percepción de crecimiento y experiencias óptimas; un indicador del bienestar es la vitalidad subjetiva (VS), mide el nivel de energía, esfuerzo y persistencia necesarios para lograr las metas.

Continuando con la propuesta de Vallerand (2001), los factores sociales como los estilos interpersonales de las figuras significativas impactarán en la motivación de los atletas. Los entrenadores y tutores pueden tener estilos flexibles, comprensibles, orientados al esfuerzo y a la iniciativa al crear climas motivacionales de AA. Los entornos deportivos en los que se tengan tal clima mediarán en las NBP consideradas como innatas, universales y constantes y éstas impactarán en el bienestar (VS) y en otras consecuencias afectivas y cognitivas como la IC.

Los atletas adolescentes pueden vivir con las experiencias deportivas positivas que contribuyen al desarrollo de su bienestar o con las experiencias desagradables y promovedoras de altos niveles de estrés negativo, por lo que se han realizado investigaciones para entender y desarrollar vías para el deporte saludable. A continuación, se describirán las investigaciones de las variables de interés de este estudio.

En una investigación con bailarines de élite se exploró si la motivación autodeterminada mediaba la relación entre la percepción de AA y la insatisfacción corporal (percepción negativa de la IC); aunque no se encontraron resultados significativos, sí se

observó que la insatisfacción corporal estaba mediada por la no motivación y la percepción de los atletas ya que sus entrenadores no apoyaban su autonomía (Quested y Duda, 2011).

Balaguer et al. (2008) confirmaron, en un trabajo europeo con deportistas de diferentes disciplinas, que la percepción de competencia y autonomía se relaciona positivamente con la motivación autodeterminada utilizando la propuesta teórica de Vallerand y Losier (1999) en la que la satisfacción de las tres necesidades psicológicas actúa como predictora positiva de la motivación autodeterminada.

Reinboth y Duda (2006) plantean que la satisfacción de la competencia y de la autonomía actúa como predictor positivo de la VS. Estos resultados fueron apoyados por los trabajos de Balaguer (2007). Se han reportado que cuando los atletas informaban de alta motivación intrínseca también indicaban que se percibían con mayor VS. Por el contrario, cuando dijeron que no tenían motivación entonces informaron que se percibían con baja vitalidad (Balaguer et al., 2011).

Se ha encontrado que, si los deportistas perciben que sus entrenadores apoyan su autonomía, incrementan su percepción de la VS a través de la mediación de la satisfacción de las necesidades psicológicas (Adie et al., 2008, 2012; Deci y Ryan, 2000; González et al., 2015; López-Walle et al., 2012). Esta observación ha sido respaldada por los siguientes estudios: el primero fue un diseño longitudinal llevado a cabo con deportistas adolescentes y encontró que la percepción que tenían los atletas sobre el AA que generaban sus entrenadores, predijo la satisfacción de las necesidades y éstas tuvieron una relación positiva con la VS. También encontraron relaciones negativas con el agotamiento: a mayor AA menor agotamiento, concluyendo que la satisfacción de las necesidades tenía un rol mediador para el bienestar (Balaguer et al., 2012).

En otro estudio, llevado a cabo con bailarines, se exploró el efecto indirecto que tenía la percepción del AA en el bienestar, mediada a través de las necesidades psicológicas; se demostró que la percepción que tenían los atletas sobre el AA generado por los entrenadores predijo positivamente la satisfacción de las necesidades y por tanto la percepción de bienestar era mayor (Quested y Duda, 2010).

Otra de las variables asociadas al bienestar en el ámbito deportivo, es la motivación autodeterminada (Ryan y Deci, 2002). Ésta se ha relacionado con resultados positivos, como la persistencia, niveles de logros más elevados y mayor bienestar psicológico (Healy et al., 2015). Se considera a la motivación autodeterminada, como una consecuencia de los procesos motivacionales mediada por las NPB (Ryan y Deci, 2000).

Se ha observado que la percepción del AA generado por el entrenador favorece la satisfacción de las NPB, las cuales actúan como mediadoras del desarrollo de la motivación autodeterminada, con consecuencias positivas, como el bienestar (Balaguer et al., 2008). Se resalta que el contexto social tiene un papel fundamental en el desarrollo positivo de los deportistas, y que el AA tiene un efecto, mediado por las NPB, en la motivación autodeterminada y en el bienestar psicológico.

En un estudio longitudinal, se examinó la percepción que tenían los atletas sobre el AA generado por sus entrenadores y compañeros y su relación con la motivación intrínseca. Los resultados fueron interesantes en tres aspectos, primero se demostró que la percepción del AA generado por los entrenadores no es afectada por la percepción del apoyo a la AA por los compañeros; segundo, las percepciones de AA generado por entrenadores y compañeros tienen estabilidad a lo largo de un año y, tercero la percepción de AA generado por compañeros y entrenadores influye positivamente en la motivación intrínseca (Jõesaar et al., 2012).

En otra investigación longitudinal, llevada a cabo con gimnastas, se evaluaron los efectos de la percepción del AA generado por padres y entrenadores, motivación y VS; se halló que la percepción del AA que generan los entrenadores está más relacionada con la motivación y vitalidad, que la percepción del AA generado por los padres (Gagné et al., 2003).

En un estudio realizado con bailarines, se encontró que la percepción de AA ofrecido por el entrenador se asoció positivamente con la motivación autodeterminada (Balaguer et al., 2011). También se ha observado que la percepción de los atletas sobre el AA generado por padres, compañeros y entrenadores influye positivamente en el desarrollo de una motivación más autónoma (Ramis et al., 2013).

Un estudio en Alemania demostró que las atletas juveniles de disciplinas estéticas (ej. nado sincronizado), de peso (ej. Tae Kwon Do), resistencia (ej. natación), técnica (ej. salto de altura) y potencia (ej. velocidad), eran susceptibles para desarrollar trastornos alimentarios, insatisfacción corporal y desarrollar niveles altos de estrés (Giel et al., 2016).

En otro estudio llevado a cabo en Australia, se comparó la percepción de IC entre atletas de rendimiento y atletas recreacionales de distintas disciplinas; el estudio determinó que los atletas recreacionales pertenecientes a disciplinas centradas en lo estético reportaban mayores niveles de insatisfacción debido a que los entrenadores ejercían la presión (Kong y Harris, 2015).

En Polonia, un estudio con atletas de 13 a 30 años con participación nacional e internacional mostró que los deportistas de disciplinas consideradas estéticas declararon tener una IC más positiva que aquellos en disciplinas no estéticas. Sin embargo, el Índice de Masa Corporal (IMC) fue más bajo en los deportistas de disciplinas estéticas (Kantanista et al.,

2018). En otros estudios, el IMC ha resultado ser el predictor más fuerte de insatisfacción corporal, la cual está relacionada con el tipo de disciplina (Swami et al., 2009).

En Corea, de 4,638 deportistas matriculados en escuelas deportivas, 351 (7.56 %) habían formado parte de los diferentes equipos nacionales, con un rendimiento destacado; sólo el 1% de los atletas logran la estabilidad laboral al ser deportistas profesionales (So, 2011). En el mismo país, un estudio con estudiantes de secundaria y preparatoria encontró que el rol de los padres, evaluado a través del apoyo social, es importante para la autoestima de los atletas que viven en escuelas deportivas (Kang et al., 2015).

En Alemania, el 82% de los medallistas de los Juegos Olímpicos (JJOO) de invierno (2002) y de verano (2004) fueron atletas provenientes de escuelas deportivas; en Austria el 90% de las medallas Olímpicas conseguidas en esquí entre 1992 y 2006 fueron de atletas de escuelas deportivas (Radtke y Coalter, 2007).

Noruega ha tenido un contexto deportivo diferente, la federación deportiva del país supervisa que, hasta los 13 años, los adolescentes compitan regionalmente, por lo que su sistema de detección de talento a temprana edad está retrasado, ocasionando que no sea un país potencia en disciplinas técnicas como la gimnasia y clavados. Sin embargo, ha tenido buenos resultados en los JJOO de invierno. A diferencia de otros países, la federación nacional no se encarga de promover y desarrollar el talento deportivo, sino que las federaciones de cada disciplina son las responsables.

La estructura y organización por disciplina promueve que las principales fuentes de ingreso de los deportes sean las membresías, recaudaciones e ingreso del sector privado. Estas características, aunadas al sistema educativo del país (obligatoriedad hasta los 16 años, entre 16 y 19 estudiar es opcional), incrementaron el número de escuelas deportivas privadas (generalmente especializadas en un solo deporte) que ha ocasionado, principalmente, tres

situaciones: 1) la especialización o deporte juvenil de élite en Noruega está condicionado por el ingreso económico de los padres para solventar gastos relacionados con la disciplina; b) aún está en discusión si estas escuelas realmente ofrecen un valor agregado a los deportistas-estudiantes y c) las escuelas deportivas atraen a más adolescentes que abandonan sus clubes con las regulaciones tradicionales provenientes por la federación nacional (Kristiansen y Houlihan, 2017).

En ese mismo país se realizó una investigación cualitativa con el objetivo de evaluar la transición de los atletas de entre 13 y 14 años de escuelas regulares a escuelas deportivas. Este estudio determinó que las escuelas deportivas ejercen estresores personales, deportivos y de organización en el deporte. Los deportistas experimentaron dificultades para dormir, lesiones y fatiga como producto del incremento en las horas de entrenamiento y en ocasiones el cansancio no les permitía ni comer. Al ingresar a las escuelas deportivas, si los fines de semana no tenían torneos, se dedicaban a descansar y a prepararse para otra semana de escuela (8 horas diarias). Los atletas admitieron que extrañaban a sus antiguos compañeros, y expresaron: “si quieres ser una buena atleta de élite no hay nada que no puedas hacer, si quieres estar en la cima necesitas comenzar ahora”. Sus entrenamientos incrementaron 5.8 horas a la semana (entrenaban 6 horas diarias) y redujeron una hora diaria de sueño (dormían en promedio 7.2 horas), crecieron en promedio 6 centímetros, cuando el promedio para su edad está entre 1 y 8 centímetros, 3 de las deportistas presentaron lesiones con una recuperación mayor a 3 meses (Kristiansen y Stensrud, 2017).

En un estudio longitudinal de seis meses, realizado en Noruega, se comparó adolescentes no atletas, atletas juveniles pertenecientes a escuelas deportivas y a sus compañeros de equipo que asistían a escuelas regulares. El objetivo del estudio fue evaluar y comparar las lesiones físicas por exceso de entrenamiento, lesiones agudas debido a eventos específicos (golpes) y padecimientos emocionales (ansiedad, tristeza y depresión). El estudio



encontró que el 76% de los no deportistas informaron algún tipo de problemas de salud, a diferencia del 60% de los atletas; alumnos y no alumnos de las escuelas deportivas. La prevalencia de problemas de salud fue similar en ambos grupos, a pesar de que los que asisten a escuelas regulares no entrenan por la mañana; sin embargo, sí se encontraron diferencias respecto a las lesiones que reducían moderada o severamente el volumen de entrenamiento, las cuales eran más comunes en los aquellos de escuelas deportivas (22%) que en los de escuelas regulares (10%), debido a los mayores volúmenes de entrenamiento. Sobre padecimientos emocionales, los estudiantes de las escuelas deportivas reportaron menos afectación que los que asistían a escuelas regulares, aunque la diferencia no fue estadísticamente significativa. Se concluyó que las diferencias significativas se presentaban en función a la disciplina practicada, los que practicaban deportes de resistencia tenían más padecimientos emocionales pero menor prevalencia de lesiones en comparación con los de disciplinas técnicas y de deportes de equipo. No obstante, los atletas de las escuelas deportivas tenían más lesiones agudas y por exceso de carga, así como padecimientos emocionales que reducían la frecuencia en el número de entrenamientos (Moseid et al., 2018).

En Suecia, las escuelas deportivas tienen el mismo programa educativo que las escuelas regulares, incluyendo las clases de educación física; la diferencia es que, dentro del horario escolar, cuatro veces por semana tienen 90 minutos de entrenamiento específico y una sesión vespertina. Otras investigaciones han encontrado que los atletas al ser admitidos en escuelas deportivas se perciben atléticamente mejores, en comparación con sus coetáneos a nivel local, nacional e internacional, y esta tendencia se mantiene a lo largo del tiempo (Ingrell et al., 2019).

En los sistemas de escuelas deportivas en Suecia, Dinamarca y Noruega destacan algunos objetivos comunes: a) identifican exitosamente el talento deportivo; b) desarrollan

deportistas de élite y, c) promueven que los atletas adolescentes, continúen participando en actividades deportivas competitivas o recreativas durante la adultez (Peterson et al., 2017).

Existe poca información sobre escuelas deportivas en el continente americano, en comparación con otras partes del mundo. Un estudio comparativo entre Estados Unidos, Australia, Singapur y Reino Unido (Lam et al., 2008) reportó que los objetivos comunes de las escuelas deportivas son: a) nutrir el talento y dar las mejores oportunidades para lograr todo el potencial en lo académico y en lo deportivo; b) nutrir y desarrollar a los futuros campeones y, c) traducir el talento deportivo en medallas desde niveles distritales hasta internacionales. Esta situación es diferente en Malasia, en donde las escuelas deportivas tienen énfasis en lo académico; dentro de los objetivos generales sólo uno de ellos hace referencia al deporte: “nutrir el talento en ocho áreas deportivas: atletismo, bádminton, boliche, fútbol soccer, vela, natación y tenis de mesa”.

En Canadá, Quebec ha destacado con sus escuelas deportivas debido a su flexibilidad y cooperación con el sistema educativo, innovando en función de los desafíos emergentes y capacitándose para apoyar a las necesidades de los atletas; sin embargo, este sistema no se ha logrado implementar en las demás provincias canadienses (Way et al., 2010).

En México hay estudios que han investigado el clima motivacional en relación con la motivación autodeterminada y la autoestima en deportistas jóvenes (López-Walle et al., 2011); el AA, las NPB y el bienestar, en el que se encontró que el AA predijo la satisfacción de las NPB y éstas mediaban con el bienestar de los atletas adolescentes (López-Walle et al., 2012). En el estudio de Cantú-Berrueto et al. (2016) se concluyó que el AA del entrenador predijo positivamente la satisfacción de las NPB y que las NPB de autonomía y relación predijeron positivamente la motivación autónoma de futbolistas mexicanos. En Yucatán, Aguilar-Rivera (2020), realizó una propuesta de intervención para mejorar el clima

motivacional generado por padres que impacte en la motivación autodeterminada y el bienestar de gimnastas. Moreno-Basurto et al. (2016) reportaron que la intervención con madres permite desarrollar conductas autodeterminadas en los nadadores adolescentes. Sin embargo, no se ha explorado el contexto social dentro del CARD, espacio multideporte y recibe gente de diferentes municipios de Yucatán, por lo que es necesario conocer las percepciones de atletas adolescentes en este centro, las interacciones con sus tutores/as y entrenadores/as con el fin de describir posibles relaciones con su motivación y bienestar para que en el futuro se ofrezcan estrategias que fortalezcan los entornos de excelencia deportiva.

## Capítulo II. Marco Teórico

El deporte moderno cada vez más competitivo ha llevado a una mayor presión sobre los atletas y el aumento de las cargas y demandas de rendimiento presentan amenazas potenciales para el desarrollo saludable de los participantes; los sistemas deportivos modernos deben apoyar al ser humano por encima del atleta y valorar la salud mental como el componente central de cualquier cultura de excelencia. Ampliar la investigación sobre el desarrollo saludable y las experiencias positivas en contextos de alta exigencia deportiva implica la contextualización para identificar recursos, factores de riesgo y protección que permitan el desarrollo de recursos, instrumentos y estrategias adecuados para cada entorno deportivo. Los centros deportivos que especializan a temprana edad presionan a entrenar o competir con lesiones, incentivan para renunciar a actividades académicas, sociales y personales y prologan las sesiones de entrenamiento, ponen en riesgo el bienestar y salud de sus atletas; en cambio, aquellos en los que se prioriza salud, empoderan a sus atletas y estos lo perciben así nutren activamente su desarrollo saludable (Henriksen et al., 2020).

Mejorar la comprensión del desarrollo saludable de los atletas durante su carrera deportiva impactará en los contextos de rendimiento y por ello se propone la inclusión de modelos ecológicos que permitan analizar las relaciones del deportista con su entorno; la motivación del atleta dependerá del contexto social y esta producirá consecuencias a nivel cognitivo, afectivo y conductual.

El deporte de rendimiento se puede realizar en las diferentes etapas de desarrollo, sin embargo, existen etapas como la adolescencia en la que el desarrollo del talento es más propicio. Durante la adolescencia es importante maximizar el apoyo ofrecido a jóvenes atletas para disminuir el impacto de experiencias potencialmente desafiantes y estresantes, especialmente durante los primeros años para que puedan tener implicaciones significativas

en el largo plazo (Güllich, 2014; Henriksen y Stambulova, 2017; Kilic y Ince, 2021; Martindale et al., 2007; Savage et al., 2017).

Actualmente, el inicio de la carrera atlética a nivel competitivo se caracteriza por mecanismos de desarrollo del talento que implican la sistematización de prácticas como la selección estructurada, en la que los y las atletas, en la etapa de la adolescencia, son evaluados bajo criterios que les permitan ser reclutados y comenzar con las etapas competitivas y de desarrollo deportivo; esto con el fin que realicen práctica deliberada enfocada al desarrollo de habilidades específicas de su disciplina (Moseid et al., 2018).

Los mecanismos orientados a la obtención de altos niveles de desempeño desde temprana edad influyen en los atletas adolescentes a nivel emocional, cognitivo y conductual por lo que se ha reforzado la creencia de atender las necesidades durante esta etapa. Para la Organización Mundial de la Salud (OMS) la adolescencia es el periodo de crecimiento y desarrollo humano entre los 10 y los 19 años, representa una etapa singular del desarrollo humano y un momento importante para sentar las bases de la buena salud, durante estos años se experimentan un rápido crecimiento físico, cognoscitivo y psicosocial influyendo en cómo se sienten, piensan, toman decisiones e interactúan con su entorno. Los adolescentes, establecen pautas de comportamiento relacionadas con la actividad física que pueden proteger su salud o ponerla en riesgo en ese momento y en el futuro (OMS, 2021). Los y las adolescentes tienen muchos cambios durante este periodo: biológicos, comportamentales, emocionales y sociales.

En esta etapa el crecimiento físico es acelerado, se adquiere la madurez sexual, el desarrollo de su imagen corporal (IC) y la evolución del pensamiento concreto hacia el abstracto (Viejo y Ortega-Ruiz, 2017).

Debido al constante desarrollo de la corteza prefrontal, que termina posterior a la adolescencia, se presentan conductas de riesgo como la sensación de invulnerabilidad, necesidad de experimentación, susceptibilidad a influencia y presión de los coetáneos, identificación con ideas opuestas a los padres, reafirmación de la identidad, déficit para planificar y considerar consecuencias futuras (Rosabal-García et al., 2015). Algunos de los retos importantes en la adolescencia es lograr la independencia de los padres, tomar conciencia de la IC y aceptación del cuerpo, establecer relaciones con los compañeros y la adopción de estilos de vida saludables. Para ello, existen factores protectores como la nutrición, ejercicio, manejo del estrés, desarrollo de habilidades sociales y conductas sexuales responsables (Güemes-Hidalgo et al., 2017), los cuales son más relevantes en contextos deportivos por las experiencias y exigencias a las que se enfrentan por lo que estos son factores importantes para considerar en los programas de entrenamiento.

Para los adolescentes que practican deportes a nivel de rendimiento no existe un consenso de que esta práctica tenga sólo efectos positivos o negativos. Algunos estudios muestran los beneficios que tienen las experiencias deportivas en los aspectos físicos, cognitivos, emocionales y sociales de los jóvenes, por ejemplo, el desarrollo de conductas prosociales, aumento en la autoeficacia y responsabilidad social (Carreres-Ponsoda et al., 2012); mientras que otros han reportado consecuencias negativas como aumento de estrés, *burnout* y aumento de lesiones (Pires et al., 2012). Actualmente, se considera que el deporte de rendimiento puede promover beneficios personales y sociales en los atletas jóvenes; y también se reconoce que es necesaria una mayor difusión de estos efectos positivos (Rigoni et al., 2017). El deporte juvenil de rendimiento se caracteriza por desarrollar aspectos físicos como la velocidad, resistencia, fuerza y flexibilidad y psicológicos; y continuando con los postulados de Vallerand (2001) y Ryan y Deci (2000) serían los factores sociales como el Apoyo a la Autonomía (AA), los mediadores como las Necesidades Psicológicas Básicas

(NPB), la Motivación Autodeterminada y las consecuencias a nivel cognitivo, afectivo y conductual como la Vitalidad Subjetiva (VS) y la Imagen Corporal (IC).

### **Componentes Psicológicos en el Deporte Juvenil de Rendimiento**

La identificación de los componentes psicológicos involucrados en el entorno deportivo juvenil contribuye a comprender cómo se pueden potenciar tales entornos, y con ello, fomentar una práctica deportiva saludable. Dentro de los componentes psicológicos, la motivación ha sido ampliamente estudiado en el ámbito deportivo ya que explica el porqué de la conducta y dirige las acciones de las personas dándoles persistencia, fuerza y dirección (Balaguer et al., 2011). La motivación es crucial para entender los procesos psicológicos del comportamiento, al ser el resultado de factores sociales cuyo impacto está mediado por las NPB y produce consecuencias cognitivas, afectivas y conductuales (Vallerand, 2001). Si bien existe una secuencia definida como AA → NPB → Motivación → consecuencias, para este trabajo se describirán las variables utilizando la motivación autodeterminada como eje central seguido del AA, NPB, VS y se incorporará al final la IC como una más de las consecuencias al ser la variable novedosa en el modelo.

### **Motivación Autodeterminada**

En las ciencias del deporte se ha estudiado la motivación como una de las variables de mayor interés por su relación con el compromiso y otros efectos positivos como el bienestar. La motivación responde al entorno local, pero también puede adaptarse a él. Se considera un elemento a destacar con relación al compromiso y ayuda a comprender cómo algunas personas o figuras de autoridad: entrenadores o profesores, pueden apoyar a otras: estudiantes, atletas y pacientes, para mejorar su conducta motivada. Se considera que las figuras de autoridad pueden reconocer, apoyar y vitalizar los recursos internos de las personas, además, cuando fomentan los recursos motivacionales internos, por ejemplo, mediante instrucciones claras, impactan positivamente en el funcionamiento y desempeño

(Reeve, 2016). La motivación está relacionada con los procesos internos que activan, dirigen y sostienen el comportamiento, incluyendo aspectos como latencia, intensidad, dirección y persistencia de la conducta (Reeve, 2016). La SDT, por sus siglas en inglés, Ryan y Deci, 2000), se usa para comprender la conducta autodeterminada en el deporte juvenil, especialmente para entender la interacción del entorno y los procesos motivacionales.

La SDT es una teoría multidimensional que explica la motivación del ser humano con relación a los contextos sociales y analiza el grado en el que las conductas humanas son volitivas o autodeterminadas, ya que menciona el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel máximo de reflexión y se comprometen debido a su sentido de elección. Postula que las personas poseen tendencias inherentes hacia el crecimiento personal, el dominio, la integración de nuevas experiencias y a implicarse de forma óptima y eficaz en el entorno que les ha tocado vivir (Deci y Ryan, 1985a). La SDT defiende la importancia de considerar no solo la cantidad sino la calidad o los tipos de motivación que caracterizan el comportamiento humano. Según la SDT, la motivación puede ser controlada o autodeterminada.

Para la SDT, el contexto social interviene activamente apoyando el desarrollo de las personas. El comportamiento y la experiencia son interpretados por las personas según el significado que se les da a las situaciones, y esto es lo que las impulsa a satisfacer sus necesidades psicológicas básicas y experimentar un alto nivel de bienestar; la percepción del ambiente o contexto social creado por figuras de autoridad podría ocasionar que éste sea evaluado como un reto o una amenaza (Mars et al., 2017).

Esta teoría también plantea que:

- a) los seres humanos sin importar edad, género, estatus socioeconómico, nacionalidad o antecedentes culturales tienen tendencias inherentes hacia el



- crecimiento personal, a implicarse de forma óptima y eficaz en el de entorno que les ha tocado vivir (Balaguer et al., 2008; Reeve y Halusic, 2009);
- b) las variables motivacionales y el bienestar contribuyen al desarrollo óptimo y explica cómo los factores socioambientales y los personales intervienen en el mismo (Duda, 2001);
  - c) el clima motivacional influye de manera importante para que las personas tengan conductas autónomas (motivación intrínseca) o controladas; cuando las conductas son más autodeterminadas, es probable que se produzcan resultados más adaptativos (Ryan y Deci, 2000);
  - d) el clima motivacional se crea por los comportamientos de las personas que son significativas para los atletas, quienes pueden apoyar o frustrar las tendencias naturales del individuo hacia la participación activa y el crecimiento psicológico (Bartholomew et al., 2010; Deci y Ryan, 2000);
  - e) existe una secuencia motivacional de cuatro etapas, a través de la cual explica cómo los factores sociales, a través de mediadores psicológicos impactan en los tipos de motivación y ésta genera consecuencias emocionales, cognitivas y comportamentales. Para interés de esta investigación sería: AA → satisfacción de las necesidades psicológicas (competencia, autonomía y relación) → motivación → bienestar. La autodeterminación indica que la acción se inicia libremente y emana desde la parte central del yo (*self*);
  - f) considera que el ambiente juega un rol decisivo en el desarrollo del bienestar a través del papel de los otros significativos como los entrenadores, familia y compañeros (Deci y Ryan, 1985a).
  - g) se pueden identificar los recursos de motivación interna que poseen los individuos y ofrece recomendaciones de cómo las figuras de autoridad pueden

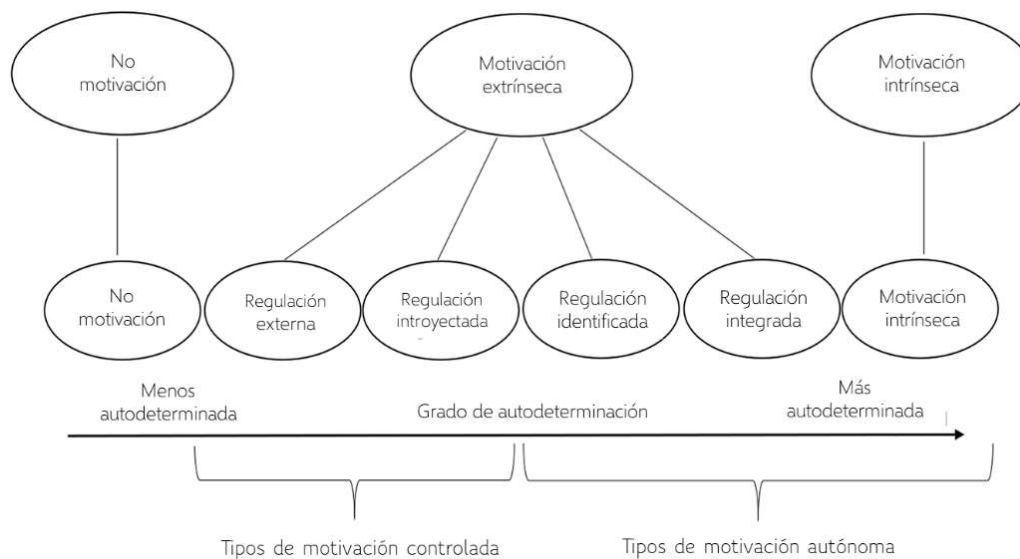
involucrar, nutrir y vitalizar estos recursos para facilitar la alta calidad del compromiso del individuo (Reeve, 2016). Si en su interacción con el medio las personas regulan sus conductas de forma voluntaria y volitiva, se favorecerá la calidad de la implicación y el bienestar (Deci y Ryan, 2000).

