



9º CONGRESO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

15, 16, 17 y 18 de octubre de 2024

Pontevedra (España)

PROGRAMA



Con el apoyo de:



Con la colaboración de:

Universidade de Vigo





www.congresosipd.com

9° CONGRESO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

15, 16, 17 y 18 de octubre de 2024
Pontevedra (España)

PROGRAMA

Martes, 15 de octubre de 2024

TALLERES PRECONGRESUALES

TALLERES PRECONGRESUALES		
	Facultad de Comunicación	Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte (FCCED)
10:00 h - 12:00 h	TALLER: TIGREFIT para personas sedentarias y con sobrepeso <i>Jeanette M. López-Walle y José Tristán</i> 	TALLER: Estrategias psicológicas con el cuerpo técnico en fútbol. Desarrollo de intervenciones y comunicación en el equipo <i>Alexi Ponce</i> 
12:00 h - 14:00 h	TALLER: Salidas profesionales del joven psicólogo del deporte: comparativa entre Venezuela y España <i>Pasquale Rosaina</i> 	TALLER: Sistema de evaluación e intervención psicológica en deportistas desde el Modelo Integral de la Fortaleza Mental y el Monitoreo Longitudinal. <i>Luis Humberto Serrato</i> 
16:00 h - 18:00 h	TALLER: Hipnosis clásica y despierta aplicada al deporte <i>Antonio Hernández Mendo</i> 	TALLER: Habilidades y competencias de los entrenadores personales <i>Paulo Sena</i> 
18:00 h - 20:00 h	TALLER: Estrategias de regulación emocional para la prevención del burnout <i>Enrique Garcés de Los Fayos y Ana Peinado</i> 	TALLER: Carrera Dual: Integrando Estudios Académicos, Actividades Profesionales y Deportivas <i>Mario Reyes</i> 





www.congresosipd.com

9º CONGRESO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

15, 16, 17 y 18 de octubre de 2024
Pontevedra (España)

PROGRAMA

Miércoles, 16 de octubre de 2024

9:00 h - 10:00 h	Acreditaciones
10:00 h - 10:30 h	Acto inaugural
10:30 h - 11:30 h	Conferencia inaugural: Favoreciendo el funcionamiento óptimo en el deporte a través del clima motivacional creado por los otros significativos: El por qué y el cómo Isabel Balaguer (España) 
11:30 h - 13:00 h	Simposio: Programa de intervención TIGREFIT para la adherencia al ejercicio en aficionados de un equipo de fútbol profesional Coord.: Jeanette M. López-Walle (México) 
11:30 h - 13:00 h	Simposio: El desarrollo del talento del joven deportista Coord.: David Llopis (España)  
13:00 h - 14:30 h	Simposio: Procesos de persuasión aplicados al auto-diálogo: Investigación e intervención en rendimiento deportivo Coord.: Javier Horcajo (España) 
13:00 h - 14:30 h	Simposio: Aplicación de la Psicología del Deporte en diferentes modalidades Coord.: Santiago Rivera (Colombia-España)   
14:30 h - 16:00 h	Comida
16:00 h - 17:30 h	Simposio: Monitoreo del impacto psicológico de las lesiones en deportistas cubanos: Intervenciones basadas en la evidencia Coord.: Luis Gustavo González Carballido (Cuba) 
16:00 h - 17:30 h	Simposio: Desafíos y Oportunidades de la Psicología del Deporte en Galicia Coord.: David Tomé (España)  
17:30 h - 18:30 h	Conferencia plenaria: Atributos de la personalidad y de la intervención psicológica en el desarrollo de la creatividad en el deporte de élite Luis Gustavo González Carballido (Cuba) 
18:30 h - 20:30 h	Posters
20:30 h	Actividad deportiva fútbol



www.congresosipd.com



www.congresosipd.com

9º CONGRESO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

15, 16, 17 y 18 de octubre de 2024
Pontevedra (España)

PROGRAMA

Jueves, 17 de octubre de 2024

9:00 h - 10:30 h	Simposio: De la formación a la aplicación en psicología del deporte Coord.: Anna Viñolas (España) 
9:00 h - 10:30 h	Simposio: Entrenamiento Psicológico con aporte de las neurociencias Coord.: Luis Humberto Serrato (Colombia)  
10:30 h - 11:30 h	Conferencia plenaria: Características y habilidades de los entrenadores exitosos Regina Brandão (Brasil) 
11:30 h - 13:00 h	Simposio: ¿Contribuyen los entrenadores en el funcionamiento óptimo de sus deportistas? Coord.: Isabel Balaguer (España) 
11:30 h - 13:00 h	Simposio: Ikigai aplicado al deporte Coord.: Verónica Tutte (Uruguay)  
13:00 h - 14:30 h	Simposio: Intervención psicológica en deportes de espera Coord.: Joaquín Díaz y Jaume Martí (España) 
13:00 h - 14:30 h	Simposio: Experiencias e investigaciones en Psicología del Deporte Coord.: José Manuel Hernández (España)  
14:30 h - 16:00 h	Comida
16:00 h - 17:30 h	Simposio: Fundamentos de Psicología del Deporte Coord.: Enrique Garcés de Los Fayos y Eva León Zarceño (España) 
16:00 h - 17:30 h	Simposio: Desafíos y (Des)Equilibrios del rendimiento deportivo, condición física y bienestar Coord.: Pedro Teques (Portugal)  
17:30 h - 18:30 h	Conferencia plenaria: Preparación Psicológica v/s Preparación Olímpica, apuntes para la intervención de la Psicología Alexi Ponce (Chile) 
18:30 h - 20:30 h	Posters



www.congresosipd.com



www.congresosipd.com

9º CONGRESO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

15, 16, 17 y 18 de octubre de 2024
Pontevedra (España)

PROGRAMA

Viernes, 18 de octubre de 2024

9:30 h - 11:00 h	Simposio: La formación psicológica de entrenadores en el Fútbol Gallego Coord.: Rubén Domínguez (España)
9:30 h - 11:00 h	Simposio: ¿DxT = B? El bienestar en el deporte como eje fundamental de la práctica deportiva Coord.: Víctor J. Rubio (España)
11:00 h - 12:00 h	Asamblea SIPD (Presentación del 10º Congreso Iberoamericano de Psicología del Deporte SIPD - 2026)
12:00 h - 13:00 h	Conferencia de Clausura: Retos y Desafíos de la Psicología del Deporte Iberoamericana Tomás Trujillo (México) Joaquín Dosil (España)
13:00 h	Acto de Clausura

Sedes del Congreso

**Facultad de Comunicación
Universidad de Vigo**



**Facultad de Ciencias de la
Educación y del Deporte
Universidad de Vigo**



La ubicación de la ciudad de Pontevedra, situada al noroeste de España, ofrece la posibilidad de desplazarse a través de distintos medios de transporte: avión, tren, autobús, etc.



La ciudad de Pontevedra presenta una variada oferta hotelera, que va desde un parador nacional, pasando por hoteles de distintas categorías, albergues de peregrinos, hostels o viviendas turísticas.



Puede solicitar su inscripción en el Congreso a través del siguiente formulario:

INSCRIBIRSE



www.congresosipd.com



info@congresosipd.com



www.congresosipd.com

9º CONGRESO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

15, 16, 17 y 18 de octubre de 2024
Pontevedra (España)

SIMPOSIOS

Simposio: Programa de intervención TIGREFIT para la adherencia al ejercicio en aficionados de un equipo de fútbol profesional (16/10/2024 11:30-13:00 h.)

Coordinación: Jeanette M. López-Walle (México)

Participan: José Tristán, Abril Cantú-Berrueto, Luis Ródenas Cuenca, Argenis Vergara-Torres

Simposio: El desarrollo del talento del joven deportista (16/10/2024 11:30-13:00 h.)

Coordinación: David Llopis (España)

Participan: Julia Montero Monzó y Estela Arlegui Largo

Simposio: Procesos de persuasión aplicados al auto-diálogo: Investigación e intervención en rendimiento deportivo (16/10/2024 13:00-14:30 h.)

Coordinación: Javier Horcajo (España)

Participan: Ismael Gallardo, Miguel Santolaya y Rafael Mateos

Simposio: Aplicación de la Psicología del Deporte en diferentes modalidades (16/10/2024 13:00-14:30 h.)

