

Características psicológicas y rendimiento deportivo en adolescentes de la asociación de taekwondo de pichincha durante la covid-19

Psychological characteristics and sports performance in adolescents at the taekwondo association of pichincha during covid-19

<https://doi.org/10.5281/zenodo.10795348>

AUTORES: Lenin Chicaiza^{1*}

Viviana Suárez²

Silvio Fonseca³

DIRECCIÓN PARA CORRESPONDENCIA: lenin_dark2007@hotmail.com

Fecha de recepción: 30 / 01 / 2024

Fecha de aceptación: 20 / 02 / 2024

RESUMEN

Este estudio analizó las características psicológicas y el rendimiento deportivo de los adolescentes deportistas de la Asociación de Taekwondo de Pichincha durante la pandemia de la COVID-19. La metodología empleada fue de naturaleza no experimental, de corte transversal, de tipo descriptivo, con enfoque cuantitativo. Se trabajó con una muestra de tipo no probabilística por conveniencia, que estuvo conformada por 60 deportistas adolescentes, con edades comprendidas entre los 13 y 17 años, todos pertenecientes a la asociación antes mencionada. Para la recopilación de datos, se aplicó individualmente el “Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD). Este instrumento permitió evaluar diversos aspectos, incluyendo el control de estrés, la influencia de la evaluación del rendimiento, la motivación, las habilidades

^{1*} Universidad Central del Ecuador. Facultad de Ciencias Psicológicas Bolivia s/n y Eustorgio Salgado, Quito, Ecuador, lenin_dark2007@hotmail.com

² Universidad Estatal de Bolívar. Campus Matriz, Av. Ernesto Che Guevara s/n y Av. Gabriel Secaira, Guaranda, Ecuador, vsuarez@ueb.edu.ec

³ Universidad Central del Ecuador. Facultad de Ciencias Psicológicas Bolivia s/n y Eustorgio Salgado, Quito, Ecuador, srfonseca@uce.edu.ec

mentales y la cohesión de equipo. Los hallazgos evidenciaron que el 56,67% de los adolescentes mostró un alto control de estrés, el 65% se ubicó en un nivel promedio con respecto a la evaluación del rendimiento, el 93,33% demostró una alta motivación, lo que refleja un sólido interés en la práctica de esta disciplina deportiva. Asimismo, el 61,67% obtuvo un nivel promedio en habilidades mentales, mientras que, el total de la población presentó una alta cohesión de equipo. Con esto se evidenció que existen relaciones interpersonales positivas entre los miembros de la asociación

Palabras clave: *Adolescentes, características psicológicas, COVID-19, rendimiento deportivo, taekwondo.*

ABSTRACT

This study examined the psychological characteristics and sports performance of adolescent athletes from the Pichincha Taekwondo Association during the COVID-19 pandemic. The employed methodology was non-experimental, cross-sectional, descriptive, with a quantitative approach. A convenience non-probabilistic sample of 60 adolescent athletes, aged between 13 and 17, all belonging to the aforementioned association, was utilized. For data collection, the "Questionnaire of Psychological Characteristics related to Sports Performance" (CPRD) was individually administered. This instrument enabled the evaluation of various aspects, including stress control, the influence of performance evaluation, motivation, mental skills, and team cohesion. The findings revealed that 56.67% of adolescents demonstrated high stress control, 65% fell within an average level regarding performance evaluation, and 93.33% displayed high motivation, reflecting a strong interest in the practice of this sports discipline. Additionally, 61.67% achieved an average level of mental skills, while the entire population exhibited high team cohesion. This highlights the existence of positive interpersonal relationships among the association members.

Keywords: *Adolescents, psychological characteristics, COVID-19, sports performance, taekwondo.*

INTRODUCCIÓN

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS) se consideran adolescentes a las personas entre los 10 y 19 años. Como cada etapa de la vida del ser humano, la adolescencia presenta sus propias características y necesidades, así predominan los cambios biológicos, cognitivos, psicológicos y socioemocionales (Güemes et al., 2017).

Respecto de la Psicología del Deporte, Morán y Toner (2017) afirman que esta se desarrolla como una disciplina académica y profesional. Si bien es cierto, el deporte involucra el cuerpo, la mente tiene una gran influencia en los resultados deportivos individuales y colectivos. Los procesos mentales son determinantes del éxito deportivo, ya que mejoran el desempeño, la capacidad técnica y la aptitud física.

Por otra parte, se debe comprender que el deporte no tiene ninguna virtud mágica, no es ni bueno ni malo por sí solo, sino en la medida en que se lo practica. Por lo que, la competencia será perjudicial o beneficiosa según los propósitos de la enseñanza y la forma de transmitir los conocimientos teóricos y prácticos de la actividad deportiva (Bassini, 2019).