En el ámbito deportivo, la SDT propone que el contexto social que rodea a los atletas y, en particular la conducta y el estilo de interacción del entrenador, puede intervenir significativamente en la forma en la que los jóvenes deportistas viven su experiencia, esto es, en su conducta, cogniciones y emociones. La percepción que tengan los deportistas del ambiente social entrará en interacción con sus necesidades e intereses, favoreciendo o dificultando la calidad de su implicación deportiva (Balaguer et al., 2011). Los entrenadores pueden intervenir favoreciendo o dificultando la autodeterminación de la conducta de los jugadores, actuando sobre el ambiente, tanto a través del diseño de la estructura del medio, como del desarrollo del clima motivacional de AA (Balaguer, 2007).

Deci y Ryan (1985b) y Deci et al. (1999) plantean que existen tres diferentes tipos de motivación: no motivación, motivación extrínseca y motivación intrínseca, las cuales tienen diferentes consecuencias para el bienestar y para el desarrollo óptimo de las personas. La motivación intrínseca es la más positiva e implica el compromiso de un deportista con una actividad por el placer y el disfrute y, por tanto, la actividad es un fin en sí mismo. En la motivación extrínseca, los atletas practican su deporte por las consecuencias de esta y no lo perciben como reforzante por sí mismo. Finalmente, la no motivación es cuando no se tiene intención de actuar (Figura 1).

### Figura 1

*Representación de la motivación en la Teoría de la Autodeterminación (Howard et al., 2020)*



Las personas tienen la capacidad de autorregularse en distintos grados a lo largo de un continuo de autodeterminación, que va desde las formas no autodeterminadas de regulación: externa, introyectada, identificada e integrada, hasta las formas autodeterminadas e intrínsecas (Deci y Ryan, 1985b). La regulación externa está caracterizada por una actuación en la búsqueda de un incentivo externo, la persona se compromete en una actividad por conseguir una recompensa o evitar un castigo (Deci y Ryan, 2000). Para Balaguer et al. (2008), esta regulación se caracteriza por aquellas conductas que son controladas por fuentes externas como refuerzos materiales u obligaciones impuestas por otros.

La regulación introyectada implica establecer deberes o reglas para la acción, que están asociadas con expectativas de autoaprobación, evitar sentimientos de culpabilidad y ansiedad y lograr mejoras del ego como el orgullo (Deci y Ryan, 2000). Ésta representa conductas que están empezando a interiorizarse, pero que no están verdaderamente autodeterminadas, únicamente se reemplaza la fuerza externa de control por una interna (Balaguer et al., 2008).

La regulación identificada representa una mayor autodeterminación y genera menos presión, conflicto, sentimientos de culpabilidad y ansiedad. Se da cuando las personas valoran la conducta como importante; aunque la actividad se realice por motivos extrínsecos, las conductas ya están reguladas y autodeterminadas en cierta manera a nivel interno (Balaguer et al., 2008; Ntomanis, 2001).

La forma más autodeterminada de la motivación extrínseca se refiere a la regulación integrada, en la que varias identificaciones son asimiladas y organizadas significativa y jerárquicamente, lo que significa que han sido evaluadas y colocadas congruentemente con otros valores y necesidades (Ryan y Deci, 2000).

La motivación también puede tener un efecto mediador; la percepción del clima *empowering* (incluido el de AA) generado por el entrenador está positivamente relacionado con la motivación autónoma y el disfrute, ayuda a la adherencia al deporte, crea un compromiso, desarrolla una actitud positiva y mejora las interacciones sociales del deportista. Si el deportista percibe un clima motivacional de apoyo, tiene una alta probabilidad de desarrollar una motivación autónoma y experimentará placer. Se respalda, nuevamente, la importancia de que los entrenadores desarrollen climas de apoyo para lograr un rendimiento óptimo y un desarrollo positivo en los atletas (Mosqueda et al., 2019).

La SDT, incluye seis mini-teorías: Evaluación Cognitiva, Orientaciones de Causalidad, Integración Organísmica, Contenidos de Meta, Motivación en las Relaciones y NPB; ésta última por su evidencia como mediadora según los modelos teóricos seleccionados (Ryan y Deci, 2000; Vallerand, 2001) forma parte del marco conceptual y teórico del presente estudio y se describe más adelante.

## **Apoyo a la Autonomía**

Las tendencias humanas hacia el crecimiento, expresadas en la SDT, requieren de apoyo y nutrientes sostenidos por el contexto social. En los entornos deportivos el clima de AA se refiere a los comportamientos dirigidos por el entrenador u otra figura, los cuales generan colectivamente un clima de cuidado y comprensión. Dentro del marco teórico de la SDT, han interesado los climas que fomentan la autonomía por su relación con el aumento del disfrute y la motivación intrínseca (Reeve, 2015).

El AA implica: a) proporcionar opciones al atleta, b) ofrecer explicaciones para las tareas y establecer límites, c) reconocer los sentimientos y perspectivas de atletas, d) proporcionar retroalimentación basada en las competencias (Balaguer et al., 2012; Mageau y Vallerand, 2003).

Durante la práctica del deporte juvenil de rendimiento, puede haber control por parte de los entrenadores, obtención de recompensas después de un logro, horarios de entrenamiento y competencias inflexibles y una evaluación externa constante, lo cual limita las oportunidades de elección para los atletas (Conroy y Coatsworth, 2007), sin embargo, existen estrategias que favorecen la creación de ambientes favorables para la autonomía de los deportistas. La percepción que los atletas puedan tener del ambiente social dependerá de sus necesidades e intereses, favoreciendo o dificultando la calidad de su desarrollo deportivo, así como su bienestar (Balaguer et al., 2011).

A través del tiempo ha surgido la necesidad de saber cómo interactúan las variables psicológicas, culturales y sociales en el deporte de rendimiento, y se ha planteado que es relevante conocer los factores sociales y personales que intervienen en el desarrollo óptimo de los deportistas, ya que este conocimiento podría potenciar las vías de acción para conseguirlo (Balaguer et al., 2011).

La interacción que tienen los deportistas con los “*otros significativos*” (tutores, entrenadores, compañeros entre otros), influye en su bienestar y/o malestar (Deci y Ryan, 1985a; Ryan y Deci, 2000). Se considera que la participación deportiva no es en sí misma promotora del bienestar psicológico, sino que es la calidad de la experiencia deportiva, favorecida por los ambientes sociales creados por los otros significativos lo que tiene importantes implicaciones para el desarrollo del bienestar de los atletas (Duda y Balaguer, 2008).

Ames (1992) introdujo el término de clima motivacional, para referirse a los aspectos primordiales del ambiente psicosocial, como las señales implícitas y/o explícitas, percibidas en el entorno. El clima motivacional es jerárquico, multidimensional, complejo interactivo y multifacético (Keegan et al., 2010); además, estos ambientes pueden empoderar (clima *empowering*) si apoyan la autonomía, involucran a la tarea y favorecen el apoyo social o propiciar el desempoderamiento (*disempowering*) si fortalecen el ego y son controladores (Duda, 2013). El clima de AA hace referencia al deseo y voluntad de una persona que ocupa una posición de autoridad de situarse en el lugar o en la perspectiva de los otros, para detectar sus necesidades, sentimientos, ofrecerles información apropiada y significativa para la realización de sus tareas, y promover la oportunidad de elección (Ryan y Deci, 2000). Para Williams et al. (2006), es responder a la iniciativa de los demás y minimizar el control.

Cuando el AA está presente, se generan ambientes que satisfacen las NPB (autonomía, competencia y relación) apoyando a los atletas en su proceso formativo, brindándoles condiciones que los involucran de una manera activa en las decisiones en favor de su desarrollo personal y propiciando bienestar psicológico (Deci y Ryan, 2014).

Los entrenadores promueven el AA cuando alientan a sus deportistas a tener iniciativa, fomentan y valoran la toma de decisiones, proponen actividades interesantes explicándoles

para qué sirven, y se ponen en su lugar para entenderles, sin juzgarles y siendo flexibles con ellos (Deci y Ryan, 1985a); también si dan opciones dentro de los límites del deporte, reconocen los sentimientos y las perspectivas de los atletas, proporcionan retroalimentación informativa, evitan el control y la crítica abierta, estructuran los sistemas de recompensa y limitan el ego de los atletas (Mageau y Vallerand, 2003).

Para Reeve y Halusic (2009), el AA se refiere a lo que una persona dice y hace para mejorar la percepción interna de *locus* de causalidad de otro y la voluntad durante una acción. Es el sentimiento y comportamiento de una persona para identificar, nutrir y desarrollar los recursos motivacionales internos de otra persona, como la necesidad de autonomía, intereses personales, metas intrínsecas y las autovaloraciones. El clima de AA es susceptible a la influencia directa de los entrenadores y puede tener efectos directos e indirectos sobre la motivación y el desarrollo deportivo (Conroy y Coatsworth, 2007; Deci y Ryan, 2000).

### **Teoría de las Necesidades Psicológicas Básicas**

La teoría de las necesidades psicológicas básicas o NPB (*Basic Psychological Needs Theory*, BPNT, por sus siglas en inglés), explica el porqué de los comportamientos que realizamos, y los motivos que nos llevan a involucrarnos en determinadas actividades (Deci y Ryan, 2000). Se eligió incluir esta teoría porque contribuye al marco general de la SDT de tres formas: primero, identifica el origen de la naturaleza activa en las tres necesidades psicológicas (Deci y Ryan, 2000) y presenta la satisfacción de las necesidades psicológicas como un principio unificador (Vansteenkiste et al., 2010) que energiza el compromiso y se conceptualiza como nutriente psicológico. Segundo, explica por qué los individuos algunas veces se muestran comprometidos activamente con las actividades, pero otras, se muestran pasivos e incluso con participación antagónica; la satisfacción de las necesidades promueve el compromiso activo, mientras que el descuido y frustración de estas necesidades anticipa varias manifestaciones de alienación (Deci y Ryan, 2000). Tercero, las tres necesidades

proveen las bases para predecir cuáles aspectos del ambiente serían de apoyo contra el debilitamiento del compromiso del individuo, las condiciones que afectan las percepciones de las personas de autonomía, competencia y relación (Deci, et al., 1999; Reeve, 2012).

La BPNT identifica tres necesidades psicológicas: *autonomía, competencia y relación*, que son fuente inherente de las personas y una tendencia intrínsecamente motivada a buscar la novedad, perseguir desafíos óptimos, ejercitarse y extender sus capacidades para explorar y aprender. Las NPB constituyen un concepto fundamental de la SDT y son definidas como algo innato, universal y esencial para la salud, el bienestar y el crecimiento psicológico de las personas (García-Merita et al., 2010). Tiene un rol mediador y unificador, al considerar que el bienestar psicológico y el funcionamiento óptimo dependen de la satisfacción de la NPB.

Las NPB constituyen un aspecto natural de los seres humanos que se aplican a todas las personas, sin tener en cuenta el género, grupo o cultura. En la medida en que las necesidades son satisfechas continuamente, las personas funcionarán eficazmente y se desarrollarán de una manera saludable (Deci y Ryan, 2000).

La *autonomía* se refiere a la necesidad de sentir un *locus* de causalidad interno en las acciones realizadas por uno mismo (Guzmán y García-García, 2014). Es el deseo de implicarse en actividades de propia elección y el deseo de ser uno mismo el iniciador de sus propias conductas; es la necesidad psicológica de experimentar que el comportamiento emana y es respaldado por uno (Deci y Ryan, 1985b; Reeve, 2016). Es un sentimiento de libertad, sin presiones y de tener la posibilidad de hacer elecciones durante los distintos momentos de la acción. Para Deci y Ryan (2000) la autonomía es el equivalente de libertad, en el sentido de que la persona tiene la necesidad innata de elegir las actividades paralelamente a sus autopercepciones.



La *competencia* es la necesidad de ser eficaz en las actividades e interacciones con el ambiente. Refleja el deseo inherente de ejercer las propias capacidades y al hacerlo buscar desafíos en el ambiente (Reeve, 2016). Está basada en la necesidad de impactar a nuestro alrededor, manifestándose en resultados importantes en ese ambiente (Deci y Ryan, 2000). Harter (1978) la considera como un nutriente, y mantiene que cada persona, puede o no, tener una cierta competencia en determinadas áreas. Sugiere que, si no se logra dicha competencia, la persona buscará una actividad alternativa para obtenerla.

La *relación*, es la necesidad para establecer lazos emocionales cercanos y afectos seguros con otros. Refleja el deseo de estar emocionalmente conectado e involucrado en relaciones interpersonales cálidas, cuidadosas y sensibles (Deci y Ryan, 1985a). Se experimenta la satisfacción de la necesidad de relación cuando las personas se relacionan con otros de una forma auténtica, cuidadosa y recíproca (Reeve, 2012; Ryan, 1993).

### **Bienestar: Vitalidad Subjetiva**

El bienestar psicológico es el resultado de la percepción personal de que la vida se está viviendo bien y adecuadamente, siendo consciente del correcto desarrollo de sus potencialidades (Romero-Carrasco et al., 2010).

Las dos tradiciones teóricas sobre el bienestar son la hedónica o bienestar subjetivo y la eudaimónica o bienestar psicológico (Ryan y Deci, 2001). En la primera, el bienestar se ha conceptualizado como consecución del placer y la evitación del dolor en los diferentes aspectos de la vida. La segunda ha centrado su atención en el desarrollo de las capacidades y el crecimiento personal, ambas concebidas como los principales indicadores del funcionamiento positivo (Rodríguez-Carvajal et al., 2010). Para Ryan y Deci (2001), el bienestar eudaimónico se refiere al buen funcionamiento psicológico y a la experiencia óptima. En el bienestar psicológico se considera que el individuo tiene un carácter activo y

emprendedor y le interesa el desarrollo de sus competencias y de sus potencialidades (Ryan y Frederick, 1997). Se considera como un funcionamiento psicológico vital basado en experiencias positivas y saludables, y en un sentido del yo congruente e integrado (Deci y Ryan, 2000).

En el deporte, las teorías sobre bienestar consideran a la persona como responsable de sus acciones, en la medida que participa activamente con su interpretación subjetiva del contexto y de los comportamientos (Cantón-Chirivella, 2015). En este contexto, los otros significativos son agentes facilitadores y movilizadores del bienestar psicológico de los atletas (Romero-Carrasco et al., 2010) y, como explican Balaguer et al, (2011), en el deporte de rendimiento es relevante conocer los factores sociales y personales que intervienen en el desarrollo óptimo de los atletas, para potenciar las vías de acción para conseguirlo.

Desde la SDT se considera que las NPB actúan como predictoras del bienestar y participan como mediadoras entre los factores sociales, como el clima motivacional y el bienestar, como la VS. En Psicología, se han utilizado varios indicadores del bienestar; para esta investigación se eligió la VS como medida de bienestar, definida como una experiencia psicológica consistente en poseer entusiasmo y ánimo, que propicia que la persona se sienta realmente viva y demuestre más sentimientos positivos durante sus actividades (Ryan y Frederick, 1997). Proporciona un indicador del nivel de energía, esfuerzo y persistencia, de poseer entusiasmo y puede variar según el nivel de salud física y factores psicológicos. Las personas que experimentan niveles altos de VS se sienten con iniciativa, espontaneidad, mayor sensación de control, autonomía y permite mantener el esfuerzo para lograr objetivos (Ryan y Deci, 2000).

## **Imagen Corporal**

Se ha llegado a considerar que la lucha por la satisfacción de la imagen corporal (IC) puede ser ocasionada por niveles bajos de autodeterminación o por NPB no satisfechas (Thøgersen-Ntoumani y Ntoumanis, 2007). La IC se conceptualiza como una experiencia subjetiva construida socialmente, conformada por identidades y contextos sociales entrelazados. Las perspectivas socioculturales sobre la IC explican la forma en la que cada individuo percibe y experimenta su cuerpo a partir de un contexto social y cultural (Grogan, 2016) que conlleva a la construcción de cogniciones, afectos, percepciones, comportamientos y experiencias (Cash y Smolak, 2011). Para Slade (1994) es una representación interna de la apariencia externa, la forma en la que nos percibimos, sentimos y pensamos sobre nuestro propio cuerpo y considera que los factores situacionales, emocionales y de personalidad, así como los históricos, culturales, sociales, individuales y biológicos influyen en la construcción mental y sensaciones sobre el cuerpo.

Está conformada por la percepción que tenemos del cuerpo y de cada una de sus partes. Se construye histórica y culturalmente y, en el caso de las sociedades occidentalizadas, actualmente la estética corporal idealizada es la esbeltez para las mujeres y la musculatura para los varones, que son difundidas por poderosas industrias y medios de comunicación ya que el cuidado del físico y de la IC son de gran relevancia social (Álvaro-González et al., 2016).

Para Salaberria et al. (2007) en la adolescencia se internalizan y entienden las experiencias acerca del cuerpo, como determinantes para las valoraciones futuras que se hagan sobre este. En tal etapa pueden aparecer problemas de autoestima derivados de los cambios que experimenta el cuerpo en esas edades. Esto, combinado con el deseo de ser aceptados, hace que los adolescentes realicen constantemente comparaciones con los demás. Por ello, la IC es uno de los predictores más influyentes en la autoestima (Chacón et al.,

2016; Moreno et al., 2008). En la adolescencia se puede percibir mayor o menor satisfacción corporal debido al desenvolvimiento en el contexto social y al peso que se da a la autoevaluación de la imagen física y a la comparación social (Zeferino et al., 2021).

Se ha reportado que las atletas experimentan mayores niveles de presión sociocultural y deportiva en relación con su peso, cuerpo y apariencia; presentándose una mayor insatisfacción corporal, con pensamientos y sentimientos negativos sobre su cuerpo, y una discrepancia entre el tamaño corporal real y el ideal (Grogan, 2016; Reel et al., 2013; Thompson y Sherman, 2011). Esta insatisfacción corporal surge por la presión que generan los ideales socioculturales de belleza (Szymanski et al., 2011) que suelen presentarse en los medios de comunicación, con mensajes sobre la apariencia y forma ideal que deben tener los cuerpos: la delgadez es hermosa, deseable y buena, por el contrario, la grasa es fea, indeseable y mala. De esta manera, las personas deben controlar el cuerpo y sus “antojos” de acuerdo con estándares sociales (Levine, 2012). La presión ejercida por el contexto social para cumplir el canon de belleza socialmente establecido es cada vez mayor; generando mayor interés por la IC y en las preocupaciones por tener un peso ideal (Vaquero-Cristóbal et al., 2013).

En el ámbito deportivo, las presiones que ejercen los entrenadores, los compañeros y los jueces, al hacer comentarios negativos sobre el peso y forma corporal, generan insatisfacción corporal y trastornos de conducta alimentaria en los atletas, como la dieta desadaptativa (Reel et al., 2013). Las burlas pueden propiciar una lucha por alcanzar un físico que cumpla estéticamente con los ideales sociales y que sea altamente funcional, para tener un rendimiento deportivo óptimo (Lunde y Gattario, 2017; Sabiston et al., 2019).

Los entrenadores, además de desempeñar roles técnicos-tácticos, también son agentes clave en el desarrollo de los ideales corporales debido a la importancia que se le da al cuerpo,

así como en las presiones relacionadas al peso (Petrie y Greenleaf, 2007). También influyen en las actitudes, y se considera que son los agentes que más inciden en la percepción de la IC dentro del ámbito deportivo mientras que los padres y medios de comunicación lo hacen por fuera (Beckner y Record, 2016). Los entrenadores han reconocido que la percepción de IC interfiere en el rendimiento en diferentes niveles; por ejemplo, cuando los uniformes se consideran sexualizados, las atletas se distraen y se sienten incómodas (Sabiston et al., 2020). Si bien, el tipo de deporte es un predictor de insatisfacción corporal, se ha visto que no sólo las deportistas que practican disciplinas donde el peso y la forma inciden en el rendimiento, perciben insatisfacción corporal (Buchholz et al., 2008).

Otro estudio llevado a cabo en Polonia describió que el nivel de competencia (internacional vs nacional) y la edad fueron significativos; los atletas con participaciones internacionales tuvieron una IC más positiva, y los más jóvenes experimentaron menor satisfacción con su cuerpo. Algunas explicaciones al respecto podrían ser las siguientes: i) los deportistas con participación internacional están más familiarizados con ambientes deportivos y han desarrollado mayor autoconfianza asociada con menores índices de insatisfacción corporal; y ii) en la adolescencia ocurren cambios físicos y cognitivos que influyen en la percepción de IC (Karr et al., 2013).

Con el objetivo de mejorar los factores de protección y prevenir los problemas de IC se han puesto a prueba algunas recomendaciones, encontrando que cuando las intervenciones están dirigidas a todo el sistema deportivo y no sólo a los atletas se obtienen mejores resultados. De esta manera, al tener un enfoque ecológico, se puede incidir en los diferentes niveles de los entornos sociales, desde un microsistema (familia y pares) hasta el nivel macro (organizaciones). Este enfoque incluye aspectos específicos para trabajar; por ejemplo, desde la perspectiva de la salud mental se diseñan estrategias de afrontamiento positivo y resistencia a las presiones sociales (Piran y Mafri, 2012).

En este sentido, se ha sugerido a los entrenadores crear climas centrados en reconocer y apreciar la funcionalidad del cuerpo y no sólo en la apariencia corporal (Soulliard et al., 2019). Las y los entrenadores que han recibido educación en temas de IC (peso, lenguaje, alimentación, trastornos alimenticios) han aumentado el empleo de estrategias efectivas para reducir la presión percibida de las atletas por parte de los clubes deportivos, exigiendo también más y mejores políticas deportivas que mitiguen la preocupación sobre la IC en sus deportistas (Buchholz et al., 2008; Whisenhunt et al., 2008).

Es recomendable y necesario promover que la función del cuerpo es más importante que la apariencia, utilizar un lenguaje no objetivante y gestionar las condiciones para incrementar la autoeficacia y la competencia física (Kinsaul et al., 2014; Slater y Tiggemann, 2015).

Considerando que en el rendimiento deportivo inciden múltiples variables, es fundamental identificar las que se puedan controlar y entrenar a fin de que las y los atletas sean capaces de canalizar positivamente el estrés y ansiedad (Cox, 2008). Las habilidades psicológicas son fundamentales para el rendimiento, especialmente en contextos donde los atletas tienen niveles deportivos similares entre sí. La motivación, control del pensamiento, visualización, establecimiento de objetivos, autocontrol y cohesión, mejoran el rendimiento deportivo (Carazo y Araya, 2010; Gimeno y Buceta, 2010; Weinberg y Gould, 2007).

### **Escuelas Deportivas de Rendimiento**

Debido a las nuevas exigencias y modificaciones al sistema de competición, que permiten competencias con atletas cada vez más jóvenes, el interés de algunos países por demostrar supremacía a través del deporte y la búsqueda de dominio de algunos modelos teóricos como el Desarrollo de Atletas a Largo Plazo (*Long-Term Athlete Development*, LTAD por sus siglas en inglés, Bailey y Collins, 2013), sostienen que la práctica de 10,000

horas permitirá lograr una habilidad en términos de excelencia. En los últimos años se ha incrementado la creación de escuelas deportivas que, si bien han sido muy criticadas, también han sido aclamadas (Ferry et al., 2013).

Para que los atletas estén saludables y mantengan su bienestar psicológico se debería lograr un equilibrio en las diferentes esferas de sus vidas ayudándoles a lograr los hitos deportivos sin obligarles a renunciar a las actividades académicas y laborales (Morris et al., 2021).

Los centros de alto rendimiento deportivo (CARD) o centros de tecnificación deportiva (CTD) son instituciones, por lo general, financiadas por los gobiernos de cada país para la detección de talento inmediato y/o de largo plazo. Su objetivo es formar atletas con niveles de rendimiento buenos o excelentes. Los atletas de CARD o CTD se forman con entrenadores, profesores y equipos multidisciplinarios (médicos, rehabilitadores, nutriólogos y psicólogos). El apoyo técnico, científico, tecnológico y de infraestructura favorece el desarrollo de factores psicológicos y sociales con el fin de desarrollar e incrementar sus potencialidades.

Los atletas en los CARD o CTD experimentan cambios en su contexto familiar, social y exigencia deportiva. Por ello, para minimizar o controlar la aparición de problemas de salud, hay que investigar y supervisar los contextos sociales dentro y fuera de los centros, incluyendo a padres, compañeros y amigos, por el rol clave en el desarrollo equilibrado de los procesos cognitivos, sociales y afectivos que influyen en la adaptación al entorno de competición (Rial et al., 2013).

Los responsables de los CARD y CTD desempeñan un papel crucial para mejorar el rendimiento y la calidad de la experiencia deportiva de los atletas juveniles (Holt et al., 2018), quienes durante esta etapa deben compaginar las exigencias deportivas, académicas y

sociales. Los CARD y CTD, no necesariamente ofrecen programas educativos paralelos al deporte.

Existen diferentes tipos de escuelas deportivas, algunas están integradas a sistemas educativos regulares, lo que permite a los atletas convivir con estudiantes que no son atletas; otras son parcialmente integradas, en éstas, los atletas reciben algunas clases regulares que les permite conexión con los estudiantes, se les da apoyo con clases individualizadas y están las separadas completamente del sistema educativo, siendo más flexibles al reorganizar clases, cursos y/o exámenes en función de sus necesidades, estas escuelas cambian la rutina del atleta adolescente, además suelen entrenar en los mismos espacios o en lugares cercanos, ya sean CARD de especialización deportiva o multideporte (Way et al., 2010). Una clasificación más actualizada en Europa sugiere que son escuelas amigables con el deporte, escuelas deportivas de élite y escuelas con sistemas duales (Morris et al., 2021).