Coordinación: Santiago Rivera (Colombia-España)

Participan: Sabina Tamara Rodríguez, Joaquín Díaz Rodríguez y Robert Fitzgerald Gutiérrez Villa

Simposio: Monitoreo del impacto psicológico de las lesiones en deportistas cubanos: Intervenciones basadas en la evidencia (16/10/2024 16:00-17:30 h.)

Coordinación: Luis Gustavo González Carballido (Cuba)

Participan: Jesús Ríos Garit, Marisol Suarez Rodríguez y Anelin Dayris Rodríguez Olivera

Simposio: Desafíos y Oportunidades de la Psicología del Deporte en Galicia (16/10/2024 16:00-17:30 h.)

Coordinación: David Tomé (España)

Participan: David González y Carmen Hermo

Simposio: De la formación a la aplicación en psicología del deporte (17/10/2024 09:00-10:30 h.)

Coordinación: Anna Viñolas (España)

Participan: Luis Abel Taboada, Alicia Fernández Cicero, Saúl Casal, Sandra Sobreira y Diego Gascón

Simposio: Entrenamiento Psicológico con aporte de las neurociencias (17/10/2024 09:00-10:30 h.)

Coordinación: Luis Humberto Serrato (Colombia)

Participan: Laura Andrea León, David Barrera y Gustavo Rodríguez

Simposio: ¿Contribuyen los entrenadores en el funcionamiento óptimo de sus deportistas

(17/10/2024 11:30-13:00 h.)

Coordinación: Isabel Balaguer (España)

Participan: Jeanette López Walle, Natalia Martínez González, Luis Tomas Rodenas Cuenca y Regina Brandão

Simposio: Ikigai aplicado al deporte (17/10/2024 11:30-13:00 h.)

Coordinación: Verónica Tutte (Uruguay)

Participan: MA. Eugenia Berneche y Mario Reyes

Simposio: Intervención psicológica en deportes de espera (17/10/2024 13:00-14:30 h.)

Coordinación/Participan: Joaquín Díaz y Jaume Martí (España)

Simposio: Experiencias e investigaciones en Psicología del Deporte (17/10/2024 13:00-14:30 h.)

Coordinación: José Manuel Hernández (España)

Participan: Sabina Rodríguez, Isabel Díaz, David Peris, Alexi Ponce y Álvaro Orozco

Simposio: Fundamentos de Psicología del Deporte (17/10/2024 16:00-17:30 h.)

Coordinación: Enrique Garcés de Los Fayos y Eva León Zarceño (España)

Participan: Isabel Balaguer, Ana Peinado, Joaquín Díaz e Isabel Díaz

Simposio: Desafíos y (Des)Equilibrios del rendimiento deportivo, condición física y bienestar (17/10/2024 16:00-17:30 h.)

(17/10/2024 16:00-17:30 h.)

Coordinación: Pedro Teques (Portugal)

Participan: Paulo Sena, José Alves y Luís Cid

Simposio: La formación psicológica de entrenadores en el Fútbol Gallego (18/10/2024 09:30-11:00 h.)

Coordinación: Rubén Domínguez (España)

Participan: Jacobo Ceide, Santiago López-Roel, Cristhian Fernández y José Manuel Jiménez

Simposio: ¿DxT = B? El bienestar en el deporte como eje fundamental de la práctica deportiva (18/10/2024 09:30-11:00 h.)

(18/10/2024 09:30-11:00 h.)

Coordinación: Víctor J. Rubio (España)

Participan: Isabel Díaz Ceballos, José Carlos Jaenes, Xóchitl Ortiz-Jiménez y Antonia Pelegrín Muñoz





9º CONGRESO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

15, 16, 17 y 18 de octubre de 2024
Pontevedra (España)

www.congresosipd.com

POSTERS

MIÉRCOLES 16 DE OCTUBRE DE 2024 (18:30h. – 20:30h.)

Facultad de Comunicación

- Consumos Problemáticos y Apuestas en el Deporte: Estrategias de Prevención e Intervención (Alejandra Zalazar)
- Mejora de la potencia anaeróbica de ciclistas mediante auto-diálogo positivo y movimientos verticales de cabeza (Rafael Mateos, Inés Constanza Ruiz y Javier Horcajo)
- El rol moderador del clima prosocial en las relaciones entre el apoyo a la autonomía y el disfrute en clase de Educación Física en estudiantes de Educación Secundaria (Antonio Hernández-Mendo, Yolanda Carrasco-Quintana, Verónica Morales-Sánchez, María del Mar Ruiz de Mier-Juárez y Rafael E. Reigal)
- Propiedades Psicométricas del Cuestionario de Orientación a la Tarea y al Ego en el Deporte (TEOSQ) en versión online (Antonio Hernández-Mendo, Nuria Pérez-Romero, Rafael E. Reigal y Verónica Morales-Sánchez)
- Estudio piloto basado en una intervención con un prototipo de Realidad Virtual Inmersiva (RVI) para la regulación emocional en situaciones complejas en una Taekwondista Olímpica (Cristian Molina Pedernera, David Alarcón Rubio, Sergio Ortiz Velasco y José Carlos Jaenes Sánchez)
- Autodiálogo y creencias implícitas de habilidad deportiva en triatletas y duatletas (Sergio Ortiz Velasco, David Alarcón Rubio, Cristian Molina Pedernera y José Carlos Jaenes Sánchez)
- Perfil de autodiálogo automático en triatletas y duatletas (Sergio Ortiz Velasco, David Alarcón Rubio, Cristian Molina Pedernera y José Carlos Jaenes Sánchez)
- El psicólogo en los programas de intervención del duelo infantjuvenil a través del deporte y el ejercicio físico (Eva Garcés de Los Fayos López)
- Perfeccionismo y relaciones sociales en adolescentes en contextos de competitividad (Heras-Moreno, L., Barrera, D., Orozco, A. y González-Hernández, J.)
- Cuando el deporte y la personalidad se descubren. Rasgos oscuros y vivencias deportivas (Barrera-Vázquez, D., Heras-Moreno, L., Orozco, A. y González-Hernández, J.)
- La silla vacía, un encuentro con lo desconocido, resignificar el pasado o desvelar lo olvidado. Experiencia del uso de la herramienta en el ámbito deportivo (Nikolai Ostraujov)
- Hipnosis en psicología del deporte: aplicaciones (Julio Herran)

Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte (FCCED)

- Influencia de la Actividad Física en la Relación entre Emociones y Conducta Alimentaria: Un Estudio sobre Sobrealimentación en Estudiantes Universitarios (José Luis López Morales)
- Análisis de la salud mental en atletas españolas/es (Jorge García-Rubio, Daniel González-Devesa, Rodrigo Bueno-Russo y Carlos Ayán-Pérez)
- Efectos de un programa de activación física sobre procesos cognitivos en adultos sedentarios (Xóchitl Ortiz-Jiménez, Mayra Gutiérrez Muñoz y Gilberto Martínez)
- Análisis del suicidio en el contexto deportivo, 2004-2024 (Naxhieli González González, Minerva Thalia Juno Vanegas Farfano y Mayra Lucero Gutiérrez Muñoz)
- Intervención hipnótica en entrenadores de fútbol americano (Naxhieli González González, Arnoldo Téllez López, Miguel Ángel Alfaro Rodríguez, Lorena Aylin Fernández Ortiz y Daniela Alejandra Ramírez Elizondo)
- O estabelecimento de metas por um grupo de praticantes de CrossFit (Telma Sara Q. Matos y Wellington C. Alvarenga)
- Relato de aplicação pratica. Serviço de preparação de preparação psicológica aos oficiais de arbitragem da Associação de Basquetebol do Porto-CAD-Porto (Wellington C. Alvarenga)
- Efectos restaurativos de la exposición a entornos naturales en la recuperación de la fatiga tras ejercicio anaeróbico: resultados preliminares (Carlos de la Torre, Luca Laezza, José María Moya, Pablo Gasque Celma, Miguel Santolaya, Margherita Brondino y Víctor J. Rubio Franco)
- El Yoga como herramienta para estimular la inteligencia emocional en el alumnado de Educación Infantil (Carlos Ayán Pérez y Rocío Carballo Afonso)
- Salud mental positiva, motivación y estrés en deportes artísticos (Silvia Paulina Espinoza-Barrón, Abril Cantú-Berrueto y Rosendo Berengüí Gil)
- Satisfacción de necesidades psicológicas básicas en atletas mexicanos durante el COVID-19 (Ana María del Mar Concha Viera, Sudip Datta Banik, Jeanette Magnolia López Walle y Jesús Antonio Moo Estrella)
- Experiencias de salud emocional y física en participantes mexicanos del programa Mueve tu Campus durante COVID-19 (Diana Lorena Flores Escalante, Rossana de Fátima Cuevas Ferrera, Paulina Campos Romero, Gabriela Alethia Moreno Basurto y Elvia Alexandra Valadez Jiménez)





9º CONGRESO IBEROAMERICANO DE PSICOLOGÍA DEL DEPORTE

15, 16, 17 y 18 de octubre de 2024
Pontevedra (España)

www.congresosipd.com

POSTERS

JUEVES 17 DE OCTUBRE DE 2024 (18:30h. - 20:30h.)