Fradejas y Espada (2018) argumentan que el estado emocional en los adolescentes se encuentra influenciado por su motivación básica-competitiva. En otras palabras, por su interés para la actividad física que desean realizar, por los objetivos que se plantean, los beneficios que consideran afines a sus

intereses, el coste que están dispuestos a asumir y su compromiso. A esto se suma la motivación cotidiana-específica que es la disposición diaria para entrenar por un tiempo establecido, sobre todo si se tiene como fin hacer de la actividad deportiva una profesión.

El deporte requiere de un trabajo en equipo, alto grado de responsabilidad, capacidad para enfrentar y superar dificultades, dominar situaciones de estrés, etc. Este no solamente permite el entrenamiento físico, sino también el ejercicio de competencias psicológicas que facilitarán el afrontamiento de retos a lo largo de la vida (Arribas et al., 2017). En este sentido, las características psicológicas son comprendidas como “un factor mediador entre las capacidades físicas, técnicas y tácticas de los deportistas” (Ramírez & Prieto, 2021, p. 465). Los autores citados agregan que, este tipo de cualidades pueden variar de acuerdo con el contexto y la situación en la que se encuentra el deportista competidor.

Aldás (2018) concluye en su informe de investigación que las características psicológicas están relacionadas con el rendimiento deportivo, por eso es primordial brindar a los adolescentes deportistas un asesoramiento psicológico adecuado sobre sus cogniciones y lo que estas representan en los resultados que desean conseguir. Las cogniciones negativas son las que más influyen en la pérdida de la autoconfianza.

Ante la aparición de la COVID-19, en 2020, los deportistas adolescentes que participan en competencias provinciales, nacionales e internacionales tuvieron que interrumpir sus entrenamientos y con ello frenar repentinamente su crecimiento y rendimiento deportivo. Desiderio y Bortolazzo (2020) señalan que una vez que el deportista ha superado las cuatro semanas de suspensión de las actividades físicas, se considera desentrenamiento. Caldas y Torres (2021) concuerdan en que la pandemia de la COVID-19 obstaculizó las aspiraciones y proyecciones internacionales de los deportistas adolescentes, lo que significó la exposición a condiciones psicológicas negativas.

Entre los antecedentes de investigación a nivel local, destacan los que a continuación se detallan:

La indagación de Sntaxi (2015) titulada: “El estrés en el rendimiento deportivo de la categoría senior de combate del Club de Taekwondo de la Universidad de las Fuerzas Armadas de la ESPE (Sangolquí)” que tuvo como objetivo investigar el estrés de los deportistas y su efecto en el rendimiento deportivo, se encontró que el 83% de los deportistas de este club presentaron tensión o dolores musculares previamente a la competencia. El 61% padeció insomnio o pesadillas antes de competir. El 52% consideró que el lugar de entrenamiento no es el adecuado. El 65% estimó que una postura de competencia determina la actitud del deportista y pone en evidencia el nivel de estrés. El 72% señaló que el equilibrio físico y mental influye en el rendimiento deportivo.

Loachamín (2015) en su publicación “Incidencia del estrés precompetitivo en los resultados deportivos y factores protectores del equipo senior de taekwondo de la ESPE”, desde un enfoque cuantitativo y con un alcance correlacional, demostró que la relación entre los

niveles de estrés y los resultados competitivos en las mujeres obtuvo mejores resultados.

Las deportistas logran lugares superiores en las competencias y manifiestan niveles de estrés precompetitivo que varían entre bajo, medio y alto. Esto último se diferencia con los hombres, quienes alcanzan niveles de estrés precompetitivo entre medio, alto y extremo.

Vaca et al. (2017) en su artículo titulado “Ansiedad precompetitiva en karatecas de alto rendimiento, amateurs y novatos” de la Concentración Deportiva de Pichincha y el Club de Karate do Kuro Obi afiliado a las distintas asociaciones de Karate Do de la Provincia de Pichincha, determina los niveles de ansiedad precompetitiva en este grupo de deportistas. Se identificó que la ansiedad cognitiva en novatos fue del 74.78 %, en los deportistas aficionados osciló en el 48.96 % y en los de alto rendimiento esta se ubicó en el 56.98 %. En cuanto a los niveles de autoconfianza y autoestima, se encontró que los deportistas novatos puntuaron con el 49.12%, mientras que los deportistas amateurs obtuvieron el 49.20% y los de alto rendimiento el 56.24%. Los autores antes citados concluyeron que de la ansiedad cognitiva depende la autoconfianza y autoestima. Además, la ansiedad precompetitiva produce muchos problemas en la obtención de buenos resultados. En el caso de los deportistas de alto rendimiento, la presión competitiva es mayor para permanecer en el equipo. Sin embargo, los deportistas novatos ocuparon el primer lugar con el nivel de ansiedad más elevado, en segundo lugar, se ubicaron los de alto rendimiento y en tercer lugar los amateurs.