En México, las escuelas deportivas tienen dentro de sus objetivos disminuir el truncamiento educativo de los atletas de rendimiento y mejorar el desempeño deportivo en competencias mundiales (Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte [Conade], 2013). En Yucatán, el CARD “integra lo necesario para que los deportistas de rendimiento y talentos deportivos alcancen su máximo potencial”, y contribuye al desarrollo y formación integral de los deportistas de rendimiento (Instituto del Deporte del Estado de Yucatán [Idey], 2019). La escuela deportiva se enfoca a corto y mediano plazo, con fines exclusivamente deportivos.

Ante la diversidad de sistemas y panoramas alrededor del mundo, Godber (2012) propone que las escuelas deportivas: a) sean monitoreadas para asegurar que los compromisos deportivos no tengan efectos irreversibles o perjudiciales en el progreso y objetivos escolares a largo plazo para los atletas; b) los atletas deben ser considerados únicos, así como también los procedimientos utilizados para sus necesidades escolares específicas; c)



los profesores deben ser conscientes de las presiones deportivas, escolares y de la adolescencia; d) aunque los adolescentes de rendimiento (que asisten a las escuelas deportivas) son un grupo reducido, debe haber regulaciones políticas que permitan identificar y monitorear sus necesidades y, e) las expectativas deben ser realistas, con un enfoque flexible y de apoyo para superar las demandas físicas, mentales, emocionales y financieras.

En esta investigación se reconoció la importancia de analizar los comportamientos de interacción de entrenadores/as, por su relevancia en el proceso formativo de atletas y en la creación de climas deportivos que pueden tener consecuencias para la salud y bienestar de los y las atletas; se incluyó a tutores/as porque durante la adolescencia son figuras relevantes a nivel personal y deportivo, según varios modelos de carrera atlética.

Asimismo, se consideró el contexto actual, la situación económica y los recursos disponibles limitados que permiten plantear recomendaciones específicas orientadas a mejorar la toma de decisiones en los CARD, a fin de obtener el máximo rendimiento de los atletas durante su carrera deportiva, cuidando el aspecto emocional, cognitivo, social, fisiológico y comportamental. Considerando la SDT se puede explicar la motivación con relación a los contextos sociales en el deporte, porque permite identificar intercambios dinámicos entre el atleta y sus compañeros/as, entrenadores/as y familia (Palou y Borrás 2019; Uehara et al., 2019).

### Capítulo III. Preguntas de Investigación y Objetivos

#### Preguntas de Investigación

- ¿Cómo las figuras significativas promueven el desarrollo óptimo de los atletas del CARD?
- ¿Cómo perciben los atletas que las figuras significativas apoyan su autonomía?
- ¿Cómo es la motivación autodeterminada de los atletas del CARD?
- ¿Cómo perciben su bienestar los atletas del CARD?
- ¿Cómo es la percepción de IC de los atletas del CARD?
- ¿Cómo percibieron los atletas, tutores y entrenadores el impacto del COVID-19 en sus vidas?

#### Objetivos

##### *Objetivo General*

Explorar en los atletas adolescentes del Centro de Alto Rendimiento Deportivo (CARD) de Yucatán su percepción sobre el apoyo a la autonomía (AA) generado por sus tutores y entrenadores, los procesos psicológicos motivacionales y su imagen corporal (IC), así como la percepción que tienen los tutores y entrenadores sobre el AA generado hacia los atletas, y su vitalidad subjetiva (VS).

##### *Objetivos Específicos (OE)*

OE1. Analizar las características sociodemográficas y deportivas de los participantes.

OE2. Identificar en los atletas su percepción sobre el AA generado por sus tutores y entrenadores.

OE3. Evaluar en los atletas la satisfacción de sus NPB e IC, y su VS.

OE4. Estimar el índice de motivación autodeterminada (IAD) de los atletas, para conocer el grado de regulación en su conducta.

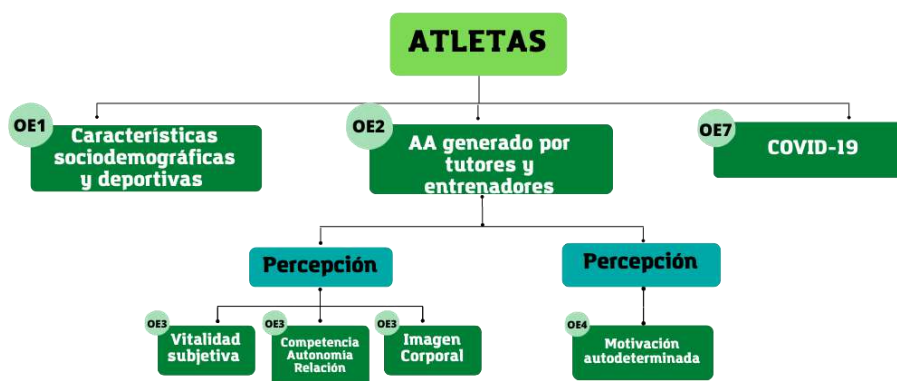
OE5. Examinar en tutores y entrenadores, su percepción sobre el AA que generan hacia los atletas.

OE6. Identificar en tutores y entrenadores la VS.

OE7. Conocer la opinión sobre la influencia del COVID-19 en la vida de atletas, tutores y entrenadores

A continuación, se presentan dos esquemas conceptuales sobre el Modelo Teórico propuesto en esta investigación, basados en las propuestas de Deci y Ryan (2000) incluyendo la temporalidad del COVID-19 y vinculándolos con los objetivos específicos (OE) de este estudio:

**Figura 2**  
*Esquema de las variables de interés para la investigación*



**Figura 3**  
*Esquema de las variables de interés para la investigación*



## **Capítulo IV. Metodología**

### **Diseño del Estudio**

El diseño de este estudio fue no experimental al no manipularse ninguna de las variables, se obtuvo la información sin crear alguna condición especial; fue transversal debido a que la obtención de la información fue en un momento único y descriptivo porque se pretende especificar las características importantes de un grupo de atletas en un contexto específico (Hernández et al., 2014).

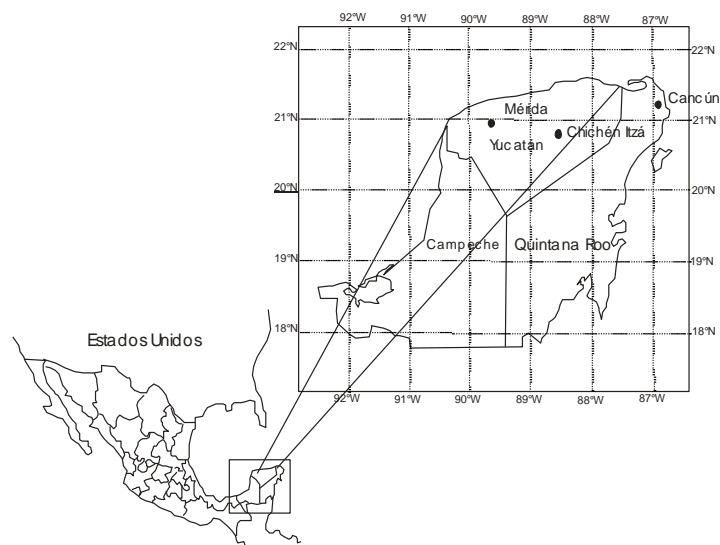
### **Lugar del Estudio**

El estudio se realizó en el Centro de Alto Rendimiento Deportivo (CARD), ubicado en la ciudad de Mérida, Yucatán, México. Ahí se ofrece lo necesario para que los deportistas de rendimiento y talentos deportivos alcancen su máximo potencial, basado en adecuadas cargas de entrenamiento y en un plan de estudios adecuado a sus necesidades. El Centro empezó a funcionar en septiembre de 2004 y alberga a atletas de disciplinas individuales, en su mayoría consideradas como olímpicas, y para el alumnado del CARD la colegiatura es gratuita.

Su misión es contribuir en el desarrollo y la formación integral de los deportistas de rendimiento, a través de la vinculación organizada de la ciencia, la técnica y la pedagogía, aplicando servicios de calidad e innovaciones tecnológicas, para garantizar una mejora continua en los niveles competitivos de los deportistas en los ámbitos nacional e internacional (IDEY, 2019). Cuenta con aulas para las clases académicas, un auditorio, un salón con internet y una cancha de baloncesto.

## Figura 4

*Localización del estudio: Mérida, Yucatán, México (elaboración propia)*



## Participantes

Para el estudio se consideraron tres poblaciones: atletas inscritos al CARD durante el ciclo escolar 2020-2021 ( $N_1= 109$ ), sus tutores ( $N_2= 103$ ) y entrenadores ( $N_3= 19$ ). Por lo tanto, se trabajó con un censo. Los criterios de inclusión fueron: estudiar en el CARD, tener de 10 a 18 años, tener nacionalidad mexicana y practicar una disciplina individual. A continuación, se presenta la distribución por sexo de los atletas considerando las 16 disciplinas admitidas en el CARD.

**Tabla 1***Distribución de atletas según la disciplina y sexo*

Disciplina	Mujeres (total= 52)	Hombres (total= 57)	Total (N <sub>i</sub> )= 109
Atletismo	10	9	19
Tenis de mesa	7	10	17
Esgrima	4	7	11
Tae Kwon Do	4	6	10
Judo	3	6	9
Natación artística	9	0	9
Natación	3	5	8
Canotaje	3	2	5
Gimnasia de Trampolín	0	5	5
Tiro con arco	4	0	4
Clavados	0	3	3
Halterofilia	2	1	3
Luchas asociadas	2	1	3
Boxeo	0	1	1
Tiro deportivo	0	1	1
Gimnasia rítmica	1	0	1

De las 16 disciplinas que tienen representación de atletas en el CARD, se obtuvo la participación de al menos un entrenador de cada una, con excepción de gimnasia rítmica, por cuestiones ajenas al estudio. Los entrenadores pueden tener diferentes roles: principales y auxiliares, los primeros son las figuras responsables del entrenamiento y los auxiliares realizan actividades de apoyo y acompañamiento durante las sesiones de entrenamiento; en total, participaron 19 entrenadores (N<sub>3</sub>).

En las disciplinas de esgrima, judo, levantamiento de pesas y natación artística dos entrenadores contestaron, en tanto para atletismo, boxeo, canotaje, clavados, gimnasia de trampolín, luchas asociadas, natación, tae kwon do, tenis de mesa, tiro deportivo y tiro con arco uno de los entrenadores responsables contestó. Las tres disciplinas cuyos entrenadores auxiliares contestaron son: levantamiento de pesas, luchas asociadas y natación artística.

## **Consideraciones Éticas**

El protocolo de investigación fue aprobado por el Comité de Bioética para la Investigación en Seres Humanos del Cinvestav (COBISH), el folio del dictamen fue 074/2021. Además, se realizó un consentimiento informado y asentamiento para los participantes, en el que se les indicaba que su participación era voluntaria y confidencial, explicando cómo se procesarían los datos y se les darían los resultados al finalizar el proyecto.

## **Obtención de Información**

Previamente a la obtención de información, se realizaron las gestiones pertinentes para la autorización del proyecto. Primero, mediante una carta oficial, se solicitó el permiso al director del IDEY y posteriormente se presentó el proyecto al director del CARD. Una vez aceptada la colaboración se llevaron a cabo reuniones, presenciales y vía internet, para explicar el proyecto a los directivos y coordinadores educativos, deportivos y de vinculación del CARD. Además, se elaboraron cartas para los tutores y entrenadores, compartiendo la importancia de su participación, y con el profesorado de los atletas se acordó promover la participación.

El procedimiento para la obtención de información se llevó a cabo de abril a julio de 2021, vía electrónica, ya que desde marzo de 2020 a febrero de 2023 el estudiantado no estuvo en clases presenciales en el CARD; primero por las recomendaciones debido a la pandemia del COVID-19 y después por remodelación de las instalaciones. Se enviaron correos electrónicos a los profesores de cada grado académico del CARD donde se encontraba un enlace digital y Código QR para facilitar el acceso al Cuestionario de *Google*; en el correo se ofrecía información escrita y también con imágenes del proyecto, invitándolos a participar. Se diseñaron diferentes imágenes: para alumnado, tutores y entrenadores; a continuación, se muestra un ejemplo (en el anexo 1 se presentan todas las imágenes).

**Figura 5**

*Imagen de difusión para el proyecto*

**Cinvestav**  
UNIDAD MERIDA

TESIS DOCTORAL SOBRE  
**CLIMAS MOTIVACIONALES,  
BIENESTAR Y RENDIMIENTO  
DEPORTIVO**

# ¿ERES DEPORTISTA?

¿Te interesaría participar en una encuesta anónima sobre tus experiencias en el deporte?

**REQUISITOS**

- Tener entre 10 y 18 años de edad.
- Estudiar en un Centro de Alto Rendimiento Deportivo.
- Practicar una disciplina individual.
- Nacionalidad Mexicana

Te tomará 25 minutos y al finalizar el proyecto recibirá un informe de resultados grupales.

Si deseas participar entra al siguiente enlace o escanea el código QR  
<https://forms.gle/ZyeyHu6tdbCB5Cmj6>

Contacto Psic. Ana Concha Viera  
Correo electrónico: [ana.concha@cinvestav.mx](mailto:ana.concha@cinvestav.mx)

El profesorado compartió la información del correo con el alumnado y una vez que el deportista contestaba el cuestionario, la autora recibió una confirmación con las respuestas del atleta y cotejó con el listado del alumnado inscrito. Los cuestionarios eran anónimos, así que el rastreo era exclusivamente con las iniciales del alumno; después, la investigadora envió un correo electrónico a la dirección que automáticamente se recogía al contestar, en el texto se agradeció su tiempo, se ofreció alguna aclaración y se compartió los enlaces e imágenes con los cuestionarios para tutores y entrenadores, es decir, al recibirse el cuestionario de un atleta se le pidió compartir a su tutores y entrenadores los enlaces que correspondían.



## Figura 6

*Procedimiento metodológico: elaboración de instrumentos, trabajo de campo y tratamiento de la información*



## Instrumentos

Debido a las características del estudio, las circunstancias de la pandemia por COVID-19 y en cumplimiento con el método científico, se eligieron instrumentos estandarizados y validados en México en sus versiones digitales. Con excepción del utilizado para evaluar la IC que es pictográfica, todos son escalas tipo Likert que consisten en un conjunto de ítems presentados en forma de afirmaciones, ante los cuales se solicita que la persona externé que tan de acuerdo está según su opinión, al finalizar se realizaron promedios de cada variable de interés para el estudio. En el caso de la Motivación Autodeterminada se calculó un índice global de motivación autodeterminada, combinando las diferentes subescalas del instrumento. Este índice permite interpretar que cuando más alta sea la puntuación, la motivación será más autodeterminada.

Para todos los instrumentos se utilizó el coeficiente de alfa de Cronbach para informar sobre la consistencia interna de cada escala, ésta describe la medida en que todos los ítems de una prueba miden el mismo constructo y, por lo tanto, está conectada con la interrelación de

los ítems dentro de la prueba. Sirve para agregar validez y precisión a la interpretación de los datos; se expresa como un número entre el 0 y el 1. Si bien existen diferentes informes sobre los valores aceptables del coeficiente alfa, para este estudio se considerarán como adecuados aquellos que se encuentren entre 0.70 y 0.95 (George y Mallery, 2011; McKinley et al., 1997; Tavakol y Dennick, 2011).

Se realizaron tres baterías digitales de instrumentos para cada uno de los tres grupos: deportistas, tutores y entrenadores. Los atletas contestaron siete instrumentos con la modificación que se realizó para el de AA, donde se incluyeron enunciados específicos para tutores (se pidió a los atletas que eligieran a dos y se les nombró “Tutor A” y “Tutor B”) y entrenadores; en el caso de tutores y entrenadores, contestaron dos instrumentos (AA que consideraban generan hacia los atletas y VS). Las tres baterías incluían el consentimiento informado.

La sección de datos sociodemográficos incluía, en el caso de los atletas: sexo, fecha de nacimiento, zona de residencia (rural o urbana), disciplina practicada; para los entrenadores, su sexo, edad, cuál era el deporte a su cargo; horas de entrenamiento a la semana, experiencia deportiva y competitiva y máxima experiencia deportiva y los tutores contestaron sobre su edad, sexo, residencia, si practicaron o no deporte, parentesco con el atleta y escolaridad.

Todos los cuestionarios se enviaron a través de la plataforma *Google Documents*; se creó un enlace URL con la identificación del estudio y se enviaron a los atletas, tutores y entrenadores por correo electrónico. La información fue confidencial, las respuestas se almacenaron en *Google Cloud Database*, y descargados por la investigadora en formato *Microsoft® Excel*.

A continuación, se presentan los instrumentos seleccionados para este estudio.

## Escala de Motivación Deportiva II

Se utilizó la validación mexicana (Barbosa-Luna et al., 2017) de este instrumento (Pelletier et al., 2013). Esta escala está compuesta por 18 ítems, que se evalúan con una escala tipo Likert de 7 puntos que mide 6 factores: motivación intrínseca, regulación integrada, regulación identificada, regulación introyectada, regulación externa y no motivación. En esta escala, el número 1 y 2 significan “Totalmente en desacuerdo”; 3, 4 y 5 “Indiferente” y 6 y 7 “Totalmente de acuerdo”. La consistencia interna, se midió a través del coeficiente de alfa de Cronbach y para el factor de motivación intrínseca fue de 0.88; para la regulación integrada 0.80; para la identificada 0.82; para la introyectada 0.70, para la externa 0.74 y para la no motivación 0.81. Este instrumento se aplicó a los atletas.

Se obtuvo el Índice de Motivación Autodeterminada (IAD), considerando las recomendaciones realizadas en otros estudios que utilizaron el mismo constructo (Kusurkar et al., 2013; Levesque et al., 2004). Su cálculo se hizo considerando: la asignación de pesos a la motivación intrínseca (+2), regulación identificada (+1), regulación introyectada (-1) y la motivación extrínseca (-2), de acuerdo con el lugar ocupado en el continuo de la motivación de la SDT; después se sumaron las puntuaciones ponderadas (Vansteenkiste et al., 2010).

## Cuestionario de Clima en el Deporte (SCQ, *Sport Climate Questionnaire*)

Se seleccionó este cuestionario, para evaluar el Clima de Apoyo a la Autonomía (AA); fue adaptado a la población mexicana por López-Walle, et al., (2012); su consistencia interna fue de 0.91. Previamente, el instrumento fue adaptado por Balaguer et al. (2009) en población española con una confiabilidad de 0.96. El cuestionario está compuesto por 15 ítems en su versión completa y evalúa el grado en el que los deportistas perciben que sus entrenadores apoyan su autonomía; las respuestas se recogen en una escala tipo Likert de 7 puntos; donde los números 1 y 2 significan “Nada verdadero”; 3, 4 y 5 “Algo verdadero” y 6

y 7 “Muy verdadero”. Para esta investigación se usó la versión corta de 6 ítems. Este instrumento se aplicó a atletas, tutores y entrenadores (Tabla 2).

Como se decidió incluir la percepción de tutores y entrenadores sobre el AA que generaban hacia los atletas se modificó el instrumento principal. Una vez realizadas los cambios se pidió a las expertas en la SDT revisaran cada ítem con el fin de mantener la validez del instrumento. Las expertas han publicado artículos como: “Intervención con madres de nadadores para desarrollar y promover la autodeterminación de sus hijos” (Moreno-Basurto et al., 2016), “Autodeterminación y pasión en bailarinas de danza clásica: un programa de intervención” (Cuevas-Ferrera, 2009) y “*Autonomy support, basic psychological needs and well-being in Mexican athletes*” (López-Walle et al., 2012). Se presenta una tabla como ejemplo del proceso de modificación.

**Tabla 2**

*Ejemplo de las modificaciones del cuestionario SCQ*

Ítems originales	Ítems modificados	Ítems modificados	Ítems modificados
Percepción del atleta sobre el AA generado por <i>entrenadores</i>	Percepción del atleta sobre el AA generado por <b>Tutor A</b>	Percepción del atleta sobre el AA generado por <b>Tutor B</b>	Percepción del <b>tutor</b> sobre AA generado al atleta
Inicio: EN MI DEPORTE...	EN MI DEPORTE...	EN MI DEPORTE...	EN EL DEPORTE...
1. Mi <b>entrenador(a)</b> me ofrece distintas alternativas y opciones.	1. Mi <b>tutor A</b> me ofrece distintas alternativas y opciones	1. Mi <b>tutor B</b> me ofrece distintas alternativas y opciones	1. Ofrezco distintas alternativas y opciones.
2. Me siento comprendido(a) por mi <b>entrenador(a)</b> .	2. Me siento comprendido por mi <b>tutor A</b>	2. Me siento comprendido por mi <b>tutor B</b>	2. Comprendo a los atletas

Al finalizar los ajustes necesarios, la aplicación del instrumento se llevó a cabo de la siguiente manera: primero, se definió al tutor como cualquier persona significativa que el atleta considerara estuviera al pendiente de él y de su deporte; después, se le pidió elegir a un tutor (Tutor A) señalando el parentesco que tenía con él, al terminar de contestar los 6 ítems del instrumento se le pedía que eligiera un segundo tutor (Tutor B), especificara el parentesco y contestara los ítems correspondientes.

#### Escala de Competencia Percibida del Cuestionario de Motivación Intrínseca

A través de esta escala (Balaguer et al., 2008; López-Walle et al., 2012) se evaluó la necesidad de competencia. Está compuesta de cinco ítems; se solicitó a los deportistas que indicaran el nivel de acuerdo con una serie de afirmaciones, con respuestas tipo Likert de 7 puntos, con un rango de 1 a 7, en el que (1) era totalmente en desacuerdo y (7) totalmente de acuerdo. En el estudio de Balaguer et al. (2008) se obtuvo una consistencia interna de 0.76 y para el de López-Walle et al. (2012) fue de 0.81; en todos los estudios se obtuvieron rangos adecuados de consistencia interna. Este instrumento se aplicó a los atletas.

#### Subescala de Aceptación de la escala de Necesidades de Relación

De este instrumento (NRSC, Richer y Vallerand, 1998) se utilizó una versión adaptada al contexto mexicano (López-Walle et al., 2012), para evaluar la necesidad de relación. La subescala está compuesta por 5 ítems con una escala de respuesta tipo Likert que oscila de 1 “Totalmente en Desacuerdo” a 5 “Totalmente de acuerdo”. Un ejemplo de ítem es “Cuando participo en mi deporte, me siento apoyado”. Este instrumento se aplicó a los atletas.

### Escala de Autonomía Percibida en el deporte

Con esta escala se evaluó la necesidad de autonomía (Balaguer et al., 2008; López-Walle et al., 2012). Incluye 10 ítems que miden dos aspectos de la autonomía percibida: elección/toma de decisión y volición en el contexto deportivo. Se les pide a los atletas que indiquen cómo se sienten generalmente cuando practican su deporte. Las respuestas son tipo Likert de 7 puntos. En un continuo donde las puntuaciones 1 y 2 significan “Nada verdadero”; los números 3, 4 y 5 “Algo verdadero” y el 6 y 7, “Muy verdadero”. La consistencia interna de esta escala en el estudio de Balaguer et al., (2008) fue de 0.89; para López-Walle et al. (2012) fue de 0.90. Este instrumento se aplicó a los atletas.

### Escala de Vitalidad Subjetiva

De este instrumento (SVS; Ryan y Frederick, 1997) se utilizó la versión mexicana (López-Walle et al., 2012). Con esta escala se valoró el bienestar psicológico: VS; se evalúan los sentimientos subjetivos de energía y viveza, a través de una escala tipo Likert de 7 puntos, con un rango que oscila desde “no es verdad” (1), hasta “verdadero” (7). Se solicita que los deportistas, tutores y entrenadores indiquen su grado, de acuerdo con cada uno de los 6 ítems que la componen. La consistencia interna en la validación mexicana fue de 0.87 (López-Walle et al., 2012). Este instrumento se aplicó a los atletas.

### Siluetas de Stunkard

A través de este instrumento (Stunkard et al., 1983) se evaluó la IC. Al participante se le presentan 18 figuras de siluetas corporales, 9 para hombres y 9 para mujeres, que van desde una figura muy delgada hasta una muy obesa. Se les solicita que elijan qué imagen corresponde a su silueta actual y cuál a su silueta ideal, los resultados se obtienen restando a la imagen actual la ideal, si el número es igual a 0, la persona está satisfecha con su IC; si la

discrepancia tiene un valor positivo, la persona desea de ser más grande; si la discrepancia tiene un valor negativo, la persona desea ser más delgado.

**Tabla 3***Instrumentos y variables*

<b>Variable</b>	<b>Nombre del instrumento</b>	<b>¿Quién contestó?</b>	<b>Número de ítems</b>	<b>Tipo de respuesta</b>	<b>Tipo de escala</b>	<b>Rango de respuesta</b>
AA	Cuestionario de clima en el deporte (Balaguer et al., 2008) Versión mexicana: (López-Walle et al., 2012)	Tutor	6	Likert	Ordinal	1-7
	Modificación	Entrenador	6	Likert	Ordinal	1-7
	Modificación	Atleta percepción Tutor A	6	Likert	Ordinal	1-7
	Modificación	Atleta percepción Tutor B	6	Likert	Ordinal	1-7
	Modificación	Atleta percepción entrenador	6	Likert	Ordinal	1-7
Motivación autodeterminada*	Escala de motivación en el deporte (Pelletier et al., 2013); versión mexicana (Barbosa-Luna et al., 2017)	Atleta	18	Likert	Ordinal	1-7



<b>Variable</b>	<b>Nombre del instrumento</b>	<b>¿Quién contestó?</b>	<b>Número de ítems</b>	<b>Tipo de respuesta</b>	<b>Tipo de escala</b>	<b>Rango de respuesta</b>
NPB de Competencia	Escala de competencia percibida del Inventario de motivación intrínseca (Balaguer et al., 2008); versión mexicana (López-Walle et al., 2012)	Atleta	5	Likert	Ordinal	1-7
NPB de relación	Subescala de aceptación de la Escala de necesidad de relación (Balaguer et al., 2008); versión mexicana (López-Walle et al., 2012)	Atleta	5	Likert	Ordinal	1-7
NPB de autonomía	Escala de autonomía percibida en el deporte (Balaguer et al., 2008); versión mexicana (López-Walle et al., 2012)	Atleta	10	Likert	Ordinal	1-7
VS	Vitalidad subjetiva (Balaguer et al., 2005)	Atleta	6	Likert	Ordinal	1-7
IC	Siluetas corporales de Stunkard et al. (1983)	Atleta	18	Pictográfica		1-7

\*Instrumento con el que se calculó el IAD. AA: Apoyo a la autonomía; NPB: necesidades psicológicas básicas; VS: Vitalidad subjetiva; IC:

Imagen corporal.

## COVID-19

Para este estudio se diseñó un cuestionario de 6 preguntas para explorar el impacto que tuvo el COVID-19 en las diferentes esferas de la vida de las personas. La primera pregunta se refería a la percepción de la influencia del COVID-19; las opciones de respuesta eran sí o no; posteriormente, se preguntó a tutores y entrenadores sobre la influencia del COVID-19 en las esferas personal, familiar, social y profesional; a los atletas también se les incluyó la esfera deportiva. Las respuestas se obtuvieron mediante una escala tipo Likert de 5 puntos, donde 1 era “muy mala” y 5 “muy buena”. Se consideró la media teórica como un criterio de corte para interpretar los resultados, los valores inferiores a la media se consideraron bajos.