Facultad de Comunicación

- El cuestionario de evaluación de equipos de fútbol para Jugadores (CEE24J). Una herramienta de evaluación para identificar las fortalezas y debilidades de un equipo de fútbol base (José Manuel Jiménez Moure)
- Estereotipos de género vinculados a la actividad física y el deporte en estudiantes de educación física (Irene Flores Gallardo y Antonia Pelegrín Muñoz)
- Variables psicológicas de riesgo y protección en deportistas universitarios (María Soledad Espinosa Carreño y Antonia Pelegrín Muñoz)
- Confiabilidad y Validez de una Escala para Medir el Autoconcepto en una Muestra de Personas Adultas (Miguel Ángel Cañizales M., Francisco Jesús De León O. y Regulo N. Sandoya M.)
- Efecto neurocognitivo de las emociones en la imaginación en EASport: implicaciones para la rehabilitación cognitiva (Francisco Jesús De León O.)
- Estimulación neurocognitiva en deportista paralímpica (Eliot Brito Briones)
- Sala de estimulación neurocognitiva (Eliot Brito Briones)
- Evaluación de la calidad en organizaciones deportivas y estados de humor (Verónica Morales-Sánchez; Antonio Hernández-Mendo; Ruben Montes-Rabasco; Sandra Rubio-Díaz; Oscar García-García y Virginia Serrano-Gómez)
- Perfil Psicosocial e incidencia lesional en jugadores de bádminton bien entrenados (Virginia Serrano-Gómez; Antonio Iglesias-Pérez; José Luis Pastrana-Brincones; Verónica Morales-Sánchez; Antonio Hernández-Mendo y Oscar García-García)
- Análisis de la importancia-valoración de factores de prevención de lesiones en árbitros de balonmano (Virginia Serrano-Gómez; Luis Lojo-Baliña; María Helena Vila-Suárez; José Luis Pastrana-Brincones; Verónica Morales-Sánchez; Antonio Hernández-Mendo y Oscar García-García)
- El clima motivacional de los entrenadores, iguales y padre y madre en el fútbol juvenil: análisis de perfiles (Martínez-González, N.; Atienza-González, F. L.; González-García, L. y Balaguer, I.)
- Desarrollo y validación del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering creado por el padre y la madre (EDMCQF/M) de jóvenes deportistas (Martínez-González, N.; Atienza-González, F. L.; Fernández-Machado, A.; Morales-Sánchez, V. y Tudela-Desantes, A.)
- Burnout en mujeres jóvenes deportistas: Comparativa entre deporte individual y por equipos (Peinado Portero, Ana Isabel, López Morales, José Luis y Garcés de los Fayos Ruíz, Enrique J.)

Facultad de Ciencias de la Educación y del Deporte (FCCED)

- Motivación Deportiva y Bienestar Psicológico en Deportistas Adaptados (David Peris-Delcampo y Mónica Vela Vela)
- Atletas olímpicos brasileiros e suas motivações: uma análise documental (Simone Meyer Sanches Mendes; Alvaro Lopes Moscatelli Pagliarini y Vinicius Borin)
- Validación psicométrica de la versión reducida del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering – Entrenador (EDMCQC-R) (Atienza-González, F. L.; González-García, L.; Carrillo-Marín, A.; Fernández-Machado, A. y Balaguer, I.)
- Construcción y validación psicométrica del Cuestionario de Clima Motivacional Empowering y Disempowering para Iguales (EDMCQP) (González-García, L.; Carrillo-Marín, A.; Fabra-López, P. y Tudela-Desantes, A.)
- Cuestionario de ambiente de equipo (CAE): validación en deportistas universitarios mexicanos (Faviola Corvera Velarde, Abril Cantú Berrueto y Jeanette Magnolia López Walle)
- Estudio selectivo sobre estrategias de regulación emocional y sintomatología en jugadores de rugby en Chile (Vicente Ayarza Saporta y Elvira Reche-Camba)
- Ansiedad estado y ansiedad rasgo en jóvenes jugadores de fútbol profesional (Valentina Benedetti y Elvira Reche)
- "Los pliegues, los malditos pliegues", reflexiones de mujeres futbolistas sobre las presiones en relación al peso y el cuerpo en el deporte (Isabel Díaz Ceballos y Débora Godoy Izquierdo)
- Luchar como logro: experiencias disruptivas y desarrollo personal entre practicantes principiantes de artes marciales y deportes de combate (Yan Lázaro Santos, Cristiano Roque Antunes Barreira y Carlos Gutiérrez García)
- KIMP-R: uma proposta de protocolo para reabilitação de atletas lesionados a partir de uma perspectiva da cognição incorporada e em situação (Thabata Telles, Leila Mendonça y Ricardo Picoli)
- Aplicación del CNPD-15 al 17 (López-Roel y Dosil, 2019) en jugadores de fútbol y de baloncesto federados en España (Domínguez, R., Lorenzo, A. y Dosil, J.)
- Aplicación del CART-Q (Jowet y Ntoumanis, 2004) para la intervención en los entrenadores de una cantera de fútbol (Domínguez, R., Dosil, J., y Rouco, V.)





Simposio: Programa de intervención TIGREFIT para la adherencia al ejercicio en aficionados de un equipo de fútbol profesional (16/10/2024 11:30-13:00 h.)

Coordinación: Jeanette M. López-Walle (México).

El simposio titulado "Programa de intervención TIGREFIT para la adherencia al ejercicio en aficionados de un equipo de fútbol profesional" presenta una serie de temas clave relacionados con el desarrollo y aplicación del programa que promueve la actividad física entre aficionados de un equipo profesional de fútbol. 1) Se abordará la formación de los entrenadores, centrada en una metodología que busca mejorar la calidad en la enseñanza deportiva y en la educación física, asegurando que los entrenadores implementen prácticas efectivas y atractivas para los participantes. 2) Se discutirá el proceso de convocatoria y la logística requerida para la puesta en marcha del programa TIGREFIT, desde la planificación operativa, las evaluaciones, hasta la implementación con los aficionados del equipo de fútbol, garantizando su éxito y adherencia. 3) Se mencionará la planificación de sesiones de entrenamiento físico específicas para aficionados bajo el concepto de "Fútbol Fitness", con un enfoque en el control de la intensidad para adaptar el ejercicio a las capacidades individuales, manteniendo el enfoque en la mejora del rendimiento físico. 4) Se presentará un programa de intervención psicoeducativa denominada "PSICOFIT", que busca trabajar aspectos conductuales, cognitivos y emocionales relacionados con la motivación y adherencia al ejercicio, ayudando a los aficionados a mantener un compromiso sostenido con el programa de entrenamiento físico. En conjunto, el simposio busca ofrecer una visión integral de cómo el programa TIGREFIT puede fomentar la participación constante en la actividad física y mejorar tanto el rendimiento físico como el bienestar psicológico de los aficionados.

-- Breve introducción, presentación del equipo y dinámica de presentación (Jeanette M. López-Walle. Universidad Autónoma de Nuevo León, México).

-- Metodología Enseñar con Calidad para Generar Bienestar en la Educación Física y el Deporte (José Tristán. Universidad Autónoma de Nuevo León, México).

En la Metodología Enseñar con Calidad para Generar Bienestar en la Educación Física y el Deporte, los criterios relacionados con las necesidades de competencia, autonomía y relación se interrelacionan de manera crucial durante la presentación de las tareas y en el feedback correctivo. Estas interacciones son fundamentales en cada etapa del proceso de enseñanza: desde la planificación, pasando por la aplicación, hasta la evaluación del entrenamiento. El objetivo principal es satisfacer las necesidades psicológicas básicas de los participantes, generando motivación intrínseca y promoviendo su bienestar. El desarrollo de la metodología se estructura en los siguientes componentes: 1. Necesidades Psicológicas Básicas: Se abordarán las necesidades de competencia, autonomía y relación, fundamentales para el bienestar y la motivación en el ámbito deportivo. 2. Criterios de Calidad en la Presentación de Tareas y Feedback Correctivo: Se analizará cómo estos criterios se interrelacionan con las necesidades de autonomía, competencia y relación. Esto es crucial para garantizar que las tareas propuestas no solo sean claras y alcanzables, sino que también estimulen el desarrollo de habilidades y el compromiso del participante. 3. Planificación, Aplicación y Evaluación: Se describirá cómo planificar el proceso utilizando esta metodología, implementarlo en la práctica y, finalmente, evaluar su efectividad para optimizar el proceso de enseñanza y aprendizaje. La Metodología Enseñar con Calidad para Generar Bienestar en la Educación Física y el Deporte tiene el potencial de fomentar la participación constante en la actividad física y mejorar tanto el rendimiento físico como el bienestar psicológico de los participantes.



-- Convocatoria, logística y operatividad del programa "TIGREFIT" (Argenis Vergara. Universidad Autónoma de Nuevo León, México)

Para cumplir con su propósito de promover un bienestar integral en sus participantes, el programa "TIGREFIT", además de entrenamientos basados en fútbol fitness, incorporó actividades para la promoción de hábitos de alimentación saludable, de intervención psicoeducativa y de recreación. Incluir estas actividades implicó conformar un equipo de especialistas en nutrición, psicología y actividad física que diseñaron cada una de las actividades a realizar en sus sesiones, pero además, era necesario gestionar los espacios y materiales necesarios para su realización. Desde su fase de planificación, se trabajó en estrecha colaboración con un club de fútbol de primera división en México, el cual, a través de sus redes sociales, publicó la convocatoria al programa y permitió contar con cerca de 3,000 solicitudes, que fueron filtradas de acuerdo con los criterios de inclusión y exclusión fijados. Las pruebas iniciales evaluaron variables físicas, antropométricas y psicológicas. El programa consistió en 12 semanas y en cada una de ellas, había dos entrenamientos basados en fútbol fitness y una sesión de fútbol recreativa. 30 minutos antes de iniciar primer entrenamiento, se desarrollaban las actividades de promoción de hábitos nutricionales y durante un tiempo similar antes del segundo entrenamiento, se desarrollaban las actividades de la intervención psicoeducativa. De manera esporádica, se realizaban actividades en coordinación con el club de fútbol, como lo son visitas al estadio o visitas de jugadores/exjugadores a los entrenamientos. Al concluir las 12 semanas, se realizaron las pruebas finales. Los detalles operativos y logísticos para el desarrollo del programa se expondrán en el simposio.

-- Fútbol Fitness: Entrenamiento Saludable para Fans de Fútbol Desentrenados (Luis Tomás Ródenas Cuenca. Universidad Autónoma de Nuevo León, México).

Este trabajo presenta la implementación del programa "Fútbol Fitness", diseñado para fans de equipos de fútbol que desean mejorar su condición física de forma efectiva y divertida. El concepto de "Fútbol Fitness" combina ejercicios de calentamiento, entrenamiento físico y partidos a pequeña escala, centrándose en la mejora de la resistencia, la fuerza y el acondicionamiento a través del fútbol adaptado a todas las edades y niveles de habilidad.

Utilizando monitores de frecuencia cardíaca, se cuantificó la intensidad del ejercicio, mostrando que la frecuencia promedio de los participantes alcanza entre el 75-90% de su frecuencia cardíaca máxima. Este entrenamiento no solo mejora la condición física general y previene enfermedades crónicas, sino que también es más motivante y menos percibido como esfuerzo en comparación con ejercicios individuales, debido a la interacción social y el aspecto lúdico del fútbol.

El programa incluye recomendaciones de realizar sesiones de 60 minutos, dos veces por semana, para obtener beneficios óptimos. La flexibilidad del "Fútbol Fitness" permite a los participantes adaptar el nivel de intensidad según su condición física actual, logrando mejoras significativas en la salud sin importar su experiencia previa en el fútbol.





-- Programa de intervención psicoeducativa PSICOFIT de TIGREFIT (Abril Cantú-Berrueto. Universidad Autónoma de Nuevo León, México).

Desde la aplicación de la psicología de la actividad física y del deporte en los procesos de adherencia a la actividad, se han planteado distintas estrategias que abarcan de manera integral los procesos por los que pasan las personas. Para la creación programa de intervención psicoeducativo "PSICOFIT" se tomaron en cuenta los aspectos conductuales, cognitivos y emocionales, los cuales tienen una implicación en las personas para generar o fortalecer el compromiso con sus entrenamientos físicos. Se estableció como objetivo mejorar la adherencia a comportamientos saludables en aficionados con sobrepeso mediante la implementación de estrategias psicoeducativas, con el fin de optimizar el bienestar general y la calidad de vida, promoviendo una gestión emocional propicia para la adherencia al ejercicio. Para cumplir con dicho objetivo se establecieron tres objetivos específicos: 1. Enseñar a los aficionados sobre la importancia de sus comportamientos, proporcionando herramientas y recursos para hacer elecciones saludables; 2. Facilitar el apoyo emocional y la construcción de una red de apoyo entre los aficionados, creando un entorno positivo y motivador que favorezca la adherencia a los cambios de comportamiento; y 3. Utilizar la relación con el equipo de primera división como un factor motivacional, aprovechando su influencia para motivar a los aficionados a adoptar y mantener cambios saludables en su estilo de vida. Se realizaron un total de 11 sesiones y 12 cápsulas para la intervención online. Los resultados de la psicoeducación fueron positivos en el bienestar expresado por los participantes, así mismo, se puede concluir que el acompañamiento psicológico y colectivo en los procesos de adherencia al ejercicio tiene repercusiones importantes en los estilos de vida y bienestar a largo plazo.

Simposio: El desarrollo del talento del joven deportista (16/10/2024 11:30-13:00 h.)

Coordinación: David Llopis (España).

- Modelo de trabajo para el desarrollo del deportista. Un camino hacia el alto rendimiento (David Llopis Goig-Psicólogo. Grupo de Investigación SportLab Florida Universitària-).
- Trabajo con las familias de los/as deportistas: Clave para el crecimiento personal y deportivo (Julia Montero Monzó-Psicóloga. Levante U.D.; Grupo de Investigación SportLab Florida Universitària-).
- Crecimiento deportivo lejos del hogar: Retos psicológicos y adaptación en jóvenes deportistas (Estela Arlegui Largo-Psicóloga. Levante U.D.; Grupo de Investigación SportLab Florida Universitària-).





Simposio: Procesos de persuasión aplicados al auto-diálogo: Investigación e intervención en rendimiento deportivo (16/10/2024 13:00-14:30 h.)

Coordinación: Javier Horcajo (España).

El estudio del auto-diálogo en el deporte ha experimentado un notable progreso tanto en sus fundamentos teóricos como en sus métodos de investigación. Estos avances han permitido una comprensión más profunda de los mecanismos psicológicos que subyacen al auto-diálogo y su impacto en el rendimiento deportivo. Este simposio tiene como objetivo principal presentar y debatir los recientes avances en la comprensión y aplicación del auto-diálogo en el contexto del rendimiento deportivo, desde la perspectiva del estudio de la persuasión (o auto-persuasión). A través de tres ponencias, se proporcionará una perspectiva integral que abarcará desde la investigación más reciente hasta la intervención aplicada en deportistas de alto rendimiento.