Posteriormente, un comité evaluador del proyecto realizó la revisión de los instrumentos. También se hizo la prueba piloto de los instrumentos con 9 personas: atletas, tutores y entrenadores, quienes tenían características similares a la población del estudio; al finalizar su participación se les preguntó sobre la claridad en las instrucciones y de los ejemplos de respuesta para escalas tipo Likert, se verificó si el tiempo para contestar era adecuado y si los enlaces digitales y códigos QR funcionaban correctamente. Las modificaciones fueron menores y los participantes no se incluyeron en los análisis ni formaron parte de los grupos de atletas, entrenadores y tutores.

## **Análisis Estadístico**

El procedimiento para el análisis de la información se llevó a cabo en varias fases: en primer lugar, se extrajeron los datos de los Cuestionarios de *Google* y se codificaron, después, se realizó el análisis descriptivo de las variables a través de las medidas de tendencia central (media y mediana).

En segundo lugar, se realizaron análisis de fiabilidad de los instrumentos utilizados, mediante el coeficiente de Alfa de Cronbach. En tercer lugar, para evaluar las diferencias de las medianas de dos variables independientes, se utilizó la U de Mann-Whitney y la prueba H de Kruskal-Wallis, cuando fue necesario para evaluar las diferencias de las medianas de más de dos variables independientes.

Para el análisis de las asociaciones entre las variables y las características de interés, se consideraron únicamente a los atletas cuyos tutores habían contestado los formularios, formándose 98 diadas (atleta-tutor) y se utilizó el coeficiente de *rho* de *Spearman*. Todos los análisis se efectuaron en el programa *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS versión 21).

## Capítulo V. Resultados

### Descripción de las Características Sociodemográficas

Para el estudio se incluyó a los 109 atletas ( $N_1$ ) inscritos al CARD, 103 tutores ( $N_2$ ) quienes eran padres, madres o cualquier otro adulto que tuviera relación con el atleta y lo acompañara en su vida deportiva y 19 entrenadores ( $N_3$ ). En la Tabla 4 se observa la distribución por edad y sexo de los participantes.

**Tabla 4**

*Distribución de los participantes por edad y sexo*

Participantes	Sexo		Edad (años)			
	Mujer	Hombre	M	DE	Min.	Max.
Atletas ( $N_1= 109$ )	47.7%	52.3%	13.5	1.91	10	18
Tutores ( $N_2= 103$ )	77.7%	22.3%	42.3	6.45	29	62
Entrenadores ( $N_3= 19$ )	42%	58%	48.1	10.7	26	64

M= Media; DE= Desviación Estándar; Min. = Mínimo; Max. = Máximo

En relación con los atletas, el 90% vivían en zonas urbanas y el 10% en zonas rurales. Según el sexo y su residencia, el 90.4% de las mujeres y el 89.5% de los hombres vivían en zonas urbanas.

Se encontró que el alumnado del CARD podía estar inscrito en dos modalidades: el 16% eran internos (dormían en el centro deportivo de lunes a viernes) y el 84% eran externos, que realizaban sus actividades escolares en el centro deportivo, pero dormían en sus hogares. Sobre las horas de entrenamiento, el 35% entrenaban menos de 10 horas a la semana, el 47% entre 11 y 20 horas a la semana y el 18% más de 21 horas a la semana. En cuanto a los años de experiencia deportiva el 48% tenían cuatro años o menos entrenando su disciplina; el 50% tenían una experiencia entre 5 y 10 años y el 2% tenían experiencia de más de 11 años. Sobre

los años compitiendo, el 60% tenía 4 años o menos; el 38% entre 10 y 5 años y el 1% llevaban más de 11 años. Finalmente, por nivel de participación deportiva, el 53% competía a nivel nacional, el 16% a nivel internacional, el 13% a nivel regional y el 18% a nivel estatal.

En la Tabla 5 se presenta una descripción de las variables según el sexo de los atletas.

**Tabla 5**

*Distribución de los atletas por experiencia deportiva y competitiva y nivel competitivo según el sexo (N<sub>I</sub>= 109)*

Características	Sexo	
	Mujer (total 52)	Hombre (total 57)
<b>Experiencia deportiva</b>		
1-4 años	48%	47%
5-9 años	52%	49%
Más de 10 años	0%	4%
<b>Experiencia competitiva</b>		
1-4 años	56%	65%
5-9 años	44%	33%
Más de 10 años	0%	2%
<b>Nivel competitivo</b>		
Estatal	15%	21%
Regional	15.5%	10%
Nacional	54%	53%
Internacional	15.5%	16%

En cuanto a los tutores, el 99% eran mexicanos y el 1% francés (un tutor identificado como padre); el 89.3% vivía en zonas urbanas y el 10.7% en zonas rurales. El 87.5% de las mujeres y el 95.7% de los hombres vivía en zonas urbanas.

En cuanto a los tutores y sus relaciones de parentesco con los atletas, el 78% reportaron ser las madres de los atletas, el 19% padres y el 3% restante se distribuyó en los siguientes parentescos: hermana, abuela y padrastro respectivamente. Respecto a la

escolaridad el 42% tenía licenciatura, el 38% preparatoria, el 8% carrera técnica o comercial, el 6% secundaria, el 4% posgrado y el 4% carrera trunca. Sobre su experiencia deportiva, el 45% practicó y compitió en alguna disciplina deportiva durante su niñez y adolescencia; siendo el nivel estatal el más frecuente con 21%.

En la Tabla 6 se observa los datos de la experiencia y nivel competitivo de los tutores según el sexo, el 63% de las tutoras no tuvo participación deportiva durante su infancia y adolescencia; en contraste con el 74% de los tutores que sí tuvieron. El 20% de las mujeres y el 48% de los hombres tuvieron como máxima experiencia deportiva el nivel estatal; 9% de hombres y 6% de mujeres a nivel internacional

**Tabla 6**

*Distribución de los tutores por experiencia y nivel competitivo (N<sub>2</sub>= 103)*

Características	Sexo	
	Mujer (total 80)	Hombre (total 23)
<b>Participación deportiva</b>		
Sí	37%	74%
No	63%	26%
<b>Nivel de experiencia deportiva</b>		
Internacional	6%	9%
Nacional	11%	4%
Regional	0%	13%
Estatal	20%	48%
Sin participación	63%	26%

En cuanto a los 19 entrenadores, el 58% eran mexicanos y 42% cubanos; el 90% vivía en zonas urbanas y 10% en zonas rurales. El 62.5% de las mujeres y el 54.5% de los hombres eran de nacionalidad mexicana y los restantes eran originarios de Cuba; en cuanto a la residencia y sexo, el 87.5% de las mujeres y el 90.9% de los hombres radicaban en zonas urbanas, los demás en zonas rurales.

Respecto a la escolaridad de los entrenadores, se observó que todos tenían estudios profesionales en áreas relacionadas con el deporte, por ejemplo: entrenamiento deportivo, cultura física o educación física; el 42% tenía licenciatura; el 16% contaban con maestría (aunque la licenciatura no estaba relacionada con el deporte); el 10.5% tenía diplomado; el 10.5% licenciatura y diplomado; el 10.5% licenciatura, diplomado y una certificación; el 5% licenciatura y maestría y el 5% tenía certificación.

Respecto a su experiencia como deportistas durante su infancia, adolescencia y juventud, se encontró que el 75% de las mujeres y el 54% de los hombres compitieron a nivel internacional. Según los años de experiencia que habían tenido como entrenadores, el 75% de las mujeres y el 81% de los hombres tenían más de 15 años; el 19% restante de los hombres tenían entre 5 a 10 años, en el caso de las mujeres, el 25% tenían entre 11 a 14 años. En cuanto al tipo de responsabilidad, se encontró que el 84% de los entrenadores tuvieron el rol “principal” y eran los que se encargaban de la dirección, instrucción y entrenamientos; el 16% tenía el rol “auxiliar”, y colaboraban en los entrenamientos y ofrecían acompañamiento durante la preparación. En Tabla 7 se presenta la distribución por años de experiencia, nivel de experiencia y rol como entrenadores según su sexo.

**Tabla 7***Distribución de los entrenadores por nivel, años de experiencia, rol y sexo (N3= 19)*

<b>Características</b>	<b>Sexo</b>	
	<b>Mujer (total 8)</b>	<b>Hombre (total 11)</b>
<b>Nivel de experiencia</b>		
Internacional	75%	54%
Nacional	0%	36%
Sin participación	25%	10%
<b>Años de experiencia</b>		
5-10 años	0%	18.2%
11-14 años	25%	0%
Más de 15 años	75%	81.8%
<b>Rol de entrenadores</b>		
Principales	87%	81%
Auxiliares	13%	19%

Tres entrenadores auxiliares contestaron: levantamiento de pesas, luchas asociadas y natación artística. De las 16 disciplinas únicamente el entrenador principal de luchas asociadas no contestó (Ver anexo 2). No hubo entrenadores de nacionalidad cubana con el rol de auxiliar.



## **Componentes Psicológicos**

### **Percepción de los atletas sobre el Apoyo a la autonomía (AA) generado por sus tutores y entrenadores**

Antes de comenzar con la descripción de los resultados de los componentes psicológicos, en la Tabla 8 se los resultados de la confiabilidad de los instrumentos. En cuanto a la consistencia interna de las subescalas, analizadas mediante el Alfa de Cronbach, los índices oscilaron entre 0.74 y 0.93, se consideraron diversos criterios; por ejemplo, George y Mallery (2001) proponen: Coeficiente Alfa  $>0.90$  excelente,  $>0.80$  bueno,  $>0.70$  aceptable,  $>0.60$  cuestionable,  $>0.50$  es pobre y  $<0.50$  es inaceptable. En el caso del área de la salud o el ámbito clínico se ha considerado aceptable una puntuación mayor a 0.70 con instrumentos con pocos ítems (McKinley et al., 1997). Los resultados obtenidos en esta investigación están entre aceptables y excelentes y coincide con lo mencionado anteriormente con el criterio de Tavakol y Dennick (2011) quienes consideran aceptables aquellas medidas entre 0.70 y 0.95. Cabe señalar que los constructos con muchos ítems pueden tener valores elevados simplemente por el número de ítems.

Se agregó una variable considerando la percepción de cada atleta sobre los dos tutores a los que evaluó, se realizó un promedio con ambas calificaciones y se llamó “AA ambos”.

**Tabla 8***Análisis de confiabilidad de los instrumentos usados en el estudio*

Variable	# ítems	Alfa de Cronbach
<b>Percepción de Atletas</b>		
AA generado por entrenadores	6	0.91
AA generado por tutor A	6	0.87
AA generado por tutor B	6	0.91
AA generado ambos	12	0.92
VS	6	0.91
NPB de Competencia	5	0.91
NPB de Autonomía	10	0.88
NPB de Relación	5	0.91
<b>Percepción de Entrenadores</b>		
AA generado hacia atletas	6	0.74
VS	6	0.86
<b>Percepción de Tutores</b>		
AA generado hacia atletas	6	0.86
VS	6	0.93

---

AA= Apoyo a la autonomía NPB =Necesidad Psicológica Básica

En la Tabla 9 se muestran los resultados de la percepción global de los atletas de todas las disciplinas, sobre AA generado por sus tutores y entrenadores. Se mencionan los resultados de cada figura significativa (entrenadores y tutores) y se señala cuando la madre fue elegida como Tutor A y después como Tutor B, los mismo con los padres, el total indica el número de atletas que hicieron la elección.

**Tabla 9**

*Percepción de atletas ( $N_1=109$ ) sobre el AA generado por sus tutores y entrenadores*

<b>Figura significativa</b>	<b>Total</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
Entrenadores	109	5.86	6.16
Tutor A	109	6.24	6.50
Tutor B	109	6.10	6.50
Madre-Tutor A	87	6.22	6.58
Madre-Tutor B	19	6.16	6.58
Padre-Tutor A	19	6.32	6.58
Padre-Tutor B	74	6.03	5.91

En la Tabla 10 se presenta una clasificación de la percepción de los atletas según su sexo, al comparar las poblaciones se usó la prueba de U de Mann-Whitney para muestras independientes y no se encontraron diferencias estadísticamente significativas.

**Tabla 10**

*Percepción de los atletas ( $N_1=109$ ) según su sexo sobre AA generado por tus tutores A, B y entrenadores*

<b>Figura significativa</b>	<b>Hombres (total 57)</b>		<b>Mujeres (total 52)</b>		<b>U de Mann-Whitney</b>	
	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Z</b>	<b>Valor p</b>
Tutor A	6.35	6.66	6.13	6.50	0.70	0.49
Tutor B	6.15	6.50	6.05	6.41	0.12	0.91
Ambos tutores	6.25	6.50	6.09	6.33	0.51	0.62
Entrenador	5.97	6.33	5.73	6.00	0.84	0.40
Global	6.16	6.38	5.97	6.22	0.80	0.43

En la Tabla 11 se presentan los resultados de los análisis por rangos de edad y sexo, sobre la percepción que tuvieron los atletas del AA generado por sus figuras significativas. Al comparar las medianas a través de la prueba U de Mann-Whitney para muestras independientes, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas ( $p>0.05$ ).

**Tabla 11**

*Percepción de los atletas ( $N_1= 109$ ) sobre el AA generado por sus figuras significativas según su rango de edad de los atletas*

Figura significativa	Sexo	10 a 12 años		13 a 15		16 a 18 años	
		Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana
Tutor A	Hombres (Total)	6.59	6.75	6.35	6.83	6.00	6.08
	Mujeres (Total)	6.36	6.33	6.25	6.67	5.44	5.67
	Ambos (Total)	6.48	6.50	6.30	6.75	5.74	6.00
	Z (valor p)**	Z= 1.23, p= 0.23		Z= 0.28, p= 0.78		Z= 0.41, p= 0.68	
Tutor B	Hombres (Total)	6.44	6.67	6.09	6.83	5.88	6.17
	Mujeres (Total)	6.26	6.33	6.37	6.83	4.89	4.67
	Ambos (Total)	6.35	6.50	6.22	6.83	5.41	6.00
	Z (valor p)	Z=0.83, p=0.42		Z= 0.63, p= 0.54		Z= 0.90, p= 0.37	
Ambos tutores	Hombres (Total)	6.52	6.71	6.22	6.83	5.94	5.88
	Mujeres (Total)	6.31	6.33	6.31	6.50	5.17	5.50
	Ambos (Total)	6.41	6.42	6.26	6.71	5.57	5.75
	Z (valor p)	Z= 1.00, p= 0.33		Z= 0.04, p= 0.97		Z= 0.98, p= 0.33	
Entrenador	Hombres (Total)	6.06	6.33	5.90	6.50	5.97	6.17
	Mujeres (Total)	6.07	6.33	5.87	6.17	4.74	5.17
	Ambos (Total)	6.06	6.33	5.88	6.25	5.39	5.67
	Z (valor p)	Z= 0.16, p= 0.88		Z= 0.01, p= 1.00		Z= 1.81, p= 0.07	
Global	Hombres (Total)	6.36	6.06	6.11	6.44	5.95	5.97
	Mujeres (Total)	6.23	6.22	6.16	(6.28)	5.02	5.22
	Ambos (Total)	6.30	6.44	6.13	6.44	5.51	5.72
	Z (valor p)	Z= 0.60, p= 0.56		Z= 0.01, p= 1.00		Z= 1.41, p= 0.14	

\*El número de participantes por sexo se encuentra en la Tabla 1

\*\*Valor Z y valor p de la prueba U de Mann-Whitney

En la Tabla 12 se presentan los resultados de la percepción de los atletas sobre el AA generado por sus figuras significativas, considerando el nivel de experiencia competitiva máximo que tenían los atletas. Al realizar la H de Kruskal Wallis no se encontraron diferencias estadísticamente significativas ( $p>0.05$ ).

**Tabla 12**

*Percepción de los atletas ( $N_1= 109$ ) sobre el AA generado por sus figuras significativas, distribuidos por experiencia competitiva*

Figura significativa	Nivel de experiencia deportiva								H de Kruskal Wallis	
	Estatad (total 20)		Regional (total 14)		Nacional (total 58)		Internacional (total 17)		Ji cuadrada	Valor p
	Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana		
Tutor A	6.40	6.58	5.77	6.17	6.25	6.67	6.45	6.83	5.71	0.13
Tutor B	6.21	6.42	5.89	5.89	6.04	6.42	6.39	6.67	2.58	0.46
Ambos tutores	6.31	6.46	5.83	1.15	6.14	6.50	6.42	6.75	3.83	0.28
Entrenador	6.08	6.50	5.45	5.83	5.93	6.33	5.69	6.00	2.68	0.44
Global	6.23	6.33	5.70	5.97	6.07	6.28	6.17	6.33	3.11	0.38

### **Evaluación de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas (NPB), vitalidad subjetiva (VS) e imagen corporal (IC) de los atletas**

En la Tabla 13 se muestran los resultados de las medidas de tendencia central en relación con la percepción de la satisfacción de las NPB y de la percepción de VS de los atletas. En cuanto a la IC se encontró que el 58% no estaban satisfechos con su IC (35% deseaba ser más delgado, ya que obtuvo una discrepancia negativa entre la figura real y la deseada, y el 23% deseaba ser más grande).

**Tabla 13**

*Percepción de los atletas (N<sub>1</sub>= 109) sobre la satisfacción de las NPB y VS*

<b>Variables</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
Competencia	5.96	6.20
Autonomía	5.64	5.80
Relación	6.21	6.80
VS	5.79	6.16

VS: Vitalidad subjetiva

En la Tabla 14 se presentan los resultados según el sexo. Al hacerse comparaciones de medianas, a través de la prueba U de Mann-Whitney, se encontró únicamente diferencias estadísticamente significativas entre el sexo del atleta y la NPB de competencia ( $z= 2.22$ ;  $p= 0.03$ ), los hombres presentaron una NPB de competencia más alta que las mujeres. No hubo diferencias en la percepción de VS entre hombres y mujeres. La mayoría de las mujeres no estaban satisfechas con su IC (56%) (el 44% deseaban ser más delgadas y el 12% deseaban tener figuras más grandes). Asimismo, el 59% de los hombres no estaba insatisfecho con su IC (26% deseaba ser más delgado y 33 % deseaba tener una figura más grande).

**Tabla 14**

*Satisfacción de NPB y VS según el sexo de los atletas (N<sub>I</sub>= 109)*

Variable	Hombres (total 57)		Mujeres (total 52)		U de Mann-Whitney	
	Media	Mediana	Media	Mediana	Z	Valor p
Competencia	6.18	6.60	5.74	6.20	<b>2.22</b>	<b>0.03*</b>
Autonomía	5.71	6.00	5.57	5.75	0.77	0.44
Relación	6.28	7.00	6.14	6.60	0.93	0.35
VS	5.93	6.50	5.64	6.00	0.96	0.34

NPB: Necesidades Psicológicas Básicas; VS: Vitalidad subjetiva \*  $p < 0.05$

También se realizó un análisis considerando la edad de los atletas, divididos en tres grupos. En la Tabla 15 se observa que, respecto a las NPB, al comparar las medianas a través de la prueba H de Kruskal-Wallis se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre los tres grupos de edad y la NPB de relación ( $\chi^2 = 6.50$ ;  $p < 0.04$ ). Se realizó la prueba *post hoc* de Dunn-Bonferroni para saber cuáles eran los dos grupos con diferencias estadísticamente significativas; se observaron diferencias entre el grupo de 10-12 años con el de 16-18 años ( $p = 0.04$ ) y entre el grupo de 13-15 años con el de 16-18 años ( $p = 0.01$ ); cabe mencionar que entre los grupos de 10-12 y 13-15 no se encontraron diferencias estadísticamente significativas ( $p = 0.76$ ). Así los valores de NPB de relación en los atletas de 16-18 años fueron más bajos que los de 10-12 y de 13-15 años.

Al analizar la Imagen Corporal (IC) por grupo de edad se encontró que la mayoría de los atletas de todos los grupos de edad no estaban satisfechos con su IC: en el grupo de 10 a 12 años fue el 60%; en el de 13 a 15, 68%, y en el de 16 a 18, 53%.



**Tabla 15**

*Distribución por rango de edad de los atletas ( $N_1= 109$ ) y su satisfacción de NPB y VS*

Variables	Rango de edad en años						H de Kruskal Wallis	
	10 a 12 (total 40)		13 a 15 (total 50)		16 a 18 (total 19)		Ji cuadrada	Valor p
	Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana		
Competencia	5.87	6.20	6.10	6.50	5.66	5.80	1.42	0.49
Autonomía	5.61	5.80	5.80	6.15	5.31	5.30	5.35	0.07
Relación	6.42	6.60	6.32	7.00	5.46	5.60	<b>6.50</b>	<b>&lt;0.04*</b>
VS	5.92	6.33	5.82	6.17	5.47	6.17	0.77	0.68

\* $p < 0.05$

En la Tabla 16 se muestran los resultados según el nivel de experiencia de los atletas, al comparar las medianas a través de la prueba H de Kruskal-Wallis no se encontraron diferencias estadísticamente significativas ( $p > 0.05$ ).

Los resultados sobre el nivel de satisfacción de la Imagen Corporal según la experiencia competitiva de los atletas mostraron que la mayoría de los que tenían experiencia estatal, internacional y nacional, estaban insatisfechos (80%, 65% y 53%, respectivamente) y sólo el 36% de los regionales no lo estaban.

**Tabla 16**

*Distribución según nivel de experiencia de los atletas ( $N_1=109$ ) y su satisfacción de NPB y VS*

Variables	Nivel de experiencia								H de Kruskal Wallis	
	Estatad (total 20)		Regional (total 14)		Nacional (total 58)		Internacional (total 17)		Ji cuadrada	Valor p
	Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana		
Competencia	5.89	6.30	5.87	6.20	5.89	6.20	6.40	6.60	3.61	0.31
Autonomía	5.67	5.50	5.20	5.35	5.69	5.95	5.80	6.00	3.75	0.29
Relación	6.44	6.80	5.78	6.10	6.19	6.80	6.35	7.00	3.20	0.36
VS	5.88	6.25	5.66	6.17	5.71	6.08	6.03	6.50	0.90	0.83

VS: Vitalidad subjetiva

En la Tabla 17 se encuentran los análisis de la satisfacción de las NPB según el sexo del entrenador principal. Al comparar las medianas a través de la prueba U de Mann-Whitney no se encontraron diferencias estadísticamente significativas ( $p>0.05$ ). Además, cuando los atletas tenían a una mujer como su entrenadora principal, el 47% reportó estar satisfecho con su IC a diferencia del 35% de atletas cuyo entrenador principal era hombre. Sobre la insatisfacción y el deseo de ser más delgados los resultados fueron muy similares, el 34% cuando eran entrenados por mujeres y el 37% cuando eran entrenados por hombres. Finalmente, sobre la insatisfacción y el deseo de ser más grandes el 19% cuando eran entrenados por mujeres y el 28% de los que eran entrenados por hombres.

**Tabla 17**

*Distribución según el sexo del entrenador principal y la satisfacción de NPB, y VS de los atletas (N<sub>1</sub>=109)*

Variables	<b>Figura significativa</b>				<b>U de Mann-Whitney</b>	
	<b>Entrenados por una mujer (total 59)</b>		<b>Entrenados por un hombre (total 50)</b>		<b>Z</b>	<b>Valor p</b>
	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>		
Competencia	6.03	6.40	5.87	6.20	0.79	0.43
Autonomía	5.64	5.80	5.63	5.90	0.28	0.78
Relación	6.23	6.80	6.16	6.70	0.57	0.57
VS	5.83	6.33	5.75	6.17	0.47	0.64

VS: Vitalidad subjetiva

### Índice de motivación autodeterminada (IAD) de los atletas

En la Tabla 18 se observa que al comparar las medianas a través de la prueba U de Mann-Whitney se encontraron diferencias estadísticamente significativas entre el IAD y el sexo del entrenador, las mujeres ( $Z= 2.31$ , valor  $p= 0.02$ ) entrenaban a atletas, hombres y mujeres, con IAD más alto. Respecto al tutor, no se realizaron análisis debido a la diferencia del tamaño de submuestras entre las mujeres y los demás grupos.

**Tabla 18**

*IAD de los atletas ( $N_1= 109$ ) según características relevantes.*

<b>IAD</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
<b>General</b>	4.33	5.66
<b>Sexo</b>		
Mujeres (total 52)	4.42	5.50
Hombres (total 57)	4.25	5.66
	$Z= 0.08$ ; valor $p= 0.94$	
<b>Edades</b>		
10 a 12 (total 40)	4.62	6.00
13 a 15 (total 50)	4.47	5.66
16 a 18 (total 19)	3.31	4.00
	$Z= 1.66$ ; valor $p= 0.44$	
<b>Nivel competitivo</b>		
Estatad (total 20)	5.51	6.00
Regional (total 14)	4.30	6.16
Nacional (total 58)	3.86	5.16
Internacional (total 17)	5.01	6.00
	$Z= 2.12$ ; valor $p= 0.55$	
<b>Sexo del entrenador principal</b>		
Mujer (total 59)	4.99	6.00
Hombre (total 49)	3.45	4.33
	<b><math>Z= 2.31</math>; valor <math>p= 0.02^*</math></b>	
<b>Tutor que contestó</b>		
Mujer (total 90)	4.77	5.66
Hombre (total 2)	9.50	9.50
Ambos (total 7)	1.14	1.33
Ninguno (total 10)	1.60	2.66

IAD: índice de autodeterminación

Además, se realizaron otros análisis estadísticos para conocer las asociaciones entre dos variables, se eligió el coeficiente de correlación de *Rho* de *Spearman* ( $\rho$ ), que se calcula a partir de las puntuaciones obtenidas en una muestra en dos variables (Hernández et al., 2014).

En la Tabla 19 se presentan los resultados obtenidos al realizar una correlación de *Rho* de *Spearman* para determinar el nivel (fuerza y dirección) de asociación entre las variables de AA generado por cada uno de los tutores y entrenadores, la VS, NPB, IC e IAD (matriz de correlación). Hubo diversas asociaciones estadísticamente significativas ( $p < 0.05$ ), sin embargo, se señalarán únicamente aquellas que hayan sido fuertes ( $> 0.60$ ) y muy fuertes ( $> 0.80$ ). Se encontraron que la percepción de los atletas sobre el AA generado por el entrenador tuvo asociaciones fuertes con la percepción de los atletas sobre el AA generado por el tutor A ( $r = 0.603$ ) y con la NPB autonomía ( $r = 0.632$ ); y se encontró una asociación muy fuerte entre la percepción de los atletas sobre el AA generado por el entrenador y la percepción global de AA de los atletas ( $r = 0.843$ ).