La primera ponencia se centrará en el modelo de probabilidad de elaboración (véase Petty, Briñol, Teeny, & Horcajo, 2017) como marco teórico para investigar los efectos del auto-diálogo en el rendimiento deportivo. Se analizará cómo este modelo puede ayudar a predecir las consecuencias del auto-diálogo sobre el rendimiento físico, ofreciendo una explicación detallada de los procesos psicológicos involucrados.

En la segunda ponencia, se presentarán los resultados de varios estudios que han utilizado ese marco teórico para analizar cómo diferentes movimientos y posturas corporales, ejecutados durante el auto-diálogo, influyen en la validez metacognitiva de las verbalizaciones. Estos estudios han demostrado que algunas posturas y movimientos corporales pueden aumentar o disminuir el impacto del auto-diálogo sobre el rendimiento físico (e.g., Horcajo et al., 2019, 2024; Horcajo y Mateos, 2024).

La tercera ponencia presentará la intervención aplicada del auto-diálogo para la mejora del rendimiento deportivo, con especial énfasis en la postura corporal y las rutinas que se ejecutan en competición. Se presentarán estrategias prácticas y efectivas para incorporar el auto-diálogo de manera sistemática en la preparación mental de los deportistas, ilustradas con casos reales y ejemplos concretos.

En resumen, este simposio pretende ofrecer una perspectiva integral y actualizada del auto-diálogo en el deporte, con el fin de mejorar el rendimiento deportivo.

Referencias

- Horcajo, J., & Mateos, R. (2024). The Effects of Positive Versus Negative Self-Talk on Vertical Jump in Soccer Players: The Moderating Role of Need for Cognition. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 46(2), 73–83.
- Horcajo, J., Mateos, R., & Tannion, K. (2024). The interplay between self-talk and body posture on physical performance: Analyzing a moderated serial multiple mediation model. *Psychology of Sport and Exercise*, 70. Article 102534.
- Horcajo, J., Paredes, B., Higuero, G., Briñol, P., & Petty, R. E. (2019). The effects of overt head movements on physical performance after positive versus negative self-talk. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 41(1), 36–
- Petty, R. E., Briñol, P., Teeny, J., & Horcajo, J. (2017). The Elaboration Likelihood Model: Changing attitudes toward exercising and beyond. In B. Jackson, J. A. Dimmock, & J. Compton (Eds.), *Persuasion and communication in*

Javier Horcajo, Miguel Santolaya y Rafael Mateos-Universidad Autónoma de Madrid (España)
Ismael Gallardo-Universidad de Talca (Chile)



Simposio: Aplicación de la Psicología del Deporte en diferentes modalidades (16/10/2024 13:00-14:30 h.)

Coordinación: Santiago Rivera (Colombia-España)

El simposio explora diversas intervenciones psicológicas aplicadas a distintos deportes. En la primera ponencia, "Superando imponderables en natación de aguas abiertas: Un estudio de caso con intervención psicológica" (Sabina Tamara Rodríguez, Montserrat Caballero- Cerbán, José Antonio Domínguez González, Carolina Sánchez García), se presenta un caso único de intervención psicológica con una nadadora, destacando las diferencias en la preparación mental para la natación en aguas abiertas en comparación con la natación convencional. La segunda ponencia, "La intervención psicológica en el bolo palma-bolo montañés (Joaquín Díaz Rodríguez)", examina cómo el entrenamiento mental mejora tanto el rendimiento como el bienestar psicológico de los jugadores, destacando el valor de este deporte tradicional como campo de intervención psicológica para optimizar el rendimiento y el bienestar de los deportistas. La tercera ponencia, "Psicología del deporte en el Taekwondo: Herramientas aplicadas en el tapiz" (Robert Fitzgerald Gutiérrez Villa), comparte estrategias y herramientas psicológicas utilizadas para optimizar el rendimiento, basadas en un modelo de intervención que incluye tanto las sesiones de entrenamiento como la asistencia en competición. Finalmente, la presentación "El trabajo psicológico en el desarrollo del juego y bienestar en el fútbol" (Santiago Rivera Matiz), analiza la importancia de integrar la psicología en la preparación de los jugadores y presenta propuestas aplicadas, destacando el impacto positivo tanto en el rendimiento como en el bienestar de los deportistas.

Simposio: Monitoreo del impacto psicológico de las lesiones en deportistas cubanos: Intervenciones basadas en la evidencia (16/10/2024 16:00-17:30 h.)

Coordinación: Luis Gustavo González Carballido (Cuba)

La atención psicológica a las lesiones en Cuba tiene como soporte metodológico el proceso de preparación psicológica del deportista y se orienta a partir de las evidencias empíricas obtenidas mediante investigaciones sistemáticas fundamentadas en el Modelo Global Psicológico de la Lesión Deportiva. Para el monitoreo del riesgo y repercusión psicológica de las lesiones se controla la ansiedad, habilidades psicológicas asociadas a la ejecución deportiva, percepción subjetiva del esfuerzo, activación cortical y estados de ánimo en el control psicológico del entrenamiento. Los hallazgos más significativos indican que elevados niveles de ansiedad, baja autoconfianza, control de la atención, de afrontamiento negativo, así como estados de ánimo negativos unidos a una inadecuada autovaloración parcial de rendimiento y percepción subjetiva del esfuerzo, no solo condicionan un mayor riesgo de lesión, también afectan el proceso de rehabilitación y la vuelta al terreno. En el presente trabajo se exponen evidencias científicas sobre indicadores psicológicos para la atención al deportista antes, durante y después de la lesión. También se describen los procesos de monitoreo aplicados en deportes de combate, así como el diseño de recomendaciones a entrenadores y deportistas mediante un estudio de caso.





Simposio: Desafíos y Oportunidades de la Psicología del Deporte en Galicia (16/10/2024 16:00-17:30 h.)

Coordinación: David Tomé (España)

Durante la sesión se abordarán los principales desafíos y oportunidades presentes para los profesionales de la Psicología del Deporte en Galicia. El simposio estará integrado por profesionales del sector académico universitario, aplicado y profesional. Se discutirán los restos de la disciplina como la práctica basada en la evidencia, la recepción por otros profesionales o el bienestar económico de la profesión. También se comentarán temas de actualidad en la Psicología como deporte e inclusión, la asistencia jóvenes deportistas o recursos públicos y privados disponibles para deportistas.

- David Tomé (Asociación Galega de Psicoloxía da Actividade Física e o Deporte)
- David González (Asociación Galega de Psicoloxía da Actividade Física e o Deporte)
- Carmen Hermo (Colexio Oficial de Psicoloxía de Galicia & Asociación Galega de Psicoloxía da Actividade Física e o Deporte)

Simposio: De la formación a la aplicación en psicología del deporte (17/10/2024 09:00-10:30 h.)

Coordinación: Anna Viñolas (España)

El máster de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte actualmente está cursando la 11ª edición, con más de 300 alumno/as de distintos países de Iberoamérica. En el simposio "De la formación a la aplicación en psicología del deporte" veremos como cinco egresados están aplicando la psicología del deporte en diferentes ámbitos (deporte amateur, deporte en etapa de formación/tecnificación y también en deporte de rendimiento), distintos deportes (baloncesto, voleibol, fútbol, deportes de motor y ejercicio físico) y con distintos agentes (directamente con los deportistas o el trabajo a través de la figura del entrenador). También veremos los matices en función del estado de implantación, desde la creación de Departamentos/Proyectos de Psicología Deportiva hasta la incorporación en departamentos ya consolidados.

1. "La psicología del deporte en un club pequeño en una liga muy grande" - Luis Abel Taboada y Joaquín Dosil (C.B. Breogán y Universidad de Vigo)

En la presente temporada 2024/2025, el C.B. Breogán, club de la Liga Endesa de baloncesto en España, decide contratar los servicios de psicología del deporte.

¿Cuáles son las razones que llevan a esta entidad, de presupuesto muy limitado, de recursos humildes en una ciudad pequeña de cien mil habitantes a querer contar con esta figura en su estructura?

La respuesta es diversa, poliédrica y compleja. Más allá de los porqués, aunque es preciso conocerlos a fondo por parte del profesional que se embarca en una aventura de este tipo, es esencial saber qué hacer en las primeras sesiones de trabajo.

En este caso tratamos durante el mes de pretemporada aportar en la construcción del EQUIPO (valores, metas, ADN, etc.), con la finalidad de reducir los tiempos y conseguir el máximo rendimiento individual y colectivo al comenzar la liga. Para ello comenzamos con la fase de observación, empleando tres métodos: observación directa, entrevistas personales y cuestionarios. Al mismo tiempo, se realizó una valoración de los diferentes contextos que podrían tener influencia en el rendimiento y bienestar de los jugadores: relación con el Coach, relación con el staff, relación con el Club, relación con el Departamento de salud, relación familiar y relación con el entorno social y la ciudad.



2. "Al otro lado de la red" - Diego Gascón Manchón

Noviembre de 2023, Teruel. El Club Voleibol Teruel (Pamesa), equipo de Superliga Masculina, primera división española de voleibol tiene un inicio de temporada difícil en cuanto a los resultados. Además, algunos problemas entre compañeros de equipo y algunas dificultades del entrenador para gestionar el grupo, provocan situaciones de tensión.

Una charla del propio entrenador en la universidad deriva en la oportunidad de incorporar a un psicólogo deportivo al cuerpo técnico y ahí comienza nuestro viaje juntos.

Un periodo de observación de entrenamientos y partidos, sumado a toda la información proporcionada por el cuerpo técnico, ayudan a formar un diagnóstico de la situación del equipo. Se comienza a trabajar:

- Con el entrenador (y el cuerpo técnico): Estrategias de comunicación, liderazgo, gestión emocional, apoyo y motivación.
- Con los jugadores: Cohesión grupal, habilidades comunicativas, gestión emocional, autoconfianza, control de impulsos, rutinas de ejecución, aceptación de los roles, etc. Tanto a nivel grupal, como demandas a nivel individual.

Se hace importante trabajar en las dinámicas grupales, resolución de conflictos, cohesión y bienestar del grupo, apelando siempre al compromiso individual de cada jugador y técnico para lograr tener una visión común acerca del camino a seguir para lograr los objetivos de la temporada.

El equipo mejora y logra enlazar una buena racha de resultados, tanto en Europa como en la liga. Pero lo que verdaderamente se nota es la mejora de la cohesión del equipo y el clima generalizado del mismo, consiguiendo que todas las partes sean capaces de disfrutar de la temporada.

3. "Un abanico de opciones a través de la psicología del deporte" - Saúl Casal Román

El título destaca cómo la psicología del deporte ofrece herramientas clave para optimizar el rendimiento de los deportistas, en este caso en el motociclismo. Tradicionalmente, técnicas como, por ejemplo, la visualización y el control de la activación eran difíciles de medir con precisión. Sin embargo, los avances tecnológicos en la psicología del deporte, como el biofeedback y el neurofeedback, permiten monitorizar en tiempo real las respuestas fisiológicas de los pilotos. Esto proporciona datos detallados que facilitan el entrenamiento y la adaptación de las técnicas psicológicas más efectivas según las necesidades individuales de cada deportista.

El biofeedback y neurofeedback ofrece información instantánea sobre el estado fisiológico del piloto, permitiéndole ajustar y mejorar sus técnicas en tiempo real. Por ejemplo, si un piloto está practicando la visualización, el dispositivo puede indicar si está influyendo la técnica correctamente en el piloto, permitiendo ajustes inmediatos para asegurar su eficacia. Esta retroalimentación no solo perfecciona la ejecución de las técnicas, sino que también contribuye a su automatización, algo crucial en deportes de alta velocidad como el motociclismo.

El objetivo final es que el piloto interiorice y automatice estas respuestas fisiológicas, de modo que, al estar sobre la moto, pueda controlar su cuerpo de manera automática, sin esfuerzo consciente. Al lograrlo, puede alcanzar su máximo rendimiento en cada fase de la carrera, actuando con mayor eficiencia y precisión. Esto le otorga una ventaja competitiva vital en un deporte donde las decisiones rápidas y precisas son determinantes para el éxito.





4. "Adherencia al ejercicio físico para la salud y en el deporte popular" - Sandra Sobreira Otero
Mi aportación en este simposio trata de cómo aplicar la psicología del deporte en el deporte amateur y en el ejercicio físico para la salud. Para ello, contextualizaré primero el ámbito en el que me encuentro. Mi formación procede de la rama de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, después me especialicé en psicología deportiva y actualmente estoy realizando mi tesis sobre necesidades psicológicas en atletas de fondo, que consiste en la elaboración de un cuestionario que mide 3 factores importantes en esta modalidad: autoconfianza-ansiedad, fortaleza mental y resiliencia-autosuperación (explicarlas brevemente).

En estos momentos me encuentro trabajando en un centro de entrenamiento enfocado, principalmente, en el ejercicio para la salud, donde también aplico aspectos de la psicología del deporte con el objetivo de favorecer la adherencia al ejercicio físico. Como por ejemplo, creando un buen ambiente entre los miembros de cada grupo (hacer que participen, hablen, se impliquen), teniendo muy en cuenta este aspecto social; escuchar atentamente a cada usuario sobre sus necesidades, gustos y objetivos para poder adaptarse lo mejor posible a ellos y favorecer su compromiso; proponer ejercicios que supongan "retos", en los que también se sientan cómodos y puedan ver su mejora, con el objetivo de mantener su motivación; preocuparse de las faltas de asistencia para que puedan percibir también el compromiso de mi parte; estructurar de forma clara la clase para que no se sientan perdidos o fuera de lugar en ningún momento, sobre todo los primeros días; saber aplicar la intensidad adecuada no solo en lo que se refiere a los ejercicios, sino en momentos en los que la clase esté con poca activación...

Por otro lado, con el perfil de usuario que busca un objetivo más enfocado a la mejora de un deporte en concreto, como los atletas populares, en los que tiene cabida el cuestionario que antes nombré, se tienen en cuenta aspectos más específicos. Algunas de las estrategias que he utilizado con ellos/as son: identificación de pensamientos negativos en carrera (entrenamiento y competición); definición clara de sus objetivos y motivaciones; visualización precompetición; adaptación de los entrenamientos totalmente individualizada, continua y pautada para que no genere malestar el no haber cumplido con el plan semanal marcado en un inicio (flexibilidad); adaptaciones en el planteamiento del entrenamiento cuando les suponga mentalmente mucho esfuerzo (dividir las series, añadir pequeños descansos, marcar objetivos en la mitad del entrenamiento); establecer rutinas en carrera para mantener la concentración (fijarse en la postura, respiración, pulsaciones...).

5. "La psicología del deporte en la cantera del RC Celta de Vigo" - Alicia Fernández Cicero y Joaquín Dosil (RC Celta. Libredón)

En este trabajo se presenta el desarrollo del servicio de psicología del deporte desde la categoría alevín a la categoría juvenil en el RC Celta de Vigo. El Servicio de Psicología está coordinado por el Dr. Joaquín Dosil y cuenta con 4 profesionales de la psicología del deporte, que se ocupan de tener presencialidad semanal en todas las categorías del club: alevín A y B, infantil A y B, cadetes A y B y Juvenil A y B, así como As Celtas (equipo femenino) y el Celta Fortuna (filial). Para poder tener presencia en campo, así como para poder participar en las reuniones de los staffs técnicos de los equipos, se configuró un sistema de trabajo con un responsable de equipo y una persona de apoyo. De esta forma se puede implementar un trabajo mixto, es decir, dirigir sesiones de trabajo en campo, así como presentar al cuerpo técnico aquello que se puede implementar en cada sesión de entrenamiento. Igualmente se propone una Escuela de Padres, con reuniones con los diferentes equipos, en los que se responsabiliza tanto el entrenador como el psicólogo que se ocupa de esa categoría. El eje vertebrador de las intervenciones psicológicas se liga a los valores que quiere fomentar el Club, con propuestas concretas de actividades y comportamientos observables de los jugadores y staff.





Simposio: Entrenamiento Psicológico con aporte de las neurociencias (17/10/2024 09:00-10:30 h.)

Coordinación: Luis Humberto Serrato (Colombia)

El propósito del simposio es presentar el estado actual de la atención y orientación psicológica prestada a los deportistas que representan a Colombia en los eventos del Ciclo Paralímpico y Olímpico. Inicialmente, se realizará una presentación general de la estructura, organización y productos desarrollados al interior del Área de Psicología del Deporte del Centro de Ciencias Aplicadas al Deporte -CCD- del Ministerio del Deporte de Colombia.