Se encontró que la percepción de los atletas sobre el AA generado por el tutor A tuvo asociaciones fuertes con el AA generado por el tutor B ( $r = 0.734$ ), NPB autonomía ( $r = 0.649$ ) y NPB relación ( $r = 0.688$ ) y asociaciones muy fuertes con la percepción de ambos tutores ( $r = 0.902$ ) y global ( $r = 0.853$ ). Por otro lado, se encontró que la percepción de los atletas sobre el AA generado por el tutor B tuvo una asociación fuerte con la NPB autonomía ( $r = 0.600$ ) y asociaciones muy fuertes con la percepción de ambos tutores ( $r = 0.934$ ) y global ( $r = 0.812$ ). Finalmente, la percepción de los atletas sobre el AA generado por ambos tutores se asoció fuertemente con la NPB autonomía ( $r = 0.679$ ) y la NPB relación ( $r = 0.637$ ), y se encontró una asociación muy fuerte con la percepción de los atletas sobre AA global ( $r = 0.899$ ).

**Tabla 19**

Asociaciones# entre la edad, percepción de AA, VS, NPB, IAD e IC de los atletas ( $N_1= 109$ )

<b>VARIABLES</b>	<b>Edad (años)</b>	<b>AA entrenador</b>	<b>AA tutor A</b>	<b>AA tutor B</b>	<b>AA ambos tutores</b>	<b>AA global</b>	<b>VS</b>	<b>NPB de Competencia</b>	<b>NPB de Autonomía</b>	<b>NPB de Relación</b>	<b>IAD</b>
<b>AA entrenador</b>	-0.150										
<b>AA tutor A</b>	-0.151	0.603*									
<b>AA tutor B</b>	-0.163	0.485*	0.734*								
<b>AA ambos tutores</b>	-0.215*	0.574*	0.902*	0.934*							
<b>AA global</b>	-0.220*	0.843*	0.853*	0.812*	0.899*						
<b>VS</b>	-0.163	0.498*	0.475*	0.338*	.416*	0.507*					
<b>NPB de Competencia</b>	-0.050	0.400*	0.508*	0.527*	0.536*	0.511*	0.703*				
<b>NPB de Autonomía</b>	-0.088	0.632*	0.649*	0.600*	0.679*	0.752*	0.564*	0.576*			
<b>NPB de Relación</b>	-0.179	0.585*	0.688*	0.525*	0.637*	0.680*	0.635*	0.635*	0.592*		
<b>IAD</b>	-0.177	0.143	0.261*	0.187	0.232*	-0.006	0.241*	0.238*	0.169	0.269*	
<b>IC</b>	-0.091	0.046	0.020	-0.052	-0.028	0.086	0.083	0.164	-0.072	0.041	-0.078

AA= Apoyo a la autonomía generado por; VS= Vitalidad subjetiva; NPB= Necesidad Psicológica Básica; IC= satisfacción de Imagen corporal; IAD= Índice de motivación autodeterminada

# Coeficiente de correlación de *Rho* de Spearman \* $p < 0.05$

### Percepción de tutores y entrenadores sobre el AA generado hacia los atletas.

En la Tabla 20 se observa que, al realizarse los análisis estadísticos correspondientes, no encontró ninguna diferencia estadísticamente significativa ( $p>0.05$ ) entre las características de los entrenadores (sexo, residencia, nacionalidad, rol, años de experiencia y nivel máximo de experiencia competitiva) y su percepción de AA generado hacia los atletas.

**Tabla 20**

*Percepción de los entrenadores ( $N_3= 19$ ) sobre el AA generado hacia los deportistas*

<b>Características</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
<b>Todos</b>	6.33	6.68
<b>Sexo</b>		
Mujer (total 8)	6.20	6.41
Hombre (total 11)	6.42	6.33
<b>Residencia</b>		
Urbana (total 17)	6.42	6.33
Rural (total 2)	5.58	5.58
<b>Nacionalidad</b>		
Mexicanos (total 11)	6.24	6.33
Cubanos (total 8)	6.45	6.41
<b>Rol</b>		
Principales (total 16)	6.31	6.41
Auxiliares (total 3)	6.44	6.33
<b>Años de experiencia</b>		
5-10 años (total 2)	7.00	7.00
11-14 años (total 2)	6.33	6.33
Más de 15 años (total 15)	6.24	6.33
<b>Nivel máximo de experiencia</b>		
Internacional (total 12)	6.25	6.41
Nacional (total 4)	6.41	6.50
No participé (total 3)	6.55	6.33

Los análisis de la percepción que tenían los tutores sobre el AA que generaban a los atletas y que se presentan en la Tabla 21 mostraron que no se encontró ninguna diferencia



estadísticamente significativa ( $p>0.05$ ) entre las características de los tutores (sexo, residencia, experiencia deportiva y nivel máximo de experiencia competitiva) y su percepción de AA generado hacia los atletas.

**Tabla 21**

*Percepción de los tutores ( $N_2= 103$ ) sobre el AA generado hacia los deportistas*

<b>Características</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
<b>Todos</b>	6.20	6.50
<b>Sexo</b>		
Mujer (total 80)	6.31	6.58
Hombre (total 23)	5.81	6.00
<b>Parentesco</b>		
Madre (total 80)	6.34	6.60
Padre (total 20)	5.71	5.83
Hermana (total 1)	4.83	---
Abuela (total 1)	5.33	--
Padrastro (total 1)	6.83	--
<b>Residencia</b>		
Urbana (total 92)	6.16	6.00
Rural (total 11)	6.48	6.50
<b>Experiencia deportiva</b>		
Sí (total 47)	6.21	6.50
No (total 56)	6.19	6.50
<b>Nivel de experiencia</b>		
Estatad (total 35)	6.25	6.83
Regional (total 3)	5.55	5.66
Nacional (total 5)	5.50	5.83
Internacional (total 4)	6.22	7.00

### Identificación de la VS de tutores y entrenadores

En la Tabla 22 se observa que, después de los análisis correspondientes, no se encontró ninguna diferencia estadísticamente significativa ( $p>0.05$ ) entre las características de los tutores y su percepción de VS.

**Tabla 22**

*Percepción de los tutores ( $N_2= 103$ ) sobre su VS*

<b>Características</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
<b>Todos</b>	5.73	6.00
<b>Sexo</b>		
Mujer (total 80)	5.79	6.08
Hombre (total 23)	5.52	5.83
<b>Parentesco</b>		
Madre (total 80)	5.82	6.16
Padre (total 20)	5.47	5.83
Hermana (total 1)	3.00	3.00
Abuela (total 1)	5.83	5.83
Padraastro (total 1)	6.50	6.50
<b>Residencia</b>		
Urbana (total 92)	5.71	6.00
Rural (total 11)	5.90	6.50
<b>Experiencia deportiva</b>		
Sí (total 47)	5.84	6.00
No (total 56)	5.64	5.83
<b>Nivel de experiencia</b>		
Estatad (total 35)	5.76	6.00
Regional (total 3)	5.61	5.16
Nacional (total 5)	5.63	6.50
Internacional (total 4)	6.66	6.83

VS: Vitalidad subjetiva

Por otro lado, al analizar la VS de los entrenadores, en la Tabla 23, los análisis correspondientes, demuestran que no se encontró ninguna diferencia estadísticamente significativa ( $p>0.05$ ) entre las características de los entrenadores y su percepción de VS.

**Tabla 23***Percepción de los entrenadores (N<sub>3</sub>= 19) sobre su VS*

<b>Características</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
<b>Todos</b>	5.91	6.98
<b>Sexo</b>		
Mujer (total 8)	5.77	6.25
Hombre (total 11)	6.01	6.00
<b>Residencia</b>		
Urbana (total 17)	6.01	6.16
Rural (total 2)	5.00	5.00
<b>Nacionalidad</b>		
Mexicanos (total 11)	5.96	6.00
Cubanos (total 8)	5.83	6.16
<b>Rol</b>		
Principales (total 16)	5.79	6.00
Auxiliares (total 3)	6.55	6.50
<b>Años de experiencia</b>		
5-10 años (total 2)	5.91	5.91
11-14 años (total 2)	4.50	4.50
Más de 15 años (total 15)	6.10	6.00
<b>Nivel máximo de experiencia</b>		
Internacional (total 12)	5.83	6.08
Nacional (total 4)	6.08	6.00
No participé (total 3)	6.00	6.16

Los resultados del análisis de asociación de variables (mediante el coeficiente de correlación Rho de Spearman) se muestran en la Tabla 24. De las 98 diadas (atleta-tutor) se encontraron diversas asociaciones estadísticamente significativas ( $p < 0.05$ ), sin embargo, ninguna tuvo una asociación fuerte o muy fuerte.

**Tabla 24**

Asociaciones<sup>1</sup> entre la percepción de AA, VS, NPB, IAD e IC de los diadas atleta-tutor

Variables	Percepción del atleta							
	AA# Tutor A	AA# Tutor B	AA# ambos tutores	VS	NPB de Competencia	NPB de Autonomía	NPB de Relación	IAD
<b>Percepción del tutor sobre el AA generado</b>	0.322*	0.273*	0.286*	0.293*	0.356*	0.323*	0.380*	0.291*

#Percepción del atleta sobre el apoyo a la autonomía (AA) generado por; VS= Vitalidad subjetiva NPB= Necesidad Psicológica Básica; IAD= Índice de motivación autodeterminada

<sup>1</sup> Coeficiente de correlación de *Spearman* \* $p < 0.05$

## **Percepción sobre la influencia del COVID-19 en la vida de atletas, tutores y entrenadores.**

En la Tabla 25 se observa que, para los atletas, la esfera deportiva y social fueron la más afectadas por la pandemia COVID-19, tanto para los hombres como para las mujeres. Por edad, a los más jóvenes la esfera social (Mediana= 2.00) fue la más afectada; para el grupo de 13 a 15 años, fue la social (Mediana= 2.00) y deportiva (Mediana= 2.00) y para los mayores la deportiva (Mediana= 1.00). Por nivel competitivo, los del nivel estatal percibieron más afectación en lo educativo (Mediana= 2.50); los de nivel regional, en lo familiar (Mediana= 2.50); los de nivel nacional, en lo social (Mediana= 2.00) y deportivo (Mediana= 2.00) y los de nivel internacional, en lo social (Mediana= 2.00) y deportivo (Mediana= 2.00). Como se mencionó en la sección de metodología, las respuestas se obtuvieron mediante una escala tipo Likert de 5 puntos, donde 1 era “muy mala” y 5 “muy buena”, las puntuaciones más bajas reflejan que el COVID-19 influyó negativamente en sus vidas.

**Tabla 25***Percepción de los atletas (NI= 109) sobre la influencia del COVID-19*

Características	Personal		Familiar		Social		Educativa		Deportiva	
	Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana	Media (DE)	Mediana
<b>General</b>	2.83	3.00	3.06	3.00	2.50	2.00	2.71	3.00	2.47	2.00
<b>Sexo</b>										
Mujeres (total 52)	2.81	3.00	2.92	3.00	2.50	2.00	2.67	3.00	2.44	2.00
Hombres (total 57)	2.84	3.00	3.18	3.00	2.49	2.00	2.74	3.00	2.49	2.00
<b>Edades</b>										
10 a 12 (total 40)	2.52	3.00	2.68	3.00	2.16	2.00	2.45	3.00	2.65	3.00
13 a 15 (total 50)	2.92	3.00	3.20	3.00	2.50	2.00	2.78	3.00	2.48	2.00
16 a 18 (total 19)	2.89	3.00	3.16	3.00	2.63	3.00	2.63	3.00	1.58	1.00
<b>Nivel competitivo</b>										
Estatad (total 20)	2.85	3.00	2.90	3.00	2.75	3.00	2.65	2.50	2.75	3.00
Regional (total 14)	3.07	3.00	2.93	2.50	2.21	2.00	2.79	3.00	2.93	3.00
Nacional (total 58)	2.79	3.00	3.07	3.00	2.50	2.00	2.69	3.00	2.38	2.00
Internacional (total 17)	2.71	3.00	3.29	3.00	2.41	2.00	2.76	3.00	2.06	2.00

En la Tabla 26 se observa que, para las entrenadoras mujeres, el COVID-19 influyó de manera más negativa todas las esferas de sus vidas en comparación que los hombres. Sobre la residencia, las medianas fueron iguales con excepción de la esfera familiar, los de las zonas rurales (Mediana= 2.00) percibieron mayor influencia negativa que los de las zonas urbanas (Mediana= 3.00). Según la nacionalidad, los cubanos percibieron más afectaciones en las esferas personal, familiar y social que los mexicanos; en lo profesional mexicanos (Mediana= 2.00) y cubanos (Mediana= 2.00) informaron la misma influencia del COVID-19. Por el rol que tienen, los entrenadores principales percibieron una influencia más negativa en las esferas social (Mediana= 2.00) y profesional (Mediana= 2.00) y los auxiliares percibieron peor influencia en las esferas personal (Mediana= 2.00) y familiar (Mediana= 2.00). Por la experiencia, los que tenían entre 11 a 14 años fueron quienes percibieron peores afectaciones en todas las esferas de su vida.

**Tabla 26***Percepción de los entrenadores (N3= 19) sobre la influencia del COVID-19*

<b>Características</b>	<b>Personal</b>		<b>Familiar</b>		<b>Social</b>		<b>Profesional</b>	
	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
<b>Todos</b>	2.32	2.00	2.32	3.00	1.84	2.00	2.21	2.00
<b>Sexo</b>								
Mujer (total 8)	2.25	2.50	1.88	1.50	1.38	1.00	2.13	2.00
Hombre (total 11)	2.36	2.00	2.64	3.00	2.18	2.00	2.27	3.00
<b>Residencia</b>								
Urbana (total 17)	2.35	2.00	2.35	3.00	1.82	2.00	2.29	1.50
Rural (total 2)	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	2.00	1.50	1.50
<b>Nacionalidad</b>								
Mexicanos (total 11)	2.45	3.00	2.55	3.00	2.09	2.00	2.36	2.00
Cubanos (total 8)	2.13	2.00	2.00	2.00	1.50	1.50	2.00	2.00
<b>Rol</b>								
Principales (total 16)	2.38	2.50	2.38	3.00	1.75	2.00	2.13	2.00
Auxiliares (total 3)	2.00	2.00	2.00	2.00	2.33	3.00	2.67	3.00



Características	Personal		Familiar		Social		Profesional	
	Media	Mediana	Media	Mediana	Media	Mediana	Mediana	Media
<b>Años de experiencia</b>								
5-10 años (total 2)	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	2.50	2.50
11-14 años (total 2)	1.50	1.50	1.00	1.00	1.50	1.50	1.50	1.50
Más de 15 años (total 15)	2.33	2.00	2.40	3.00	1.73	2.00	2.27	2.00
<b>Nivel máximo de experiencia</b>								
Internacional (total 12)	2.42	2.50	2.25	2.50	2.00	2.00	1.83	2.00
Nacional (total 4)	2.00	2.00	2.50	2.50	1.50	1.50	2.50	3.00
No participé (total 3)	2.33	3.00	2.33	3.00	1.67	1.00	3.33	3.00

En la Tabla 27 se observa que, para los tutores hombres y mujeres, la afectación del COVID-19 fue similar en las esferas personal, familiar y profesional; para los hombres (Mediana= 2.00) la esfera social fue más afectada que para las mujeres (Mediana= 3.00). Por la residencia, ocurrió lo mismo la única diferencia fue en la esfera social, siendo que para los de la zona rural (Mediana= 2.00) tuvo más afectaciones que para los de zonas urbanas. Por la experiencia deportiva, los que sí tuvieron percibieron más afectación en lo social (Mediana= 2.00) que los que no tuvieron y en la esfera profesional los que no tuvieron (Mediana= 2.00) percibieron más efectos negativos que los que los que sí.

**Tabla 27***Percepción de los tutores (N2= 103) sobre la influencia del COVID-19*

<b>Características</b>	<b>Personal</b>		<b>Familiar</b>		<b>Social</b>		<b>Profesional</b>	
	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>	<b>Media</b>	<b>Mediana</b>
Todos	2.69	3.00	3.15	3.00	2.56	3.00	2.36	2.00
<b>Sexo</b>								
Mujer (total 82)	2.74	3.00	3.18	3.00	2.66	3.00	2.34	2.00
Hombre (total 21)	2.52	3.00	3.04	3.00	2.22	2.00	2.43	2.00
<b>Parentesco</b>								
Madre (total 80)	2.71	3.00	3.16	3.00	2.65	3.00	2.34	2.00
Padre (total 20)	2.65	3.00	3.10	3.00	2.25	2.00	2.45	2.00
Hermana (total 1)	3.00	3.00	3.00	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Abuela (total 1)	2.00	2.00	3.00	3.00	2.00	2.00	2.00	2.00
Padrastra (total 1)	2.00	2.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00	3.00
<b>Residencia</b>								
Urbana (total 92)	2.73	3.00	3.22	3.00	2.61	3.00	2.41	2.00
Rural (total 11)	2.36	3.00	2.55	3.00	2.18	2.00	1.91	2.00
<b>Experiencia deportiva</b>								
Sí (total 47)	2.83	3.00	3.23	3.00	2.53	2.00	2.51	3.00
No (total 56)	2.57	3.00	3.07	3.00	2.59	3.00	2.23	2.00
<b>Nivel de experiencia</b>								
Estatad (total 35)	2.72	3.00	3.31	3.00	2.59	2.00	2.62	3.00
Regional (total 3)	2.67	3.00	2.57	3.00	1.33	1.00	1.33	1.00
Nacional (total 5)	3.40	3.00	3.00	3.00	2.40	3.00	2.20	2.00
Internacional (total 4)	2.50	3.00	3.00	3.00	3.50	4.00	2.50	3.00

## Capítulo VI. Discusión

El propósito de este trabajo fue describir los procesos motivacionales desde una perspectiva contextual de los atletas del CARD en Yucatán, por lo que se tomaron como base los postulados de la SDT (Deci y Ryan, 1985b) y la secuencia motivacional de Vallerand (2001). A partir de este planteamiento, se estableció como objetivo general explorar la percepción de los y las atletas sobre el AA generado por sus tutores y entrenadores, la satisfacción de sus NPB (autonomía, competencia y relación) y su motivación autodeterminada (a través del IAD), IC y nivel de VS. Asimismo, se consideró relevante incluir la percepción de tutores y entrenadores sobre el AA generado hacia los atletas.

Como parte de las características sociodemográficas y deportivas de los participantes, se observaron diferencias en la proporción de hombres y mujeres: en el caso de los 109 atletas inscritos al CARD la proporción fue parecida (48% mujeres y 52% hombres), en cambio, en el caso de los 103 tutores la mayoría fueron mujeres (77.7%); este hallazgo concuerda con lo reportado en otros estudios, en donde se ha encontrado que las mujeres participan más que los hombres en las actividades académicas (Gomariz-Vicente et al., 2019; Sánchez-Oñate et al., 2016;) y deportivas (Hurley et al., 2021; Jacobsson et al., 2021; Sorkkila et al., 2017) de sus hijos. En el caso de los entrenadores, la mayoría fueron hombres (58%), que fortalece la evidencia de que las mujeres están menos representadas en la profesión de entrenadora deportiva en distintas disciplinas, niveles atléticos y rangos (Aspen Institute, 2016; LaVoi et al., 2020); considerando este hallazgo, se podrían generar políticas y acciones institucionales a nivel deportivo, para contratar entrenadoras y fomentar su permanencia ofreciendo condiciones laborales que satisfagan sus necesidades y les permitan organizar su vida personal y profesional. Es conveniente reducir la brecha de género debido a la similitud en la proporción de atletas hombres y mujeres (al menos en el CARD) y, contar

con profesionales capaces, ayudaría a que el acompañamiento del desarrollo atlético sea más diverso y equitativo.

Respecto al lugar de residencia, se encontró que la mayoría de los atletas (90%), entrenadores (90%) y tutores (89%) vivían en zonas urbanas. Cabe mencionar que no se han encontrado estudios, en el contexto atlético, que reporten específicamente el lugar de residencia por zona urbana y rural; en general, mencionan ubicación y país, en términos de “norte/sur” o “capital” (Aunola et al., 2018; Rasyid et al., 2020) por lo que resulta complicado comparar estos resultados con otras investigaciones. Sin embargo, en el caso específico de los entrenadores, sí existen resultados por zona urbano/rural; por ejemplo, en Argentina, Leiter et al. (2021) reportaron que la mayoría de los entrenadores radicaban en zonas urbanas. Por la disparidad sobre el lugar de residencia de los atletas de este estudio, pareciera que las facilidades de acceso al CARD para los atletas que viven en las zonas rurales en Yucatán es complicada; sin embargo, es importante mencionar que, no obstante que en el estado de Yucatán, hay 10 Centros de Desarrollo Deportivo, distribuidos en los municipios de Progreso, Motul, Umán, Tekax, Valladolid y Tizimín, en donde los atletas podrían tener espacios para su desarrollo atlético, se ignora si cuentan con infraestructura adecuada, recursos humanos y tecnológicos.

Para las ciencias del deporte, la escolaridad y la experiencia de los entrenadores son variables relevantes, pues para lograr un desarrollo atlético saludable la cualificación de los responsables de los entornos deportivos puede condicionar la promoción de recursos psicológicos y desarrollo de habilidades físicas eficaces (Feu et al., 2010); por ejemplo, se ha asociado que los atletas, adolescentes de diferentes modalidades deportivas, con niveles menos autorregulados de motivación son aquellos dirigidos por entrenadores sin formación en áreas afines (Pulido et al., 2016). En el caso del CARD, todos los entrenadores tenían preparación académica, alto nivel de experiencia profesional (experiencia como entrenadores)

y experiencia como atletas, situación que contrasta con lo reportado en Argentina (Leiter et al., 2021) en donde los entrenadores, de disciplinas individuales y por equipos, tenían menos experiencia como atletas y en Colombia (Sandoval et al., 2022) en donde los entrenadores, de varias disciplinas de rendimiento, contaban con preparación académica y profesional, pero no con experiencia deportiva.

Respecto a las horas de entrenamiento de los atletas, si bien no hay consenso internacional, sobre la exactitud en días y horas de entrenamiento semanales para considerarse deportistas de rendimiento, los atletas del CARD dedican un tiempo similar que los deportistas de otros centros multideporte, como los reportados en Argentina (Raimundi et al., 2019; Triulzi et al., 2019). Por ello, es importante que los atletas, que han sido detectados por su talento para ingresar a estos centros, tengan suficiente práctica deportiva deliberada, planificada y estructurada, enfocada a aumentar su rendimiento.

Por otro lado, sobre los componentes psicológicos evaluados en la presente investigación, en relación al AA no se encontró ningún resultado estadísticamente significativo con el sexo, edad y experiencia deportiva. Al no tener evidencia del porqué de los resultados, se puede sugerir que son otras las características que influyen en la percepción de los atletas sobre el AA generado por las figuras significativas. Por lo que continúa la necesidad de explorar el papel del contexto en relación al AA, por ejemplo, en Estados Unidos, O'Neil y Amorose (2021) se cuestionaban si el AA era estable o si variaba a través de las diferentes etapas durante la adolescencia. Estas interrogantes, resultan interesantes para estudiarlos longitudinalmente a través modelos ecológicos como el propuesto por Wylleman y Lavallee (2004), que plantea que el atleta va desarrollándose simultáneamente en diferentes aspectos: etapas de desarrollo (carácter biológico y psicológico), etapas deportivas y etapas de desarrollo académico/vocacional, por lo que también van modificando la percepción sobre

sus figuras significativas, conforme se acercan a los 18 años, el entrenador y la pareja se vuelven más relevantes.

En este estudio, se encontraron diversas asociaciones significativas y positivas entre la percepción de los atletas sobre el AA generado por sus figuras significativas lo que coincide con otras investigaciones. En Corea del Sur con deportistas de fútbol, baloncesto, beisbol y voleibol (Cho y Baek, 2020), en Reino Unido, con atletas de remo (Mahoney et al., 2016), en España con deportistas de disciplinas individuales y grupales (Balaguer et al., 2018; de Benito et al., 2018; Ramis et al., 2013; Sáenz-López et al., 2017), en Estonia con atletas de deportes individuales y grupales (Jõesaar et al., 2012), en Ecuador (obtención de datos durante la pandemia por COVID-19) con futbolistas (Pacheco-Arias et al., 2020) y Perú con futbolistas y voleibolistas (Garreaud Calderón, 2020). Esto podría indicar que hay una tendencia en los atletas, cuando perciben AA de una figura significativa están en condiciones de percibir también AA de otras figuras; para los atletas del CARD, tutores y entrenadores, les crean oportunidades para que tomen sus propias decisiones, consideran sus opiniones al momento de elegir actividades durante los entrenamientos, dan explicaciones significativas para las tareas, clarifican los límites y reconocen sus sentimientos y perspectivas, situación que podría tener implicaciones en la diversión, rendimiento y mejor calidad en la motivación e iniciativa.

Es interesante mencionar que, al considerar el parentesco y el orden de elección del tutor (A y B), los atletas seleccionaron con más frecuencia a sus madres como tutor A, aunque padres y madres tuvieron los valores de la mediana iguales de la percepción de los atletas sobre el AA. En el caso del tutor B, fueron los padres quienes tuvieron más menciones, pero las madres tuvieron puntuaciones más altas; Sáenz-López et al. (2017) reportaron que las madres de basquetbolistas reciben puntuaciones más altas que los padres, cuando se evalúa diferenciadamente padres y madres.

Una de las fortalezas de este trabajo fue la inclusión de las opiniones de las figuras significativas, ya que en las investigaciones sobre la SDT que examina el clima motivacional se utilizan técnicas e instrumentos basados solamente en las percepciones de los deportistas (O'Neil y Amorose, 2021; Smith et al., 2016); por ello, no se pueden contrastar estos resultados con la evidencia científica.

Se encontró que la percepción de los tutores sobre el AA generada hacia los atletas, tuvo una asociación positiva y significativa, aunque débil con las percepciones que tuvieron los atletas sobre el AA, NPB, VS y IAD, esto permite pensar que las opiniones de los tutores están ligeramente relacionadas con las opiniones de los atletas por lo que trabajar con los tutores podría tener efectos positivos en los atletas. En un estudio en Reino Unido con atletas de diversas disciplinas (Stebbins et al., 2012) y, fuera del contexto deportivo, en Bélgica (van der Kaap-Deeder et al., 2015) se han encontrado asociaciones significativas y fuertes, por lo que aún se requiere ampliar la comprensión sobre cómo la percepción de AA parental puede estar vinculado con la percepción de los hijos y que también se vincula con otros procesos psicológicos como las NPB.

En este sentido, es posible que los tutores percibieran que generaban climas de AA a los atletas porque mostraban una postura empática en la que podían identificar las emociones experimentadas y expresadas por los adolescentes, dieran justificaciones razonables sobre los límites establecidos y fueran cálidos y afectuosos (Conroy y Coatsworth, 2007; Gaudreau et al., 2016; Ryan y Deci, 2000).