Luego, se describirá el proceso de intervención en el sector paralímpico, revisando conceptos básicos del movimiento paralímpico, adaptaciones en los protocolos del área, y experiencias relevantes en los acompañamientos a los deportistas clasificados a Juegos Paralímpicos de París 2024 en los deportes de Para powerlifting y Tiro para deportivo. De igual forma, se mostrará el desarrollo del proceso de intervención realizado a un atleta de alto rendimiento en la modalidad convencional.

Finalmente, se cierra el simposio, con la presentación del aporte del laboratorio de neurociencias en apoyo a los planes de entrenamiento psicológico en ambas modalidades. En este sentido, se mostrarán las evaluaciones psicofisiológicas realizadas a atletas de alto rendimiento con datos concretos sobre los efectos de nuestras intervenciones en variables fisiológicas relacionadas con el rendimiento, el bienestar y la rehabilitación.

Dicho lo anterior, estas intervenciones se han realizado a través de técnicas basadas en la electromiografía, la respuesta galvánica de la piel y la electroencefalografía con las que se ha logrado identificar cambios significativos en niveles de estrés, la activación fisiológica y la percepción del dolor. Estos resultados no solo validan la eficacia de las intervenciones de los psicólogos del deporte, sino que también proporcionan una base sólida para el desarrollo de futuras estrategias de intervención en psicología del deporte

Simposio: ¿Contribuyen los entrenadores en el funcionamiento óptimo de sus deportistas (17/10/2024 11:30-13:00 h.)

Coordinación: Isabel Balaguer (España)

x



Simposio: Ikigai aplicado al deporte (17/10/2024 11:30-13:00 h.)

Coordinación: Verónica Tutte (Uruguay)

x

Simposio: Intervención psicológica en deportes de espera (17/10/2024 13:00-14:30 h.)

Coordinación/Participan: Joaquín Díaz y Jaume Martí

Concepto de deporte de espera.

Deportes de tiempos de espera son aquellos en los que la mayor parte del tiempo de competición el deportista no actúa, no interviene, no está actuando física, técnica ni tácticamente.

Distinguir de los tiempos de pausa y descansos o tiempos "muertos" en otras modalidades deportivas

Ejemplos de deportes con periodos de tiempo espera durante la competición:

- BOLOS
- BILLAR
- Tenis
- Pádel
- GOLF
- Voleibol y Vóley Playa
- ATLETISMO (principalmente saltos y lanzamientos)
- Tiro con arco y otras modalidades de tiro

Ejemplos de deportes con periodos de tiempo de espera previo a la competición

- Natación
- Natación artística
- Patinaje artístico
- Automovilismo
- Gimnasia
- Esquí

El rendimiento psicológico óptimo está en la gestión de los tiempos de no acción

Técnicas psicológicas de intervención:

- Nivel adecuado de activación
- Control de la atención vs distracción (se puede disociar)
- Motivación (Tarea – Ego)
- Control Pensamientos

Dinámica del simposio /taller

- Presentación Joaquín y Jaume, y asistentes
- Presentación taller. Aprender y reflexionar sobre el entrenamiento psicológico en los deportes de tiempos de espera y periodos de pausa.

- Philips 66

- o Que diferencias consideráis entre deportes de espera y pausa en competición.

- o Poner ejemplo de deportes o modalidades de deportes

- o Donde está la espera y donde está la pausa

- o Ventajas y dificultades de los tiempos de espera

- o Que hacéis en esos tiempos.

- Puesta en común y conclusiones





Simposio: Experiencias e investigaciones en Psicología del Deporte (17/10/2024 13:00-14:30 h.)

Coordinación: José Manuel Hernández (España)

Un adecuado desempeño profesional descansa en la combinación de conocimientos y en la aplicación de esos conocimientos con el objetivo de resolver problemas. La psicología del deporte no representa una excepción a esta regla, de tal forma que el conocimiento aplicado al ámbito deportivo es la base para el incremento del rendimiento deportivo que constituye el objetivo del trabajo con los deportistas.

Como en tantos otros campos, el conocimiento en Psicología de la Actividad Física y del Deporte se acumula a partir del trabajo de investigación que va forjando un corpus teórico sobre el que, posteriormente, se basarán las actuaciones a realizar en el contexto deportivo.

En este simposio, se presentan cinco trabajos de investigación que, a buen seguro, contribuyen a esa creación de conocimiento tan necesario como ya se ha puesto de manifiesto.

Tales trabajos, además, se han realizado con tres procedimientos distintos, pero igualmente válidos desde el punto de vista de la investigación científica.

De esta forma, dos de ellos llevan a cabo revisiones sistemáticas sobre dos asuntos novedosos, pero relevantes en su actualidad. Se trata del trabajo presentado por Sabina Rodríguez que nos hablará de las características psicológicas en "Ultra Trail Runners" y el presentado por Álvaro Orozco acerca de la Ortorexia.

Por su parte, Isabel Díaz, utilizando método clínico desde una perspectiva cualitativa, presenta la historia de un portero de fútbol desde que tuvo su primera lesión hasta que se vio obligado a retirarse. Por último, dos trabajos utilizan metodología correlacional. El primero de ellos es presentado por David Peris y analiza la relación entre el bienestar psicológico, la autoeficacia y variables relacionadas con el rendimiento deportivo. Por su parte, el trabajo presentado por Alexi Ponce evalúa la personalidad de entrenadores de fútbol en Chile.

Simposio: Fundamentos de Psicología del Deporte (17/10/2024 16:00-17:30 h.)

Coordinación: Enrique Garcés de Los Fayos y Eva León Zarceño (España)

Desde hacía algún tiempo se esperaba contar con la edición de un manual de Psicología del Deporte (PD) que recogiera los últimos avances en nuestra disciplina. Aprovechando la coincidencia de que en el verano de 2024 apareció el libro Fundamentos de Psicología del Deporte, casi al mismo tiempo que la celebración del 9º Congreso de la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte (SIPD), nos pareció relevante aprovechar este hito histórico para reunir a algunos de los profesionales más significativos de la psicología del deporte, que además han participado en el desarrollo del libro para que, a partir del mismo, nos plantearan la situación actual de la psicología del deporte, cuáles siguen siendo las líneas de trabajo e investigación sólidas en nuestra área, las nuevas propuestas que la Psicología del Deporte deberá atender para dar respuesta a las nuevas demandas, así como el papel tan relevante que la SIPD ha jugado en el desarrollo de la PD.

La pretensión de este simposio es, con un planteamiento de coloquio interactivo con los asistentes al mismo, llegar a conclusiones que sirvan para mejorar en las diferentes funciones y tareas que nos corresponden como Psicólogos del Deporte, tanto desde la perspectiva aplicada e investigadora, como formativa y divulgativa.

Enrique Garcés de Los Fayos (Universidad de Murcia).

Eva León Zarceño (Universidad Miguel Hernández de Elche).

Isabel Balaguer (Universidad de Valencia).

Ana Peinado (Universidad de Murcia).

Joaquín Díaz (Asociación Cantabra de Psicología del Deporte).

Isabel Díaz (Universidad de Cantabria).



Simposio: Desafíos y (Des)Equilibrios del rendimiento deportivo, condición física y bienestar

(17/10/2024 16:00-17:30 h.)

Coordinación: Pedro Teques (Portugal)

-- Bem-estar subjetivo e performance no desporto de elite: É possível? (Pedro Teques- N2i, Instituto Politécnico da Maia, Portugal; CIDESD, Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano, Portugal)

A performance desportiva, tradicionalmente associada a fatores objetivos, tais como a dimensão física ou técnica, tem-se visto cada vez mais dependente de um elemento crucial: o bem-estar subjetivo. As variáveis psicológicas, como a satisfação com a vida, as emoções positivas, a motivação, ou a auto-estima, demonstram um papel significativo na capacidade de um atleta atingir o seu potencial máximo (Delcampo et al., 2024).

Deste modo, este trabalho explora a relação entre bem-estar e performance desportiva, levantando a questão: é possível otimizar ambos simultaneamente? Partindo de uma revisão da literatura e dos resultados aplicados da investigação, analisaremos as diferentes dimensões do bem-estar subjetivo, nomeadamente o bem-estar psicológico e o bem-estar social, e como estas se interligam com os diferentes aspetos da performance desportiva: física, técnica, tática e psicológica.

O bem-estar relaciona-se positivamente com a performance desportiva, explorando os mecanismos subjacentes a esta relação. Serão analisados os benefícios de uma abordagem centrada no bem-estar, que permite fortalecer a resiliência, aumentar a motivação, melhorar a concentração ou promover a auto-eficácia, elementos determinantes para alcançar resultados desportivos (Purcell et al., 2022).

Existem estratégias e ferramentas práticas para promover o bem-estar e a performance desportiva, com foco em intervenções psicológicas eficazes que permitem alcançar um equilíbrio entre a busca da performance e a valorização do bem-estar (Purcell et al., 2019). Este trabalho pretende contribuir para um panorama mais abrangente e holístico da psicologia do desporto, reconhecendo a importância de uma abordagem integrada que vise promover a saúde física e psicológica dos atletas.

-- Exercício, Envelhecimento e Funcionamento Cognitivo (José Alves-ESDRM)

O crescimento da população com mais de 60 anos, a nível mundial e, em particular, em Portugal, associado a um estilo de vida, predominantemente, sedentário, levanta muitas preocupações relacionadas com o declínio cognitivo e a saúde mental e os respectivos custos sócio-económicos associados. Um dos tratamentos mais económicos e sem efeitos secundários, para obviar ao declínio cognitivo e à diminuição da prevalência das doenças neurodegenerativas, que tem sido referido, é o exercício. Assim, analisaremos, nesta intervenção, estudos recentes que têm estudado a relação entre o exercício físico e a diminuição do declínio cognitivo, o funcionamento cerebral e a prevenção da demência, como por exemplo a Alzheimer. Analisaremos, ainda, os mecanismos subjacentes a esses efeitos, nomeadamente, as mudanças moleculares, celulares e estruturais que ocorrem no cérebro por efeito do exercício, no sentido de melhor compreender o processo de envelhecimento e as estratégias que podem ser postas em prática para otimizar esse processo, a fim de que os novos anos acrescentados à vida, (pois a esperança de vida continua a aumentar) possam ser vividos de uma forma mais saudável. Concluímos que a literatura suporta de forma clara a ideia de que o exercício é, de facto, um meio extremamente eficaz na prevenção do declínio cognitivo e da redução do risco de demência, associados à idade. Adicionalmente, e porque a investigação é ainda muito escassa no que se refere ao tipo, quantidade e duração do exercício, em humanos, sugere-se a continuação da investigação desta linha de pensamento.



-- Adherencia al Ejercicio en Gimnasios - Poner La Teoría en Práctica (Paulo Sena)

Este artículo examina los factores que afectan la adherencia al ejercicio en gimnasios, incluyendo las razones para continuar o abandonar. A través de una revisión de estudios recientes, se exploran variables como la motivación personal, el impacto del entorno social y físico, y el uso de tecnologías como dispositivos wearables. Además, se analiza cómo la frecuencia de asistencia influye en la retención de los miembros, así como la relevancia de estrategias personalizadas y la creación de un sentido de comunidad para mejorar la permanencia. A pesar del crecimiento significativo de la industria del fitness, las tasas de abandono siguen siendo elevadas, lo que subraya la necesidad de enfoques integrales que combinen tecnología, personalización y apoyo social para lograr una adherencia sostenida a largo plazo.

-- Mudança comportamental em atividade física e saúde: o papel da motivação (Luis Cid-Escola Superior de Desporto de Rio Maior, Politécnico de Santarém (ESDRM-IPSantarém), Portugal; Centro de Investigação em Desporto, Saúde e Desenvolvimento Humano (CIDESD), Portugal)

A organização mundial de saúde reconhece que a atividade física e os estilos de vida saudáveis são fatores determinantes na prevenção e manutenção da saúde, no combate às doenças e morte prematura, e no aumento da longevidade e da expectativa de vida. Não obstante, os dados sobre atividade física continuam a demonstrar que a esmagadora maioria das pessoas não faz (ou raramente faz) atividade física. Este paradoxo, coloca-nos à partida uma questão fundamental, enquanto profissionais do exercício e da saúde: o que estaremos a fazer de menos bem?

Quando se tenta perceber este "paradoxo", chegamos à conclusão de que as pessoas apontam como principais razões a "falta de tempo" e "falta de motivação", ambas associadas ao comportamento e à "vontade" de cada um, em função das prioridades que estabelece para a sua vida. Por isso, a motivação tem sido um dos tópicos que os investigadores mais tempo e energia têm dedicado, pois sendo um conceito complexo de compreender, é também um dos mais fascinantes de estudar, quando aplicado ao contexto da atividade física.

O que leva as pessoas a escolher, a direcionar e a persistir (ou abandonar) o seu comportamento? (o "porquê", o "quê", "como"?) desse comportamento? Nesta comunicação tentaremos desvendar os mistérios das determinantes motivacionais da atividade física e as suas consequências, bem como, como poderemos ajudar as pessoas no seu processo de mudança.

Simposio: La formación psicológica de entrenadores en el Fútbol Gallego (18/10/2024 09:30-11:00 h.).

Coordinación: Rubén Domínguez (España)

X



Simposio: ¿DxT = B? El bienestar en el deporte como eje fundamental de la práctica deportiva
(18/10/2024 09:30-11:00 h.)

Víctor J. Rubio. Universidad Autónoma de Madrid (Coordinación).

Isabel Díaz Ceballos. Universidad de Cantabria.

José Carlos Jaenes. Universidad Pablo de Olavide.

Xóchitl Ortiz-Jiménez. Universidad de Nuevo León.

Antonia Pelegrín Muñoz. Universidad Miguel Hernández de Elche.

El deporte proporciona importantes beneficios, tanto de salud física como mental, de desarrollo personal y socialización, de mejora de destrezas motoras y de capacidad de análisis y toma de decisiones... Puede ser un vehículo de inclusión de la diversidad, de reducción del riesgo de exclusión social, de igualdad de oportunidades... Sirve para promover la aceptación de reglas y el fomento de valores... Con todos esos beneficios y otros que se podrían mencionar, pareciese existir una relación directa entre la práctica del deporte y la mejora del bienestar de las personas que lo practican. La Dra. Xóchitl Ortiz-Jiménez y sus colaboradores de la Universidad Autónoma de Nuevo León Mayra Gutiérrez Muñoz y Gilberto Martínez nos muestran cómo la activación física mejora los procesos cognitivos en adultos sedentarios, reforzando ese papel beneficioso de la práctica de la actividad física y el deporte. De la misma manera, la Dr. Pelegrín y su colega Pascual Ruso, de la Universidad Miguel Hernández de Elche, nos muestran el efecto del ejercicio físico en mujeres en su etapa climatérica.

Sin embargo, el deporte también tiene su lado oscuro. La Dra. Isabel Díaz Ceballos, de la Universidad de Cantabria, y su colega la Dra. Godoy, de la Universidad de Granada, ponen de manifiesto el incremento en el riesgo de padecer trastornos de alimentación en la población de mujeres futbolistas que encuentran en el estudio que han realizado con un a muestra de futbolistas españolas de primera nacional y regional preferente.

Que las dificultades de salud mental entre los deportistas son cada vez más frecuentes (y más visibles) es un hecho del que tanto los estudios como los medios de comunicación están resaltando. Eso incluye problemas psicopatológicos severos. El Prof. José Carlos Jaenes, de la Universidad Pablo de Olavide, nos habla de la experiencia desarrollada en el Centro Andaluz de Medicina del Deporte y el protocolo que han desarrollado para detectar, intervenir y referir, en su caso, cuando aparecen ese tipo de patologías.

Finalmente, el Prof. Víctor J. Rubio, con sus colaboradores de la Universidad Autónoma de Madrid Gema Martín, Teresa González y Roberto Ruiz plantean un abordaje integral del bienestar en el deporte, en este caso, centrado en los menores de edad, a partir de una propuesta de evaluación de los niveles de protección a la infancia y la adolescencia en los clubes deportivos que aborde los cuatro grandes ámbitos de la salvaguarda en el deporte infantil y juvenil: seguridad física, seguridad psicológica, formación y sensibilización y, por último, participación.