Por otro lado, en cuanto a la percepción de los entrenadores no se encontró ningún resultado estadísticamente significativo. Se ha encontrado que la percepción de los entrenadores sobre el AA generado es alto; en Europa se ha reportado que consideran ofrecen más AA de lo que sus atletas mencionan y que cuando se observan las conductas del



entrenador durante entrenamientos y competencias, éstas varían siendo menos apoyadoras durante la competición (Smith et al., 2016). Una investigación en España realizada con 91 entrenadores y 432 atletas, de disciplinas individuales y grupales, no encontró diferencias estadísticamente significativas entre las percepciones de apoyo de ambos grupos (Pulido et al., 2016).

En relación a las NPB, se encontraron diferencias estadísticamente significativas al asociar la competencia y el sexo; los atletas hombres sintieron mayor satisfacción de la NPB de competencia que las mujeres, lo que puede implicar que los atletas del CARD poseen mayor sensación de dominio y eficacia en sus habilidades respecto a las mujeres, lo cual podría deberse a que estos atletas tienen más oportunidades para expresar sus capacidades, enfrentarse a retos óptimos, mantener sus habilidades, a experimentar la confianza de poder lograr sus objetivos y a involucrarse en más actividades que les permiten ser hábiles atléticamente. Este resultado contrasta con lo reportado por Mosqueda et al. (2022), quienes no encontraron diferencias por sexo en atletas de diferentes disciplinas. Por ello, valdría la pena seguir explorando esta situación en otros estudios.

Considerando la edad, los deportistas del CARD más grandes percibieron menor satisfacción en la NPB de relación; que podría explicarse considerando que debido al confinamiento por el COVID-19, los más atletas más grandes requerían, por la habituación después de varios años, vincularse de manera presencial con sus compañeros y el aislamiento social no se los permitía. También se podría interpretar que los atletas más jóvenes encontraron otras formas de vinculación, como la comunicación mediante plataformas digitales, lo que pudo influir de manera positiva en la percepción de los y las atletas para comprobar que no estaban totalmente aislados de sus compañeros. En otros estudios de México se han encontrado resultados similares con atletas de diversos deportes (Campos-Ruiz et al., 2020; Mosqueda et al., 2019), Portugal con nadadores y futbolistas (Monteiro et

al., 2020) y España con atletas de disciplinas grupales (de Francisco-Palacios et al., 2018) y en un contexto educativo (Manzano-Sánchez, 2021).

Considerando el nivel de experiencia deportiva de los atletas, no se encontraron diferencias estadísticamente significativas con ninguna de las variables psicológicas o características de los grupos; este resultado difiere a lo encontrado en otros estudios con voleibolistas (Mosqueda et al., 2019) y con deportistas de modalidades individuales y grupales (Parra-Plaza et al., 2018). Como se señaló en secciones anteriores, más del 50% de los atletas del CARD competían a nivel nacional y el resto se distribuía en tres grupos: estatal, regional e internacional; por esta situación, podría ser que, tal vez el tener mayor concentración en un solo nivel podría explicar la ausencia de diferencias.

No se encontraron diferencias significativas en relación a la VS con las otras variables de interés que contrasta con lo reportado en estudios realizados en España con bailarines (Atienza et al., 2020;), futbolistas (González et al., 2017) y atletas de deportes por equipos (Martínez-González et al., 2021); Taiwán con atletas de diferentes deportes (Chang et al., 2021; Wang et al., 2023); Noruega con deportistas de disciplinas de invierno (Berntsen et al., 2019); México con atletas de distintas disciplinas (Pineda-Espejel et al., 2020) y Turquía con deportistas de varios deportes (Yazici y Somoglu, 2021). En México, atletas de disciplinas individuales y grupales (Reche-García et al., 2022) y en Turquía (Yazici y Somoglu, 2021), los hombres tuvieron mayor VS que las mujeres. Por el nivel de experiencia, se había encontrado que en una escuela deportiva en Turquía (Yazici y Somoglu, 2021) que aquellos atletas de mayor experiencia tenían niveles más alto de VS que resulta más conveniente, pues a mayor nivel de experiencia, las exigencias físicas, psicológicas y sociales pueden incrementar y el equilibrio entre las diferentes esferas de la vida podría condicionar la salud mental y progreso.

En cuanto a la IC, es importante señalar que si bien, más de la mitad de los atletas del CARD estaban insatisfechos con su IC, los hombres estuvieron menos satisfechos que las mujeres; estos resultados son similares a los reportados en España (López-Sánchez et al., 2018). Cabe señalar que, en general, los hombres tienen gran interés en desarrollar musculatura, lo cual ha sido idealizado por diferentes culturas, y el no lograrlo puede afectar su percepción de IC. Por otro lado, se ha visto que las mujeres interiorizan más los ideales socioculturales de belleza, y por ello, perciben que su cuerpo no coincide con tales estándares.

Al revisar la percepción de la IC, respecto a la edad, se encontró que los más jóvenes, hombres y mujeres, eran los más insatisfechos con su IC, hallazgo que también se ha reportado en Polonia por Kantanista et al. (2018) con atletas de diferentes deportes y que se puede atribuir a que durante los primeros años de la adolescencia aumenta el porcentaje de grasa, afectando la IC.

Por otro lado, se observó que los atletas con mayor experiencia deportiva fueron los más insatisfechos con su IC, esto es contrario a lo reportado en un estudio realizado en Estados Unidos con bailarinas en donde se concluyó que a mayor nivel atlético menos insatisfacción (Gearhart et al., 2018). Por otro lado, los atletas del CARD con experiencia internacional tenían deseos de ser más delgados, lo cual coincide con un estudio llevado a cabo con gimnastas en Italia (Zaccagni et al., 2019); es probable que los deportistas expuestos a experiencias deportivas más competitivas y de mayor exigencia, perciban menos satisfacción.

El análisis de la percepción de la IC considerando el sexo del entrenador, mostró que, cuando los atletas eran entrenados por una mujer su satisfacción era mayor que cuando eran entrenados por un hombre. Se ha visto que entrenadores, de diferentes modalidades y

categorías deportivas, consideran que el rendimiento de los atletas es mejor cuando pesan poco, y por ello les exigen estar delgados (Díaz et al., 2019). Sin embargo, estos planteamientos no deben ser generalizables a deportistas de todas las edades; se debe considerar que los atletas adolescentes están en desarrollo físico y emocional, y al exigir cierto peso o figura podría aumentar la insatisfacción de la IC y desarrollar trastornos de conducta alimentaria. Es relevante aclarar que la pandemia por COVID-19 pudo haber impactado en su IC debido a las modificaciones en su rutina de vida y especialmente a los cambios en las actividades deportivas.

Por otra parte, se encontró que cuando los atletas, hombres o mujeres, eran entrenados por mujeres, presentaban valores más altos del IAD que los que eran entrenados por hombres; esto significa que, al tener niveles más altos de motivación autodeterminada, su conducta era más autónoma, autorregulada y realizaban sus actividades con mayor reflexión y un alto sentido de elección, disfrutaban realizar su actividad y estaban comprometidos. Esto implica que los atletas al percibir que su motivación es autodeterminada, pueden aumentar su rendimiento.

No se encontraron publicaciones sobre percepciones de VS de tutores y entrenadores en ámbitos deportivos así que se consideró discutir basándose en la etapa de desarrollo (adulthood) y otros contextos.

En Corea, en un contexto académico, se encontró que aquellos docentes que generaban climas de AA también percibían más VS (Cheon et al., 2014), en otro estudio donde se comparó adultos de Estados Unidos y México se concluyó que la nacionalidad no tiene relación con las diferencias en la VS (Cernas y Mercado, 2020). Por otra parte, se ha reportado que factores como el estrés y la calidad en las relaciones sociales sí influyen en la disminución de la VS (Bonneville-Roussy et al., 2017; Ryan et al., 2016). En este estudio se

destaca que las tutoras mujeres tuvieron medianas más altas que los hombres y quienes vivían en zonas rurales tuvieron mayor percepción de VS que quienes radicaban en zonas urbanas. En el caso de los entrenadores, también las mujeres percibieron más VS que los hombres, pero, a diferencia de los tutores, los entrenadores que vivían en zonas urbanas puntuaron más que los que vivían en zonas rurales.

## **COVID-19**

La pandemia del COVID-19, causada por el SARS-Cov-2 tuvo afectaciones en diferentes aspectos de la cotidianidad de las personas. La Organización Mundial de la Salud (OMS) dictó la declaratoria de pandemia el 11 de marzo de 2020. En México, la Secretaría de Salud emitió, el día 24 de marzo del mismo año, el comunicado de “Jornada Nacional de Sana Distancia” que incluyó medidas sanitarias de distanciamiento social, se suspendieron las clases, eventos masivos y cualquier actividad no esencial, la mayoría de las actividades laborales se realizaron en forma virtual.

En mayo del 2020 se instauró el “Plan para el regreso a la nueva normalidad” con el objetivo de ir retornando a las actividades productivas, sociales y educativas; en junio de 2020 se puso en marcha el “Semáforo epidemiológico de COVID-19”, en el que semanalmente se iban autorizando las actividades por entidad federativa, considerando la ocupación hospitalaria y la incidencia de la enfermedad; el Semáforo del riesgo epidemiológico finalizó el 26 de abril de 2022.

Por ello, en México, las restricciones ocasionadas por el COVID-19 impidieron la realización de competencias deportivas presenciales durante el 2020 y fue hasta el 2021 que la Comisión Nacional de Cultura Física y Deporte (CONADE) autorizó el retorno a las competencias presenciales para los niños, niñas y adolescentes. En Yucatán, la primera competencia multideporte nacional fue en 2021, con presencia en 367 modalidades en

diferentes disciplinas. Sin embargo, los atletas del CARD, aún en noviembre de 2022 no habían regresado a las instalaciones del centro y seguían tomando sus clases vía remota.

En este sentido, la duración de la pandemia generó cambios en el estilo de vida de los atletas debido a la cancelación de entrenamientos y competencias presenciales y el aislamiento. En Estados Unidos (Reardon et al., 2021) y Australia (Facer-Childs et al., 2021) se han realizado estudios para comprender cómo la pandemia por COVID-19 afectó a los atletas, de distintas disciplinas, incluyendo sus rutinas de sueño, calidad de vida y salud mental.

Para este estudio se creó un formulario para indagar sobre el impacto que tuvo el COVID-19 en diferentes esferas de la vida de las participantes (Ver descripción en la sección de Metodología). Se consideró la media teórica como un criterio de corte para interpretar los resultados, puntuaciones por debajo de esta eran consideradas como bajas.

En este estudio se encontró que los atletas, hombres y mujeres, percibieron que las áreas deportiva y social fueron las que más repercusión negativa tuvieron. Este resultado difiere de lo hallado en otros estudios. En Estados Unidos, con deportistas de varias disciplinas, se ha reportado que las mujeres percibieron un mayor impacto que los hombres (McGuine et al., 2021); en otro estudio, se encontró que los atletas hombres y mujeres, de deportes como fútbol, beisbol, voleibol, baloncesto, percibieron que su bienestar emocional se vio afectado por el COVID-19 y que la disminución de las horas de entrenamiento, la motivación y el aumento de lesiones al reincorporarse a los entrenamientos eran las preocupaciones más frecuentes (Jagim et al., 2020). En otro estudio, que incluyó atletas de balonmano de Europa, Asia y África se reportó que independientemente del género y el nivel competitivo, el impacto del COVID-19 fue negativo (Hermassi et al., 2021).

En un estudio realizado en México, con atletas de deportes universitarios, tampoco se encontró que el género tuviera un efecto significativo, pero sí lo tuvo la residencia, quienes vivían en zonas urbanas percibían menos ansiedad; los más jóvenes percibieron que el COVID-19 afectó negativamente la esfera social, mientras que los mayores percibieron más influencia negativa en lo deportivo (Medina-Villanueva y Ródenas, 2022).

Por el nivel competitivo, los de experiencia nacional e internacional consideraron que lo deportivo fue la esfera más afectada por el COVID-19. En un estudio que consideró atletas de distintas modalidades atléticas de América, Asia, África, Oceanía y Europa, se reportó que aquellos con experiencia internacional se percibieron más capaces de mantener sus habilidades deportivas, aunque la intensidad y volumen de las sesiones disminuyó a diferencia de los de menor nivel deportivo (Washif et al., 2022). Un estudio en Italia con atletas, de diferentes deportes y niveles competitivos, reportó que atletas mujeres, atletas más jóvenes y atletas que compiten a niveles superiores sí percibieron más efectos psicológicos negativos durante el COVID-19 (Di Fronso et al., 2022).

En el caso de los entrenadores, estos percibieron que lo personal, social y profesional fue lo más afectado por el COVID-19; las entrenadoras mujeres percibieron más una influencia negativa específicamente en lo familiar, social y profesional, en comparación con los hombres que lo percibieron mayor en lo personal, lo que concuerda con lo reportado por Santi et al., (2021) con entrenadores italianos en un estudio sobre el estrés y que lo explican por las diferencias en el apoyo social e institucional entre hombres y mujeres. En España, se encontró que los entrenadores de baloncesto más jóvenes y los de menos experiencia profesional percibieron mayores niveles de malestar psicológicos durante el COVID-19 y destacaron que argumentaron dificultades para conciliar su trabajo y su familia (Torres-Martín et al., 2021)

Según el lugar de residencia, en este estudio se encontró que los entrenadores que vivían en zonas rurales percibieron menos afectación negativa en las esferas con excepción de la familiar. Por nacionalidad, los entrenadores cubanos en comparación con los mexicanos consideraron que el COVID-19 tuvo peor influencia negativa en lo social. Un estudio, con boxeadores y sus entrenadores, en Reino Unido reportó que a los entrenadores les preocupaban aspectos profesionales, por ejemplo, saber desarrollar estrategias para la regulación del estado de ánimo de sus atletas, realizar modificaciones en las cargas de entrenamiento y mantenerse en contacto con ellos, además, consideraban que el entrenamiento podía impactar positivamente en la salud mental de sus atletas (Roberts y Lane, 2021).

En otro estudio, llevado a cabo en el mismo país, con futbolistas se encontró que para tutores y entrenadores era importante que los atletas se sintieran apoyados y supieran su preocupación por otras áreas de la vida de los atletas, además de lo deportivo; valoraban como útiles la comunicación y la aplicación de medidas de contención emocional, específicamente en tres vías: brindar apoyo emocional, interactuar a través de varios medios de comunicación y mantener la conexión social para apoyar el bienestar (Maurice et al., 2021).

Otro estudio realizado en Europa y América reportó que los entrenadores de tenis, asumiendo la responsabilidad durante el COVID-19 sobre la salud de sus atletas, implementaron medidas al regresar a los entrenamientos presenciales como el lavado de manos, aplicación de metodologías y ejercicios con distancia física entre jugadores, reducción del número de atletas por sesión, restricciones de edad para el acceso a las unidades deportivas, medición de temperatura y uso individual de equipo deportivo (pelotas) así como el uso de mascarillas durante el entrenamiento (Martínez-Gallego et al., 2021).



En Italia, se encontró que los entrenadores de atletas, de distintas disciplinas, que competían a nivel internacional reportaron más control de la situación durante el COVID-19 que aquellos que entrenaban a atletas con menor nivel de experiencia (Santi et al., 2021). En el mismo país, Costa et al. (2019) encontraron que, para entrenadores y atletas, ajustar los objetivos considerando las condiciones del COVID-19 sería un paso importante para reducir los sentimientos de incertidumbre provocados por la pandemia.

Por otro lado, en el caso de los tutores de los atletas del CARD, hombres y mujeres consideraron que lo profesional fue la esfera que más afectación tuvo; los hombres percibieron más afectaciones en lo social. Por residencia los de zonas rurales percibieron más influencia negativa en lo social; en un estudio realizado en Alemania, fuera del contexto atlético, se reconoció que la percepción de los padres sobre el impacto del COVID-19 tuvo como mediadores: el estado monoparental, presencia de niños menores de 6 años en casa, problemas de salud, consumo de sustancias antes de pandemia, dificultades en la pareja y amigos y preocupación por las finanzas (Baldus et al., 2022).

En general, a nivel mundial, el COVID-19 tuvo implicaciones importantes para la comunidad deportiva. Por ejemplo, en Estados Unidos, Reino Unido y Canadá (Kelly et al., 2022; Teare y Taks, 2021), los resultados son diversos y se ha considerado que la pandemia fue un evento tan fuerte que impactó a toda la población por lo que las características sociodemográficas no son factores que tengan efectos significativos para analizar diferencias (Cosma et al., 2021).

### **Limitaciones del estudio**

Una de las principales limitaciones de la investigación fue que se realizó durante la pandemia provocada por el COVID-19 y los atletas del CARD no regresaron a las instalaciones hasta marzo de 2023.

Otras limitaciones fueron: los instrumentos utilizados se contestaron de manera online, debido a las restricciones de la pandemia y sólo se consideraron opciones de respuesta de la escala de Likert; si las condiciones hubieran sido diferentes, se podría haber profundizado en las respuestas de los participantes con preguntas abiertas y de manera presencial. También hubiera sido importante realizar entrevistas y observaciones para contrastar y ampliar la información sobre las conductas relacionadas con las variables de interés y no solo incluir las percepciones. Tampoco se pudieron realizar mediciones antropométricas a los atletas, para evaluar su estado nutricional, composición corporal e IC para corroborar con la percepción de satisfacción o insatisfacción, como estuvo planeado al inicio del proyecto.

## **Capítulo VII. Conclusiones, Consideraciones Finales y Futuras Investigaciones**

Interesarse en el desarrollo psicológico y atlético de los jóvenes deportistas implica, desde los postulados de la SDT, comprender cómo el contexto social puede contribuir en la creación de espacios donde los atletas se sientan libres de elegir y puedan regular su comportamiento de manera reflexiva y congruente (Ryan y Deci, 2001), además de percibirse autónomos, competentes y relacionados.

Reconocer las características sociodemográficas y deportivas de atletas, tutores y entrenadores puede facilitar tomar decisiones estratégicas en la planificación y ejecución de planes que se ajusten a los contextos específicos, según las necesidades de los involucrados.

Para las ciencias del deporte uno de los objetivos importantes a investigar es comprender los factores relacionados con el bienestar y el rendimiento de los atletas, en una diversidad de contextos y condiciones. Desde la perspectiva de la Ecología Humana, en la interacción persona-ambiente, influyen diversas variables por lo que es necesario un enfoque que permita a los entrenadores y demás agentes sociales, facilitar y gestionar el desarrollo y rendimiento deportivo en sus respectivos entornos (Abraham y Collins, 2011). Es la responsabilidad de los involucrados en el ámbito deportivo comenzar a generar investigación por sexo, disciplina y nivel atlético, considerando las diferencias y similitudes sociales, culturales y de los sistemas deportivos y educativos, con el fin de que las estrategias sean apropiadas, específicas y con evidencia empírica.

El clima motivacional generado por las figuras significativas al interactuar con los atletas impacta la satisfacción de las NPB y éstas, a su vez, la calidad de la motivación del atleta que puede desencadenar otros aspectos que favorezcan el sano desarrollo en contextos de alta exigencia. Es escasa la literatura, en esta línea de investigación, en la cual se incluyen elementos de Psicología Diferencial. Los resultados de este trabajo muestran algunas

diferencias relacionadas con las características de las poblaciones, compatibles con otros autores, como Mosqueda et al. (2022).

Como parte del ambiente social, el clima de AA, se ha considerado como una variable que ayuda a mejorar la calidad de la experiencia deportiva; en este sentido, fue importante identificar en este estudio, cómo los entrenadores pueden generar climas de AA si proporcionan opciones dentro de los límites del deporte, ofrecen fundamentos para las estructuras de las actividades, reconocen los sentimientos y las perspectivas de los atletas, crean oportunidades para que los deportistas demuestren iniciativa, proporcionan retroalimentación informativa, evitan el control y la crítica abierta, estructuran los sistemas de recompensa y limitan el ego de los atletas (Mageau y Vallerand, 2003).

Los resultados de esta investigación llevada a cabo considerando la perspectiva personal y contextual, puede contribuir al equilibrio óptimo en las diferentes esferas de la vida de los y las deportistas ayudándoles a lograr los hitos deportivos sin obligarles a renunciar a las actividades académicas y laborales, además de propiciar que sus vidas privadas sean también saludables y mantengan su bienestar psicológico (Morris et al., 2021).

Se verificó que es necesario conocer los procesos motivacionales y comprender las interacciones que rodean al deportista (Keegan et al., 2014). La relación entre los comportamientos de los agentes sociales y su impacto en la motivación es moderada por una serie de factores contextuales e interpersonales (Elliot, 1999). Para incrementar las posibilidades del logro del rendimiento y mejorar la calidad de la experiencia deportiva hay que comprender el entorno físico y social, la organización de los recursos, aspectos culturales y las características de los atletas.

Tomando como base los factores sugeridos por Radtke y Coalter (2007) para guiar a las escuelas deportivas, se proponen las siguientes acciones que podrían aplicarse al contexto

deportivo global: 1) capacitación e investigación en los recursos humanos (agentes sociales), incluyendo profesores, entrenadores, servicio de apoyo deportivo, medios de comunicación, directivos; las experiencias y conocimiento informal de los actores son vitales pero insuficientes para ofrecer servicios de calidad, considerando que pueden poner en riesgo la salud de los atletas; 2) cooperación entre los comités deportivos nacionales e internacionales junto a los sistemas educativos, que resulten en programas flexibles para que los atletas no vean afectadas sus carreras deportivas ni vocacionales y se reconozcan las cualidades desarrolladas por los atletas durante su carrera deportiva, para capitalizar en valor agregado en la esfera laboral; 3) creación de centros deportivos con financiamiento privado y público donde prevalezcan enfoques de desarrollo adecuados para la edad y con perspectiva de rendimiento a corto, mediano y largo plazo, en un marco de salud integral, y 4) análisis de las políticas públicas en torno a la promoción del deporte de rendimiento, así como de los reglamentos de competición y tendencias metodológicas de entrenamiento.

Si bien, los resultados de esta investigación son pioneros en Yucatán, se deben tomar con mesura porque aún falta mucho por explorar, y aunque países como Canadá, Estados Unidos, España, Reino Unido, Australia y los países escandinavos, han aportado mucha información, ésta aún no es suficiente (Johnston et al., 2018); se requieren investigaciones en América Latina, en México y en Yucatán. Es necesario estudiar las variables contextuales e individuales con diversos enfoques, desde la Ecología Humana y que se incluyan áreas como Medicina, Sociología, Arquitectura, Antropología, Geografía, Psicología y Educación. En este sentido, es necesario generar equipos de trabajo colaborativos que permitan unificar esfuerzos para garantizar la salud en los contextos deportivos de rendimiento y optimizar los recursos humanos y económicos para el desarrollo del potencial humano, en sus diferentes esferas.

Durante el desarrollo deportivo hay que fomentar adecuadas relaciones entre los atletas, tutores y entrenadores para el incremento de la calidad de la motivación, la satisfacción de las NPB y el bienestar, y de esta manera potenciar el rendimiento y satisfacción con su deporte. Este aspecto es responsabilidad de las personas involucradas en las ciencias del deporte, cuyo énfasis esté en los contextos saludables de desarrollo del talento atlético.

La evidencia respalda la importancia de satisfacer las NPB de los atletas para un funcionamiento eficaz, así como el importante papel del entorno social en la determinación del grado de satisfacción de éstas. Es recomendable realizar estudios que permitan conocer cómo los tutores y entrenadores, de los centros de rendimiento en México, pueden generar climas de AA y contribuir con la satisfacción de las NPB de los atletas durante la adolescencia y con múltiples deportes. También sería importante realizar estudios longitudinales a lo largo de las temporadas deportivas para analizar la tendencia de las variables e incluir centros de rendimiento deportivo privados.

Se sabe que la motivación es esencial para un rendimiento óptimo, pero también es importante que, en los estudios realizados en centros de rendimiento de desarrollo de talento, se incluyan aspectos de salud. Al respecto, el presente estudio puede servir de base para desarrollar estrategias que consideren tanto variables sociales, contextuales y personales.

Respecto al clima motivacional, en esta investigación únicamente se abordó el AA; para una mejor comprensión del tema, se considera que sería relevante incluir en futuras investigaciones otras dimensiones, como el clima de implicación en la tarea y el apoyo social, pues en el contexto deportivo son importantes los aspectos que estos incluyen: esfuerzo, cooperación, aprendizaje, confianza y comprensión.

Sería significativo replantear el uso de técnicas e instrumentos que permitan comprender mejor las relaciones entre tutores-atleta-entrenador, ya que a partir del planteamiento de este estudio se observó que más que triadas, las relaciones con el atleta se establecían a manera de diadas que se vinculaban a través del atleta: tutor-atleta y entrenador-atleta.

Además, sería conveniente que en futuras investigaciones se profundice en comprender cómo el género y los estereotipos de género y rol, impactan en el deporte juvenil y en las relaciones entre las figuras significativas.

A partir del 2020, en las investigaciones del ámbito deportivo, se incluyeron aspectos del COVID-19 y el confinamiento, que permitían una mejor descripción del impacto de éste en la salud y bienestar. En este estudio se abordaron temáticas como el contexto social, VS e IC, variables que probablemente no estuvieron exentas de verse alteradas. Es conocido que los atletas tuvieron que reorganizar su entrenamiento y otras actividades relacionadas a su vida deportiva, lo que modificó sus percepciones sobre energía, motivación, vitalidad, sentimientos de apoyo, estrés y malestar (Di Fronso et al., 2022; Martínez-González et al., 2021). Sobre las características demográficas y deportivas con las que se vincularon las variables de interés, es difícil hacer inferencias precisas debido al tipo de análisis (descriptivos) que se realizó, sin embargo, la literatura ha reportado que en cuestiones de género, las diferencias o similitudes se podrían deber a aspectos culturales de los países donde se hacen las investigaciones y a los roles de género del mismo; según la edad o experiencia deportiva, se ha especulado que los atletas más expertos podrían estar más protegidos de los efectos de presión que aquellos más jóvenes o con niveles de experiencia menor (Soto et al., 2020). Faltan más estudios que incluyan análisis sobre el género del atleta, entrenador y tutores para implementar las estrategias que favorezcan una participación en el contexto deportivo más equitativa y representativa.

Se propone que en futuras investigaciones se profundice en la comprensión de cómo el género y los estereotipos de género y rol impactan en el deporte juvenil y en las relaciones entre las figuras significativas. Sería pertinente incluir en futuros estudios a directivos, coordinadores académicos y deportivos, equipo multidisciplinario, profesores educativos y otras figuras que conviven con los atletas y tienen roles importantes en el desarrollo atlético.

A partir de los resultados de este estudio, quedan las siguientes interrogantes:

1. Las instituciones deportivas, considerando que existe un número equitativo de atletas hombres y mujeres, pero, no de entrenadoras y entrenadores, ¿deberían incluir en sus objetivos un incremento en el número de contrataciones de mujeres entrenadoras?, ¿qué estrategias deberían realizar para aumentar la representación de mujeres en los contextos deportivos?
2. En relación con la percepción de los atletas sobre el AA que generan sus tutores y entrenadores, ¿qué conductas, específicas, están valorando como apoyadoras? Y considerando las características del CARD ¿qué estrategias se pueden llevar a cabo para mantener y/o aumentar el clima de AA de tutores y entrenadores?
3. Partiendo de que los atletas de mayor edad percibieron menos satisfacción de la NPB de relación y menor AA, convendría plantearse ¿cómo podrían revertirse estos resultados.



## Referencias

- Abraham, A., y Collins, D. (2011). Effective skill development: How should athletes' skills be developed. *Performance Psychology: A Practitioner's Guide*, 207–229.
- Adie, J. W., Duda, J. L. y Ntoumanis, N. (2008). Autonomy support basic need satisfaction and the optimal functioning of adult male and female sport participants: A test of basic needs theory. *Motivation and Emotion*, 32, 189-199.
- Adie, J. W., Duda, J. L. y Ntoumanis, N. (2012). Perceived coach-autonomy support, basic need satisfaction and the well- and ill-being of elite youth soccer players: A longitudinal investigation. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(1), 51-59.
- Aguilar-Rivera, M. (2020). *Percepción del clima motivacional, motivación, satisfacción y bienestar en gimnastas: propuesta de intervención dirigida a padres* (Tesis inédita de maestría). Universidad Autónoma de Yucatán, México.
- Álvaro-González, J. I., Zurita-Ortega, F., Viciano-Garófano, V., MartínezMartínez, A., García-Sánchez, S., y Estévez-Díaz, M. (2016). Actividad física de adolescentes: implicación de sustancias nocivas, modalidad practicada y familia. *Psicología Escolar e Educativa*, 20(1), 13-22.
- Ames, C. (1992). Achievement goals and the classroom motivational climate. En D. H. Schunk y J. L. Meece (Eds.), *Student Perceptions in the Classroom* (p. 327–348). Lawrence Erlbaum Associates, Inc.
- Aspen Institute. (2016). *State of Play 2016: Trends and Developments*. Aspen Institute Washington, DC.
- Atienza, F. L., Castillo, I., Appleton, P. R., y Balaguer, I. (2020). Examining the mediating role of motivation in the relationship between multidimensional perfectionism and well-and ill-being in vocational dancers. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(14), 4945 (15 páginas).
- Aunola, K., Sorkkila, M., Viljaranta, J., Tolvanen, A., y Ryba, T. V. (2018). The role of parental affection and psychological control in adolescent athletes' symptoms of school and sport burnout during the transition to upper secondary school. *Journal of Adolescence*, 69, 140-149.
- Azcorra, H., y Dickinson, F. (2020). *Culture, Environment and Health in the Yucatán Peninsula*. Springer Nature, Switzerland AG.
- Bailey, R., y Collins, D. (2013). The standard model of talent development and its discontents. *Kinesiology Review*, 2(4), 248-259.
- Baker, J., Schorer, J., y Wattie, N. (2018). Compromising talent: Issues in identifying and selecting talent in sport. *Quest*, 70(1), 48-63.
- Balaguer, I. (2007). Clima motivacional, calidad de la implicación y bienestar psicológico: una propuesta de intervención en equipos deportivos. *Intervención psicosocial*, 135-162.

- Balaguer, I., Castillo Fernández, I. M., Cuevas, R., y Atienza González, F. L. (2018). The importance of coaches' autonomy support in the leisure experience and well-being of young footballers. *Frontiers In Psychology*, 9, 1-9.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., Quested, E., y Morales, V. (2011). Predictores socio-contextuales y motivacionales de la intención de continuar participando: Un análisis desde la SDT en danza. (Social-contextual and motivational predictors of intentions to continue participation: A test of SDT in dance). *RICYDE. Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 7(25), 305-319.
- Balaguer, I., Castillo, I., Duda, J. L., y Tomás, I. (2009). Análisis de las propiedades psicométricas de la versión española del Cuestionario de Clima en el Deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 18(1), 73-83.
- Balaguer, I., Castillo, I., y Duda, J. (2008). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades, motivación y bienestar en deportistas de competición: Un análisis de la teoría de la autodeterminación. *Revista de Psicología del Deporte*, 17(1), 123-139.
- Balaguer, I., González, L., Fabra, P., Castillo, I., Mercé, J., y Duda, J. L. (2012). Coaches' interpersonal style, basic psychological needs and the well- and ill-being of young soccer players: a longitudinal analysis. *Journal of Sports Sciences*, 30(15), 1619–1629.
- Baldus, C., Franz, S., y Thomasius, R. (2022). Help Needs among Parents and Families in Times of the COVID-19 Pandemic Lockdown in Germany. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(21), 14159.
- Barbosa-Luna, A. E., Tristán, J. L., Tomás, I., González, A., y López-Walle, J. M. (2017). Climas motivacionales, motivación autodeterminada, afectos y burnout en deportistas: enfoque multinivel. *Acción Psicológica*, 14(1), 105-118.
- Bartholomew, K.J., Ntoumanis, N., y Thøgersen-Ntoumani, C. (2010). The controlling interpersonal style in a coaching context: Development and initial validation of a psychometric scale. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32, 193–216.
- Beckner, B. N., y Record, R. A. (2016). Navigating the thin-ideal in an athletic world: influence of coach communication on female athletes' body image and health choices. *Health Communication*, 31(3), 364-373.
- Berntsen, H., Ivarsson, A., y Kristiansen, E. (2019). Need-supportiveness and athlete well-being: Coaches' competence-support at risk in the elite sport context throughout the season. *Current Issues in Sport Science (CISS)*, 4, 010.
- Bonneville-Roussy, A., Evans, P., Verner-Filion, J., Vallerand, R. J., & Bouffard, T. (2017). Motivation and coping with the stress of assessment: Gender differences in outcomes for university students. *Contemporary Educational Psychology*, 48, 28-42.
- Buchholz, A., Mack, H., McVey, G., Feder, S., y Barrowman, N. (2008). BodySense: An evaluation of a positive body image intervention on sport climate for female athletes. *Eating Disorders*, 16(4), 308-321.
- Campos-Ruiz, U., Cuevas-Ferrara, R. y Moo-Estrella, J. (2020). Efecto de las necesidades psicológicas básicas en la pasión de bailarinas de danza clásica. En J. M. López-Walle, J. L. Tristan Rodríguez, R. F. Ferrera, y A. R. Ceballos García (Eds.)

*Psicología Del Deporte y Ciencias Aplicadas*. Universidad Autónoma de Nuevo León. México.

- Cantón-Chirivella, E., Checa-Esquiva, I., y Vellisca-González, M. Y. (2015). Bienestar psicológico y ansiedad competitiva: el papel de las estrategias de afrontamiento/Competitive anxiety and psychological well-being: The role of coping strategies. *Revista Costarricense de Psicología*, 34(2), 71-78.
- Cantú-Berrueto, A., Castillo, I., López-Walle, J., Tristán, J., y Balaguer, I. (2016). Estilo interpersonal del entrenador, necesidades psicológicas básicas y motivación: un estudio en futbolistas universitarios mexicanos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(2), 263–270.
- Carazo, P. y Araya, G. (2010). Perfil de rasgos psicológicos para el rendimiento deportivo en hombres y mujeres practicantes de taekwondo. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 5, 253-266.
- Carreres-Ponsoda, F., Escartí Carbonell, A., Cortell-Tormo, J. M., Fuster Lloret, V., y Andreu, E. (2012). The relationship between out-of-school sport participation and positive youth development. *Journal of Human Sports and Exercise*, 7(3), 671-683.
- Cash, T. F., y Smolak, L. (2011). Understanding body images: Historical and contemporary perspectives. En T. F. Cash y L. Smolak (Eds.), *Body image: A Handbook of Science, Practice, and Prevention* (p. 3–11). The Guilford Press.
- Caspersen, C. J., Powell, K. E., y Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126-131.
- Castillo-Jiménez, N., López-Walle, J. M., Tomás Marco, I., y Balaguer Solá, I. (2017). Relación del clima empowering con la motivación autodeterminada a través de la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(3), 0033-39.
- Cernas, D. y Mercado, P. (2020). Perspectiva futura de tiempo y autoeficacia: Un análisis de mediación (dureza psicológica, esperanza y vitalidad) en México y EE. UU. *Revista Interamericana de Psicología/Interamerican Journal of Psychology*, 54(3), e1037 (19 páginas).
- Chacón, R., Zurita, F., Castro, M., Espejo, T., Martínez-Martínez, A., y Linares, M. (2016). Estudio sobre la aplicabilidad de exergames para la mejora de los índices de obesidad y la imagen corporal en escolares. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 11(1), 97-105.
- Chang, W. H., Kuo, C. C., y Ni, Y. L. (2021). Mindfulness enhances changes in athletes' subjective vitality: The moderating role of coach interpersonal style. *Asian Journal of Sport and Exercise Psychology*, 2(3), 190-197.
- Cheon, S. H., Reeve, J., Yu, T. H., y Jang, H. R. (2014). The teacher benefits from giving autonomy support during physical education instruction. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 36(4), 331-346.

- Chu, T. L., Zhang, X., Lee, J., y Zhang, T. (2020). Perceived coach-created environment directly predicts high school athletes' physical activity during sport. *International Journal of Sports Science y Coaching*, 16(1), 70-80.
- CONADE. (2013). *Calidad Para el Deporte*. Secretaria de Educación Pública. <http://conadeb.conade.gob.mx/portal/?id=1701> [Recuperado 24 de julio 2020].
- Conroy, D. E., y Coatsworth, J. D. (2007). Assessing autonomy-supportive coaching strategies in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(5), 671-684.
- Cosma, G.-A., Chiracu, A., Stepan, A. R., Cosma, M. A., Nanu, M. C., Voinea, F., Bibi, K. W., Păunescu, C., y Haddad, M. (2021). Covid-19 pandemic and quality of life among Romanian athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 4065 (13 páginas).
- Costa, S., Gugliandolo, M. C., Barberis, N., Cuzzocrea, F., y Liga, F. (2019). Antecedents and consequences of parental psychological control and autonomy support: The role of psychological basic needs. *Journal of Social and Personal Relationships*, 36(4), 1168-1189.
- Cox, R. H. (2008). *Psicología del deporte: conceptos y sus aplicaciones*. Ed. Médica Panamericana. 6ª Edición.
- Cuevas-Ferrera, R. (2009). *Autodeterminación y motivación de logro en deportistas yucatecos* [Tesis de maestría no publicada]. Universidad Autónoma de Yucatán.
- de Benito, M. M., Luján, J. F. G., y de Benito Trigueros, A. M. (2018). Inteligencia emocional, percepción de apoyo a la autonomía y relaciones en el deporte. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 18(1), 13–20.
- de Francisco-Palacios, C. M. de, Arce Fernández, C., Sánchez Romero, E. I., y Vílchez Conesa, M. del P. (2018). The mediating role of sport self-motivation between basic psychological needs satisfaction and athlete engagement. *Psicothema*, 30(4), 421-426.
- Deci, E. L., Koestner, R., y Ryan, R. M. (1999). A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation. *Psychological Bulletin*, 125(6), 627-668.
- Deci, E. L. y Ryan, R. M. (1985a). *Intrinsic Motivation and Self-determination in Human Behavior*. Nueva York: Plenum Press.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (1985b). The general causality orientations scale: Self-determination in personality. *Journal of Research in Personality*, 19(2), 109–134.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11, 227-268.
- Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2014). Autonomy and need satisfaction in close relationships: Relationship's motivation theory. En N. Weinstein (Ed.), *Human Motivation and Interpersonal Relationships: Theory, Research, and Applications* (pp. 53–73). Springer Science + Business Media.
- Di Fronso, S., Costa, S., Montesano, C., di Gruttola, F., Ciofi, E. G., Morgilli, L., Robazza, C., y Bertollo, M. (2022). The effects of COVID-19 pandemic on perceived stress and

- psychobiosocial states in Italian athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 20(1), 79–91.
- Díaz, I., Ramírez, M., Vallejo, E., y Godoy-Izquierdo, D. (2019). Creencias, actitudes y conductas de riesgo de entrenadores en relación con el peso de sus deportistas: un estudio descriptivo. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 4(2), e11 (8 páginas).
- Duda, J. L. (2001). Goal perspectives research in sport: Pushing the boundaries and clarifying some misunderstandings. En G. C. Roberts (Ed.) *Advances in Motivation in Sport and Exercise* (pp. 129-182). Human Kinetics.
- Duda, J. L. (2013). The conceptual and empirical foundations of Empowering Coaching™: Setting the stage for the PAPA project. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 11(4), 311-318.
- Duda, J. L., y Balaguer, I. (2008). The interplay between motivation, well-being and character development in sport: possible implications for responsible citizenship. En C. E. Goncalves, S. P. Cumming, M. Coelho E. Silva, J. Adelino, y R. M. Malina (Eds.). *Sport and Education*. Coimbra University Press, Portugal.
- Duda, J. L., Appleton, P. R., Stebbings, J., y Balaguer, I. (2018). Toward more empowering and less disempowering environments in youth sport: Theory to evidenced-based practice. En C. J. Knight, C. G. Harwood, D. Gould (Eds.). *Sport Psychology for Young Athletes*. New York, NY: Routledge, 81–93.
- Elliot, A. J. (1999). Approach and avoidance motivation and achievement goals. *Educational Psychologist*, 34(3), 169-189.
- Ericsson, K. A., Krampe, R. T., y Tesch-Römer, C. (1993). The role of deliberate practice in the acquisition of expert performance. *Psychological Review*, 100, 363-406.
- Facer-Childs, E. R., Hoffman, D., Tran, J. N., Drummond, S. P. A., y Rajaratnam, S. M. W. (2021). Sleep and mental health in athletes during COVID-19 lockdown. *Sleep*, 44(5), zsa261.
- Ferry, M., Meckbach, J., y Larsson, H. (2013). School sport in Sweden: what is it, and how did it come to be? *Sport in Society*, 16(6), 805-818.
- Feu, S., Ibáñez, S. J., y Gozalo, M. (2010). Propiedades psicométricas de los cuestionarios EDD y EPD para evaluar el estilo de planificación y decisión de los entrenadores. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 185-199.
- Gagné, M., Ryan, R. y Bargmann, K. (2003). Autonomy support and need satisfaction in the motivation and well-being of gymnasts. *Journal of Applied Sport Psychology*, 15(4), 372-390.
- García-Merita, M., Balaguer, I., Castillo, I., Álvarez, M., y Mars, L. (2010). Eficacia de un programa de intervención para mejorar la competencia, autonomía y bienestar de educadores de centros de protección de menores. *Educación XXI*, 13(2), 199-215.
- Garreaud Calderón, D. (2020). *Estilo de entrenamiento, necesidades psicológicas, vitalidad y oposicionismo desafiante en atletas peruanos*.

<<https://tesis.pucp.edu.pe/repositorio/handle/20.500.12404/16447>> (Fecha de consulta 15 de marzo 2023)

- Gaudreau, P., Morinville, A., Gareau, A., Verner-Filion, J., Green-Demers, I., y Franche, V. (2016). Autonomy support from parents and coaches: Synergistic or compensatory effects on sport-related outcomes of adolescent-athletes? *Psychology of Sport and Exercise*, 25, 89-99.
- Gearhart, M. G., Sugimoto, D., Meehan, W. P., y Stracciolini, A. (2018). Body satisfaction, performance perception, and weight loss behavior in young female dancers. *Medical Problems of Performing Artists*, 33(4), 225-230.
- George, D., y Mallery, P. (2001). Reliability analysis. En *SPSS for Windows step by step: A simple guide and reference* (3rd ed., pp. 207–218). Needham Heights, MA: Allyn and Bacon.
- Giel, K. E., Hermann-Werner, A., Mayer, J., Diehl, K., Schneider, S., Thiel, A., ... y GOAL Study Group. (2016). Eating disorder pathology in elite adolescent athletes. *International Journal of Eating Disorders*, 49(6), 553-562.
- Gimeno, F. y Buceta J.M. (2010). *Evaluación psicológica en el deporte*. El cuestionario CPRD. Madrid: Dykinson.
- Godber, K. (2012). The life-worlds of elite young athletes: A lens on their school/sport balancing act. *APEX: The New Zealand Journal of Gifted Education*, 17(1), 161-178.
- Gomariz-Vicente, M. G., Martínez, J. P., Sanz, M. P. G., y Prados, M. Á. H. (2019). De lo formal a lo real. Análisis de la participación familiar en asociaciones de madres y padres y consejos escolares. *Aula Abierta*, 48(1), 85–96.
- González, L., Castillo, I., García-Merita, M., y Balaguer, I. (2015). Apoyo a la autonomía, satisfacción de las necesidades psicológicas y bienestar: Invarianza de un modelo estructural en futbolistas y bailarines. *Revista de Psicología del Deporte*, 24(1), 121-129.
- González, L., Tomás, I., Castillo, I., Duda, J. L., y Balaguer, I. (2017). A test of basic psychological needs theory in young soccer players: time-lagged design at the individual and team levels. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 27(11), 1511-1522.
- Grogan, S. (2016). *Body image: Understanding Body Dissatisfaction in Men, Women and Children*. Routledge, Taylor y Francis Group.
- Güemes-Hidalgo, M., Ceñal González-Fierro, M. J., y Hidalgo Vicario, M. I. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría Integral*, 21(4), 233–244.
- Güllich, A. (2014). Selection, de-selection and progression in German football talent promotion. *European Journal of Sport Science*, 14(6), 530–537.
- Guzmán, J.F. y García-García, C. (2012). Bienestar Psicológico en Bailarines: un análisis social cognitivo. En: C. Giménez (Ed.) *La investigación en Danza en España 2012*. Valencia: Mahali.

- Harter, S. (1978). Effectance motivation reconsidered: Toward a developmental model. *Human Development*, 21(1), 34–64.
- Healy, L. C., Ntoumanis, N., Stewart, B. D., y Duda, J. L. (2015). Predicting subsequent task performance from goal motivation and goal failure. *Frontiers in Psychology*, 6, 926.
- Henriksen, K., y Stambulova, N. (2017). Creating optimal environments for talent development: A holistic ecological approach. En J. Baker, S. Cobley, J. Schorer, y N. Wattie (Eds.). *Routledge Handbook of Talent Identification and Development in Sport* (pp. 270-284). Routledge. 1ª Edición.
- Henriksen, K., Schinke, R., Moesch, K., McCann, S., Parham, W. D., Larsen, C. H., & Terry, P. (2020). Consensus statement on improving the mental health of highperformance athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 18(5), 553-560.
- Hermassi, S., Bouhaf, E. G., Bragazzi, N. L., Ichimura, S., Alsharji, K. E., Hayes, L. D., y Schwesig, R. (2021). Effects of home confinement on the intensity of physical activity during the COVID-19 outbreak in team handball according to country, gender, competition level, and playing position: a worldwide study. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(8), 4050.
- Hernández, R., Fernández, C., y Baptista, P. (2014). Metodología de la Investigación (6a ed.). México: McGraw-Hill.
- Holt, N. L., Pankow, K., Tamminen, K. A., Strachan, L., MacDonald, D. J., Fraser-Thomas, J., ... y Camiré, M. (2018). A qualitative study of research priorities among representatives of Canadian provincial sport organizations. *Psychology of Sport and Exercise*, 36, 8-16.
- Howard, J. L., Gagné, M., y Morin, A. J. (2020). Putting the pieces together: Reviewing the structural conceptualization of motivation within SDT. *Motivation and Emotion*, 44(6), 846-861.
- Hurley, D., Allen, M. S., Swann, C., y Vella, S. A. (2021). A matched control trial of a mental health literacy intervention for parents in community sports clubs. *Child Psychiatry y Human Development*, 52(1), 141–153.
- IDEY Instituto del Deporte del Estado de Yucatán. (2019). *¿Qué es el CARD?* Recuperado de <http://www.idey.gob.mx/card.htm> (20 de julio de 2021)
- Ingrell, J., Larneby, M., Johnson, U., y Hedenborg, S. (2019). Student-athletes' beliefs about athletic ability: A longitudinal and mixed method gender study. *Scandinavian Sport Studies Forum*, 10, 117-138.
- Jacobsson, J., Spreco, A., Kowalski, J., Timpka, T., y Dahlström, Ö. (2021). Assessing parents, youth athletes and coaches' subjective health literacy: A cross-sectional study. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 24(7), 627–634.
- Jagim, A. R., Luedke, J., Fitzpatrick, A., Winkelman, G., Erickson, J. L., Askow, A. T., y Camic, C. L. (2020). The impact of COVID-19-related shutdown measures on the training habits and perceptions of athletes in the United States: a brief research report. *Frontiers in Sports and Active Living*, 2, Número de artículo 623068 (6 páginas).
- Jõesaar, H., Hein, V., y Hagger, M. S. (2012). Youth athletes' perception of autonomy support from the coach, peer motivational climate and intrinsic motivation in sport setting: One-year effects. *Psychology of Sport and Exercise*, 13(3), 257-262.

- Kang, S., Jeon, H., Kwon, S., y Park, S. (2015). Parental attachment as a mediator between parental social support and self-esteem as perceived by Korean sports middle and high school athletes. *Perceptual and Motor Skills*, 120(1), 288-303.
- Kantanista, A., Glapa, A., Banio, A., Firek, W., Ingarden, A., Malchrowicz-Moško, E., ... y Maćkowiak, Z. (2018). Body image of highly trained female athletes engaged in different types of sport. *BioMed Research International*, 6835751 (8 páginas).
- Karr, T. M., Davidson, D., Bryant, F. B., Balague, G., y Bohnert, A. M. (2013). Sport type and interpersonal and intrapersonal predictors of body dissatisfaction in high school female sport participants. *Body Image*, 10(2), 210-219.
- Keegan, R. J., Harwood, C. G., Spray, C. M., y Lavalley, D. (2014). A qualitative investigation of the motivational climate in elite sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 15(1), 97-107.
- Keegan, R., Spray, C., Harwood, C., y Lavalley, D. (2010). The motivational atmosphere in youth sport: Coach, parent, and peer influences on motivation in specializing sport participants. *Journal of Applied Sport Psychology*, 22(1), 87-105.
- Kelly, A. L., Erickson, K., y Turnidge, J. (2022). Youth sport in the time of COVID-19: Considerations for researchers and practitioners. *Managing Sport and Leisure*, 27(1-2), 62-72.
- Kilic, K., y Ince, M. L. (2021). Youth athletes' developmental outcomes by age, gender, and type of sport. *Journal of Human Sport & Exercise*, 16(1), 212-225.
- Kinsaul, J. A., Curtin, L., Bazzini, D., y Martz, D. (2014). Empowerment, feminism, and self-efficacy: Relationships to body image and disordered eating. *Body Image*, 11(1), 63-67.
- Kong, P., y Harris, L. M. (2015). The sporting body: body image and eating disorder symptomatology among female athletes from leanness focused and nonleanness focused sports. *The Journal of Psychology*, 149(2), 141-160.
- Kristiansen, E., y Houlihan, B. (2017). Developing young athletes: The role of private sport schools in the Norwegian sport system. *International Review for the Sociology of Sport*, 52(4), 447-469.
- Kristiansen, E., y Stensrud, T. (2017). Young female handball players and sport specialisation: how do they cope with the transition from primary school into a secondary sport school? *British Journal of Sports Medicine*, 51(1), 58-63.
- Lam, F. E., Kumarasamy, J., Johari, M., Abdul Rani, A., y Mat Rejab, A. S. N. (2008). Creating better sports schools in Malaysia: A curriculum comparison analysis. *International Conference on Educational Innovation*, 6-8 de mayo 2008, Kuala Lumpur.
- LaVoi, N. M., Boucher, C., y Sirek, G. (2020). Head coaches of women's collegiate teams: A comprehensive report on NCAA Division-I institutions, 2019-20. *The Tucker Center for Research on Girls y Women in Sport*. <  
[https://www.cehd.umn.edu/tuckercenter/library/docs/research/WCCRC\\_2019-](https://www.cehd.umn.edu/tuckercenter/library/docs/research/WCCRC_2019-)



- [20 Head-Coaches All-NCAA-DI-Head-Coaches 2020-September.pdf](#)> (Fecha de consulta 22 de febrero 2021).
- Leiter, E., Raimundi, M. J., y Todarello, F. (2021). Las actitudes sexistas ambivalentes de entrenadores y entrenadoras y su relación con la percepción del clima motivacional que crean en sus equipos deportivos. *Educación Física y Ciencia*, 23(1), 162-162.
- Levine, M. P. (2012). Media influences on female body image. En *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* (pp. 540-546). Academic Press.
- López-Sánchez, G. F., Suárez, A. D., & Smith, L. (2018). Análisis de imagen corporal y obesidad mediante las siluetas de Stunkard en niños y adolescentes españoles de 3 a 18 años. *Anales de Psicología/Annals of Psychology*, 34(1), 167-172.
- López-Walle, J. M., Balaguer Solá, I., Castillo Fernández, I., y Tristán Rodríguez, J. L. (2011). Clima motivacional percibido, motivación autodeterminada y autoestima en jóvenes deportistas mexicanos. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(1), 209–222.
- López-Walle, J., Balaguer, I., Castillo, I., y Tristán, J. (2012). Autonomy support, basic psychological needs and well-being in Mexican athletes. *The Spanish Journal of Psychology*, 15(3), 1283–1292.
- Lunde C, y Gattario KH. (2017). Performance or appearance? Young female sport participants' body negotiations. *Body Image*, 21: 81-89.
- Mageau, G. A., y Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Science*, 21(11), 883-904.
- Mahoney, J. W., Ntoumanis, N., Gucciardi, D. F., Mallett, C. J., y Stebbings, J. (2016). Implementing an autonomy-supportive intervention to develop mental toughness in adolescent rowers. *Journal of Applied Sport Psychology*, 28(2), 199–215.
- Manzano-Sánchez, D. M. (2021). Diferencias entre aspectos psicológicos en Educación Primaria y Educación Secundaria: Motivación, Necesidades psicológicas básicas, Responsabilidad, Clima de aula, Conductas antisociales y Violencia. *Espiral. Cuadernos Del Profesorado*, 14(28), 9–18.
- Mars, L., Castillo, I., López-Walle, J., y Balaguer, I. (2017). Estilocontrolador del entrenador, frustración de las necesidades y malestar en futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 26(2), 119–124.
- Martindale, R. J. J., Collins, D., y Abraham, A. (2007). Effective talent development: The elite coach perspective in UK sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 19(2), 187–206.
- Martínez-Gallego, R., Fuentes-García, J. P., y Crespo, M. (2021). COVID-19 Prevention Measures Implemented by Tennis Coaches: The Role of Continent, Experience, and Type of Facility. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(23), 12679.
- Martínez-González, N., Atienza, F. L., Tomás, I., Duda, J. L., y Balaguer, I. (2021). The impact of Coronavirus Disease 2019 lockdown on athletes' subjective vitality: The protective role of resilience and autonomous goal motives. *Frontiers in Psychology*, 11, 612825.

- Maurice, J., Devonport, T. J., y Knight, C. J. (2021). Toward Improved Triadic Functioning: Exploring the Interactions and Adaptations of Coaches, Parents and Athletes in Professional Academy Soccer Through the Adversity of COVID-19. *Frontiers in Psychology*, 12, 609631.
- McAuley, E., Duncan, T., y Tammen, V. V. (1989). Psychometric properties of the Intrinsic Motivation Inventory in a competitive sport setting: A confirmatory factor analysis. *Research Quarterly for Exercise and Sport*, 60(1), 48-58.
- McGuine, T. A., Biese, K. M., Petrovska, L., Hetzel, S. J., Reardon, C. L., Kliethermes, S., Bell, D. R., Brooks, A., y Watson, A. M. (2021). Changes in the health of adolescent athletes: a comparison of health measures collected before and during the CoVID-19 pandemic. *Journal of Athletic Training*, 56(8), 836–844.
- McKinley, R. K., Manku-Scott, T., Hastings, A. M., French, D. P., y Baker, R. (1997). Reliability and validity of a new measure of patient satisfaction with out of hours primary medical care in the United Kingdom: development of a patient questionnaire. *British Medical Journal*, 314(7075), 193-198.
- Medina-Villanueva, S., y Ródenas, L. (2022). La ansiedad en deportistas universitarios durante la cuarentena por COVID-19. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 22(2), 33–46.
- Monteiro, D., Cid, L., Teixeira, D. S., Fonseca, T., Duarte-Mendes, P., Silva, L. M., y Rodrigues, F. (2020). Understanding needs satisfaction and frustration in young athletes: Factor structure and invariance analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(11), 4046.
- Moreno-Basurto, G. A., Ferrera, R. D. F. C., Ayala, M. D. L. C., y Sánchez, V. M. (2016). Intervención con madres de nadadores para desarrollar y promover la autodeterminación de sus hijos. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 30, 216-221.
- Moreno, J. A., Cervello, E., y Moreno, R. (2008). The importance of physical-sport practice and gender in physical self-concept from up to 23 years. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 8(1), 171-183
- Morilla, M., Rivera, S. y Tassi, J. M. (2017). *Entrenamiento psicológico-integrado en la metodología del fútbol actual*. Sevilla, España: Centro Excelentia.
- Morris, R., Cartigny, E., Ryba, T. V., Wylleman, P., Henriksen, K., Torregrossa, M., ... y Erpič, S. C. (2021). A taxonomy of dual career development environments in European countries. *European Sport Management Quarterly*, 21(1), 134-151.
- Moseid, C. H., Myklebust, G., Fagerland, M. W., Clarsen, B., y Bahr, R. (2018). The prevalence and severity of health problems in youth elite sports: a 6-month prospective cohort study of 320 athletes. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 28(4), 1412-1423.
- Mosqueda, S., López-Walle, J. M., Gutiérrez-García, P., García-Verazaluce, J., y Tristán, J. (2019). Autonomous motivation as a mediator between an empowering climate and enjoyment in male volleyball players. *Sports*, 7(6), 153.

- Mosqueda, S., Ródenas-Cuenca, L. T., Balaguer, I., Salcido Otañez, Y. E. y LópezWalle, J. (2022). Diferencias demográficas de climas motivacionales, necesidades psicológicas básicas y cohesión en jóvenes. *Retos*, 43, 613-622.
- Ntoumanis, N. (2001). A self-determination approach to the understanding of motivation in physical education. *British Journal of Educational Psychology*, 71(2), 225–242.
- O'Neil, L., y Amorose, A. J. (2021). Autonomy support and control within mother-father parenting structures: A person-centered approach in youth sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 53, 101854.
- OMS (Organización Mundial de la Salud) (20 de noviembre de 2021). *Salud de la Madre, el Recién Nacido, del Niño y del Adolescente*. Recuperado de: [https://www.who.int/maternal\\_child\\_adolescent/topics/adolescence/dev/es/](https://www.who.int/maternal_child_adolescent/topics/adolescence/dev/es/)
- Pacheco-Arias, H. D., Heredia-León, D. A., Ávila-Mediavilla, C. M., y Aldas-Arcos, H. G. (2020). Presión psicológica en futbolistas, relación con el apoyo a la autonomía, motivación y compromiso deportivo. *Polo Del Conocimiento*, 5(11), 64–78.
- Palou, P., y Borrás, P. (2019). Sportmanship education in grassroot sport coaches: intervention effects in fairplay and cheating in youth. *Journal of Sport and Health Research*, 11(Supl 1), 29-40.
- Parra-Plaza, F. J., Vílchez Conesa, M. del P., y Francisco Palacios, C. M. de. (2018). La satisfacción de las necesidades psicológicas básicas en función de la formación y experiencia del deportista: características sociodeportivas. *Revista de Psicología y Educación*, 13(2), 113-123.
- Pelletier, L. G., Rocchi, M. A., Vallerand, R. J., Deci, E. L., y Ryan, R. M. (2013). Validation of the revised sport motivation scale (SMS-II). *Psychology of Sport and Exercise*, 14(3), 329-341.
- Peterson, T., Ageberg, E., Bremander, A., Dencker, M., Ek, S., Hedenborg, S., ... y Wollmor, P. (4 de diciembre 2017). Malmö Youth Sport Study: A longitudinal study of a secondary school in Malmö, Sweden, specialized in physical activity and sports. *Idrottsforum*, < <https://idrottsforum.org/petersonetal171204/> >
- Petrie, T. A., y Greenleaf, C. A. (2007). Eating disorders in sport: From theory to research to intervention. En G. Tenenbaum y R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of Sport Psychology* (p. 352–378). John Wiley y Sons, Inc.
- Pineda-Espejel, H. A., Morquecho-Sánchez, R., & Alarcón, E. (2020). Estilo interpersonal del entrenador, competencia, motivación, y ansiedad precompetitiva en deportistas de alto rendimiento. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 20(1), 10-24.
- Piran, N., y Mafriçi, N. (2012). Preventing body image problems: ecological and activism approaches. En *Encyclopedia of Body Image and Human Appearance* (pp. 674-679). Academic Press.
- Pires, D. A., de Mello Santiago, M. L., Samulski, D. M., y da Costa, V. T. (2012). A Síndrome de Burnout no Esporte Brasileiro. *Journal of Physical Education*, 23(1), 131–139.

- Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., Sánchez-Miguel, P. A., Leo, F. M., y García-Calvo, T. (2016). Influencia de la formación de los entrenadores sobre la motivación de los deportistas. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte/International Journal of Medicine and Science of Physical Activity and Sport*, 16(64), 685-702.
- Purcell, R., Rice, S., Butterworth, M., y Clements, M. (2020). Rates and correlates of mental health symptoms in currently competing elite athletes from the Australian National high-performance sports system. *Sports Medicine*, 50(9), 1683-1694.
- Quested, E., y Duda, J. L. (2010). Exploring the social-environmental determinants of well- and ill-being in dancers: A test of basic needs theory. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 32(1), 39-60.
- Quested, E., y Duda, J. L. (2011). Perceived autonomy support, motivation regulations and the self-evaluative tendencies of student dancers. *Journal of Dance Medicine and Science*, 15(1), 3-14.
- Radtke S, y Coalter F. (2007). *Sports Schools: An International Review*. Stirling, UK: University of Stirling.
- Raimundi, M. J., Molina, M. F., y Hernández-Mendo, A. (2019). Es cala de Promoción de Desafíos por parte de los padres en deportistas adolescentes de alto rendimiento. *Liberabit: Revista Peruana de Psicología*, 25(1), 57-70.
- Ramis, Y., Torregrosa, M., Viladrich, C., y Cruz, J. (2013). El apoyo a la autonomía generado por entrenadores, compañeros y padres y su efecto sobre la motivación autodeterminada de deportistas de iniciación. *Anales de Psicología*, 29(1), 243-248.
- Rasyid, N. M., Aziz, S. A., y Tengah, R. Y. (2020). Goal orientation and preferred coaching styles of Malaysian Sport School's athletes. *European Journal of Molecular y Clinical Medicine*, 7(2), 3938-3951.
- Reardon, C. L., Bindra, A., Blauwet, C., Budgett, R., Campriani, N., Currie, A., Gouttebauge, V., McDuff, D., Mountjoy, M., y Purcell, R. (2021). Mental health management of elite athletes during COVID-19: a narrative review and recommendations. *British Journal of Sports Medicine*, 55(11), 608–615.
- Reche-García, C., Morante, J. J. H., Santana, J. T. T., Cisneros, C. A. G., Romero, J. R., y Montero, F. J. O. (2022). Bienestar psicológico de deportistas adolescentes mexicanos confinados por la pandemia del COVID-19. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 17(52), 7-14.
- Reel, J. J., Petrie, T. A., SooHoo, S., y Anderson, C. M. (2013). Weight pressures in sport: Examining the factor structure and incremental validity of the weight pressures in sport—Females. *Eating Behaviors*, 14(2), 137-144. 46
- Reeve, J. (2012). A self-determination theory perspective on student engagement. En: S. L. Christenson, A. L. Reschly, y C. Wylie (Eds.), *Handbook of Research on Student Engagement* (pp. 149–172). Springer Science + Business Media.
- Reeve, J. (2015). Giving and summoning autonomy support in hierarchical relationships. *Social and Personality Psychology Compass*, 9(8), 406-418.

- Reeve, J. (2016). A grand theory of motivation: Why not? *Motivation and Emotion*, 40(1), 31-35.
- Reeve, J., y Halusic, M. (2009). How K-12 teachers can put self-determination theory principles into practice. *Theory and Research in Education*, 7(2), 145-154.
- Reinboth, M., y Duda, J. L. (2006). Perceived motivational climate, need satisfaction and indices of well-being in team sports: A longitudinal perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 7(3), 269-286.
- Rial, A., Marsillas, S., Isorna, M., y Louro, A. (2013). Recomendaciones para el apoyo psicológico a jóvenes deportistas en los centros de alto rendimiento. [Tips to the psychological support to young athletes in high performance centers]. RICYDE. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 9, 252-268.
- Richer, S. y Vallerand, R. J. (1998). Construction and validation of the Perceived Relatedness Scale. *Revue Européene de Psychologie Appliquée*, 48, 129-137.
- Rigoni, P. A. G., Belem, I. C., y Vieira, L. F. (2017). Revisão sistemática sobre o impacto do esporte no desenvolvimento positivo de jovens atletas. *Journal of Physical Education*, 28(1).
- Roberts, R. J., y Lane, A. M. (2021). Mood responses and regulation strategies used during COVID-19 among boxers and coaches. *Frontiers in Psychology*, 12, 624119.
- Rodríguez-Carvajal, R., Moreno-Jiménez, B., y van Dierendonck, D. (2010). Vitality and inner resources as relevant components of psychological well-being. *Psicothema*, 22(1), 63-70.
- Romero, S. (2004). Padres, Deporte y Educación. En libro del *III Congreso Nacional de Deporte*. Dos Hermanas, Sevilla, del 19 al 21 de noviembre de 2004.
- Romero-Carrasco, A. E., Zapata Campbel, R., García-Mas, A., Brustad, R. J., Garrido Quiroz, R., y Letelier López, A. (2010). Estrategias de afrontamiento y bienestar psicológico en jóvenes tenistas de competición. *Revista de Psicología del Deporte*, 19(1), 117-133.
- Rosabal-García, E., Romero Muñoz, N., Gaquín Ramírez, K., y Hernández Mérida, R. A. (2015). Conductas de riesgo en los adolescentes. *Revista Cubana de Medicina Militar*, 44(2), 218-229.
- Ryan, R. M. (1993). Agency and organization: Intrinsic motivation, autonomy, and the self in psychological development. En J. E. Jacobs (Ed.), *Nebraska Symposium on Motivation, 1992: Developmental Perspectives on Motivation* (pp. 1-56). University of Nebraska Press.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and wellbeing. *American Psychologist*, 55, 68-78.
- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2001). On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*, 52, 141-166.

- Ryan, R. M. y Deci, E. L. (2002). Overview of Self-Determination Theory: An organismic dialectical perspective. En E.L. Deci, y R.M. Ryan, (Eds.), *Handbook of Self-Determination Research* (pp. 3-33). Rochester: The University of Rochester Press.
- Ryan, R. M., Deci, E. L., y Vansteenkiste, M. (2016). Autonomy and autonomy disturbances in self-development and psychopathology: Research on motivation, attachment, and clinical process. En: D. Cicchetti (Ed.), *Developmental Psychopathology: Theory and Method* (pp. 385–438). John Wiley y Sons, Inc.
- Ryan, R. M., y Frederick, C. (1997). On energy, personality, and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being. *Journal of Personality*, 65(3), 529-565.
- Sabato TM, Walch TJ, y Caine DJ. 2016. The elite young athlete: strategies to ensure physical and emotional health. *Open Access Journal of Sports Medicine* 7, 99-113.
- Sabiston, C. M., Lucibello, K. M., Kuzmochka-Wilks, D., Koulanova, A., Pila, E., Sandmeyer-Graves, A., y Maginn, D. (2020). What's a coach to do? Exploring coaches' perspectives of body image in girls sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 48, 101669.
- Sabiston, C. M., Pila, E., Vani, M., y Thogersen-Ntoumani, C. (2019). Body image, physical activity, and sport: A scoping review. *Psychology of Sport and Exercise*, 48, Número de artículo 101669 (9 páginas).
- Sáenz-López, P., Mateos, J. L., Almagro, B. J., y Conde, C. (2017). Apoyo a la autonomía, creencias implícitas de habilidad y metas de logro en jugadoras de baloncesto en formación. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 17(3), 199–206.
- Salaberria, K., Rodríguez, S., y Cruz, S. (2007). Percepción de la imagen corporal. *Osasunaz*, 8(2), 171-183.
- Sánchez-Oñate, A., Reyes Reyes, F., y Villarroel Henríquez, V. (2016). Participación y expectativas de los padres sobre la educación de sus hijos en una escuela pública. *Estudios Pedagógicos (Valdivia)*, 42(3), 347–367.
- Sandoval. C., Ángeles, M. A. V., y Parracé, C. A. R. (2022). Formación académica permanente y experiencia de los entrenadores de rendimiento y alto rendimiento en Colombia. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 46, 368-377.
- Santi, G., Quartiroli, A., Costa, S., di Fronso, S., Montesano, C., di Gruttola, F., Ciofi, E. G., Morgilli, L., y Bertollo, M. (2021). The impact of the COVID-19 lockdown on coaches' perception of stress and emotion regulation strategies. *Frontiers in Psychology*, 11, 601743.
- Savage, J., Collins, D., y Cruickshank, A. (2017). Exploring traumas in the development of talent: what are they, what do they do, ¿and what do they require? *Journal of Applied Sport Psychology*, 29(1), 101–117.
- Slade, P. D. (1994). What is body image? *Behaviour Research and Therapy*, 32(5), 497-502
- Slater A, y Tiggemann M. (2015). Gender differences in adolescent sport participation, teasing, self-objectification and body image concerns. *Journal of Adolescence* 34(3), 455-63.

- Smith, N., Tessier, D., Tzioumakis, Y., Fabra, P., Quested, E., Appleton, P., ... y Duda, J. L. (2016). The relationship between observed and perceived assessments of the coach-created motivational environment and links to athlete motivation. *Psychology of Sport and Exercise*, 23, 51-63.
- So, Y. H. (2011). The relationship between perfectionism, competition anxiety, and burnout of physical education high school athletes. *Korean Journal of Sport Psychology*, 22(1), 77-92.
- Sorkkila, M., Aunola, K., y Ryba, T. V. (2017). A person-oriented approach to sport and school burnout in adolescent student-athletes: The role of individual and parental expectations. *Psychology of Sport and Exercise*, 28, 58-67.
- Soulliard, Z. A., Kauffman, A. A., Fitterman-Harris, H. F., Perry, J. E., y Ross, M. J. (2019). Examining positive body image, sport confidence, flow state, and subjective performance among student athletes and non-athletes. *Body Image*, 28, 93-100.
- Stambulova, N., Alfermann, D., Statler, T., y Côté, J. (2009). ISSP position stand: Career development and transitions of athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(4), 395-412.
- Stebbing, J., Taylor, I. M., Spray, C. M., y Ntoumanis, N. (2012). Antecedents of perceived coach interpersonal behaviors: The coaching environment and coach psychological well-and ill-being. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 34(4), 481-502.
- Stunkard, A. J., Sorensen, T., y Schulsinger, F. (1983). Use of the Danish adoption register for the study of obesity and thinness. En S. Kety, L. Rowland, R. Sidman, et al. (Eds.) *The Genetics of Neurological and Psychiatric Disorders*. (pp.115-120). New York: Raven Press.
- Swami, V., Steadman, L., y Tovée, M. J. (2009). A comparison of body size ideals, body dissatisfaction, and media influence between female track athletes, martial artists, and non-athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 10(6), 609-614.
- Szymanski, D. M., Moffitt, L. B., y Carr, E. R. (2011). Sexual objectification of women: advances to theory and research. *The Counseling Psychologist*, 39(1), 6-38.
- Tavakol, M., y Dennick, R. (2011). Making sense of Cronbach's alpha. *International Journal of Medical Education*, 2, 53-55.
- Taylor, J., y Collins, D. (2019). Shoulda, coulda, didnae—Why don't high-potential players make it? *The Sport Psychologist*, 33(2), 85-96.
- Teare, G., y Taks, M. (2021). Exploring the impact of the COVID-19 pandemic on youth sport and physical activity participation trends. *Sustainability*, 13(4), 1744.
- Thompson, R. A., y Sherman, R. T. (2011). *Eating Disorders in Sport*. Routledge.
- Thøgersen-Ntoumani, C., y Ntoumanis, N. (2007). A self-determination theory approach to the study of body image concerns, self-presentation and self-perceptions in a sample of aerobic instructors. *Journal of Health Psychology*, 12(2), 301-315.
- Torres-Martín, C., Alemany-Arrebola, I., Lorenzo-Martín, M. E., y Mingorance-Estrada, Á. C. (2021). Psychological distress and psychosocial factors in the non-formal context

- of basketball coaches in times of the COVID-19 pandemic. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(16), 8722.
- Triulzi, M. A., Celsi, I., y Raimundi, M. J. (2019). Una experiencia de evaluación e intervención con adolescentes deportistas en el camino hacia el alto rendimiento de argentina. *Anuario de Investigaciones*, 26, 347-354.
- Uehara, L., Button, C., y Davids, K. (2019). Sport expertise development and the constraints-led approach: a review exemplified by the case of Brazilian soccer. *Conexões*, 17, e019001–e019001.
- Vallerand, R.J. (2001). A hierarchical model of intrinsic and extrinsic motivation in sport and exercise. En G. Roberts (Ed.), *Advances in motivation in sport and exercise*. Champaign, IL: Human Kinetics, pp. 263-319.
- Vallerand, R. J., y Losier, G. F. (1999). An integrative analysis of intrinsic and extrinsic motivation in sport. *Journal of Applied Sport Psychology*, 11(1), 142–169.
- van der Kaap-Deeder, J., Vansteenkiste, M., Soenens, B., Loeys, T., Mabbe, E., y Gargurevich, R. (2015). Autonomy-supportive parenting and autonomy-supportive sibling interactions: The role of mothers' and siblings' psychological need satisfaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 41(11), 1590-1604.
- Vansteenkiste, M., Niemiec, C. P., y Soenens, B. (2010). The development of the five mini-theories of self-determination theory: An historical overview, emerging trends, and future directions. En T.C. Urdan y S. A. Karabenick (Eds.) *The Decade Ahead: Theoretical Perspectives on Motivation and Achievement (Advances in Motivation and Achievement, Vol. 16 Part A)*, Emerald Group Publishing Limited, Bingley, pp. 105-165.
- Vaquero-Cristóbal, R., Alacid, F., Muyor, J. M., y López-Miñarro, P. Á. (2013). Imagen corporal: revisión bibliográfica. *Nutrición Hospitalaria*, 28(1), 27-35.
- Viejo, C., y Ortega-Ruiz, R. (2017). Cambios y riesgos asociados a la adolescencia. *Psychology, Society, y Education*, 7(2), 109-118.
- Wang, Y., Wu, C. H., y Chen, L. H. (2023). A longitudinal investigation of the role of perceived autonomy support from coaches in reducing athletes' experiential avoidance: The mediating role of subjective vitality. *Psychology of Sport and Exercise*, 64, 102304.
- Washif, J. A., Farooq, A., Krug, I., Pyne, D. B., Verhagen, E., Taylor, L., Wong, D. P., Mujika, I., Cortis, C., y Haddad, M. (2022). Training during the COVID-19 lockdown: knowledge, beliefs, and practices of 12,526 athletes from 142 countries and six continents. *Sports Medicine*, 52(4), 933–948.
- Way, R., Repp, C., y Brennan, T. (2010). *Sport Schools in Canada: The Future is Here*. Canadian Sport Centre. Vancouver: Canadian Sport Centre Pacific.
- Weinberg, R. S., y Gould, D. (2007). *Foundations of Sport and Exercise Psychology*. Champaign, IL: Human Kinetics.
- Whisenhunt, B. L., Williamson, D. A., Drab-Hudson, D. L., y Walden, H. (2008). Intervening with coaches to promote awareness and prevention of weight pressures in



- cheerleaders. *Eating and Weight Disorders-Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 13(2), 102-110. 49
- Williams, G. C., Lynch, M. F., McGregor, H. A., Ryan, R. M., Sharp, D., y Deci, E. L. (2006). Validation of the " Important Other" Climate Questionnaire: Assessing Autonomy Support for Health-Related Change. *Families, Systems, y Health*, 24(2), 179-194.
- Wylleman, P., y Lavallee, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. En M. R. Weiss (Ed.) *Developmental Sport and Exercise Psychology: A Lifespan Perspective*, 507-527.
- Yazici, Ö. F., y Somoglu, M. B. (2021). A Study on Vitality and Happiness Levels of Sports High School Students. *Journal of Educational Issues*, 7(3), 214-229.
- Zaccagni, L., Rinaldo, N., y Gualdi-Russo, E. (2019). Anthropometric indicators of body image dissatisfaction and perception inconsistency in young rhythmic gymnastics. *Asian Journal of Sports Medicine*, 10(4), e878871.
- Zeferino, B. M., García Villegas, E. A., Juárez Martínez, L., Sámano, R., Márquez González, H., Martínez Torres Pico, D. L., y Lamar Rea, V. J. (2021). Factores asociados a la distorsión de la imagen corporal en mujeres adolescentes. *RESPYN Revista Salud Pública y Nutrición*, 20(1), 12-19.

## Anexos

Anexo 1 Imágenes utilizadas para difundir el proyecto y fomentar la participación de las personas.

**Cinvestav**  
UNIDAD MERIDA

TESIS DOCTORAL SOBRE

**CLIMAS MOTIVACIONALES,  
BIENESTAR Y RENDIMIENTO  
DEPORTIVO**

**¿ERES PADRE,  
MADRE O TUTOR/A  
DE UN DEPORTISTA?**

**¿Te interesaría participar en  
una encuesta anónima sobre  
tus experiencias en el  
deporte?**

**REQUISITOS**

- Que el atleta a tu cargo estudie en un Centro de Alto Rendimiento Deportivo.
- Que practique una disciplina individual.
- Que tenga entre 10 y 18 años de edad.
- Que tenga nacionalidad mexicana.

**Te tomará 10 minutos y al finalizar el proyecto informe de resultados grupales.**

**Si deseas participar entra al siguiente enlace o escanea el código QR**  
**<https://forms.gle/BwJF2nZmR1jBt6CB8>**

**Contacto Psic. Ana Concha Viera**  
**Dirección de correo: [ana.concha@cinvestav.mx](mailto:ana.concha@cinvestav.mx)**



TESIS DOCTORAL SOBRE

# CLIMAS MOTIVACIONALES, BIENESTAR Y RENDIMIENTO DEPORTIVO

# ¿ERES ENTRENADOR/A?

¿Te interesaría participar en una encuesta anónima sobre tus experiencias en el deporte?

**REQUISITOS**

- Entrenar un deporte individual
- Que los atletas a tu cargo estudien en un Centro de Alto Rendimiento Deportivo y tengan entre 10 y 18 años de edad.
- El atleta tenga nacionalidad mexicana.





Te tomará 10 minutos y al finalizar el proyecto recibirás un informe de resultados grupales

Si deseas participar entra al siguiente enlace o escanea el código QR

<https://forms.gle/M1RedcCb7Vb5T35m6>  
CORREO ELECTRÓNICO: ANA.CONCHA@CINVESTAV.MX

**Contacto Psic. Ana Concha Viera**  
**Correo electrónico: ana.concha@cinvestav.mx**

## Anexo 2 Distribución del rol de los entrenadores

**Tabla 28***Distribución de la participación de entrenadores según su rol*

<b>Disciplina</b>	<b>Contestó</b>	
	<b>Principal</b>	<b>Auxiliar</b>
Atletismo (n=1)	Sí	No
Boxeo (n=1)	Sí	No
Canotaje (n=1)	Sí	No
Clavados (n=1)	Sí	No
Esgrima (n=2)	Sí	No
Gimnasia de trampolín (n=1)	Sí	No
Judo (n=2)	Sí	No
Levantamiento de pesas (n=2)	Sí	Sí
Luchas asociadas (n=1)	No	Sí
Natación (n=1)	Sí	No
Natación artística (n=2)	Sí	Sí
Tae Kwon Do (n=1)	Sí	No
Tenis de mesa (n=1)	Sí	No
Tiro deportivo (n=1)	Sí	No
Tiro con arco (n=1)	Sí	No

### Anexo 3 Artículos publicados durante el programa de estudios doctorales

Durante mis estudios doctorales se publicaron dos estudios vinculados al tema de tesis. A continuación, se ofrecen las referencias:

Concha-Viera, A. M., y Datta Banik, S. (2022). *Association of Physical and Sociocultural Aspects of Adolescent Athletes with Sport Development: A Review*. *Human Ecology Review*, 27(2).

Datta Banik, S., Concha-Viera, A., Gamboa, A., y Sáenz, C. (2021). *Somatotype and its association with body mass index, body fat, and muscle mass among adult male elite weightlifters of Merida, Mexico*. *International Journal of Kinanthropometry*, 1(1), 53-60.

#### Anexo 4 Fe de erratas

Finalizada la tesis doctoral, se advirtió que en el Capítulo IV Metodología, hubo un error en la numeración, a la página 50 le sigue la página 56, no hubo pérdida de información.