En el estudio efectuado por Molina & Illescas (2017) con el título: “Estrés y estilos de personalidad en deportistas de alto rendimiento del cantón Cuenca-Ecuador”, se halló que los deportistas poseen la capacidad de control de estrés entre el 5% y 90% con una media de 53.14% y una mediana del 55%, valores que se ubican dentro de los parámetros normales. La moda se puntuó con el 85%, lo que comprobó un nivel alto de control de estrés. Las autoras concluyeron que la alta capacidad de control de estrés demostró que los deportistas poseen recursos psicológicos para manejar las situaciones estresantes provocadas, principalmente, por la participación en competencias.

Sarango (2019) en su trabajo titulado “Evolución en la concentración de la atención durante un macrociclo en taekwondocas senior de la Federación Deportiva de Santo Domingo de los Tsáchilas” que se propuso evaluar el nivel de concentración de los taekwondocas a través del Test de Toulouse- Pieron, al comparar los indicadores obtenidos en entrenamiento

y competición, se observó que durante la Etapa de Preparación General (Test 1), los deportistas obtuvieron una media de concentración de la

atención de 232 puntos. En la Etapa de Preparación Especial (Test 2) alcanzaron 237 puntos y en la Etapa de Preparación Competitiva (Test 3) lograron 240 puntos. El autor citado concluyó que la concentración es un indicador fundamental en el rendimiento deportivo que tiene como finalidad direccionar correctamente el entrenamiento y elevar el nivel de resultados de los deportistas, pues mientras están más cerca de una competencia, su concentración debe aumentar.

El trabajo de Pazmiño (2022) denominado “Motivación deportiva y su influencia en el rendimiento deportivo de los taekwondoneis”, tuvo como objetivo fundamental demostrar que el atleta de Taekwondo que se siente motivado rinde en su mayor performance en el entrenamiento y la competencia. En el estudio participaron 39 deportistas sin condiciones de discapacidad del Club Especializado Formativo Seúl de Quito, a quienes se les aplicó una encuesta en escala de Likert mediante Google Forms. Los resultados reflejaron que se debe implementar un trabajo específico de motivación deportiva para que los atletas rindan en su mejor forma física y mental, pues se evidenció que el 46,15% de los encuestados concluye que necesita estar motivado para un más alto nivel de entrenamiento y actuación durante la competencia.

Como antecedentes de investigación a nivel internacional, se ubican los siguientes:

El trabajo “Influencia de la experiencia deportiva en las características de personalidad y su adherencia en la vida cotidiana” de Casas et al. (2016) realizado en Bogotá-Colombia, planteó como objetivo describir cuáles de las características del carácter formadas por la práctica deportiva en taekwondo fortalecen la personalidad, y se vinculan a la vida cotidiana. Mediante una entrevista semiestructurada dirigida a 20 competidores nacionales de Taekwondo que se realizó en el IV Open Internacional de Taekwondo, organizado por las Fuerzas Armadas de Colombia, se apreció que la experiencia para los participantes fue enriquecedora con independencia de los resultados, pues esta competencia les permitió conocer su potencial y los aspectos en los que deben mejorar. En cuanto a la preparación

mental, se hizo mención de que esta no se encuentra contemplada en el entrenamiento regular, no obstante, se considera que es sumamente necesaria para obtener un óptimo rendimiento. De manera general, se concluyó que, aunque la formación física está estructurada de forma apropiada, el área mental carece de formación. Si bien es cierto, la filosofía del deporte contribuye a la formación personal y social, en las competencias la falta de entrenamiento de las características psicológicas dificulta a los deportistas alcanzar la victoria, debido a que la presión, el estrés y los pensamientos negativos se apoderan de sus acciones.

En el estudio de Ayala (2016) titulado “Las cualidades volitivas en los alumnos de Taekwondo del Campus Central de la Universidad de San Carlos de Guatemala” con el objetivo de evidenciar la

presencia de la preparación psicológica para el desarrollo de las cualidades volitivas, se encontró que el 50% de los estudiantes de la disciplina cuentan la mayoría de las veces con capacidad para regular sus impulsos y emociones. El 54.2% afirmó que el Taekwondo ha fomentado el coraje para enfrentar situaciones extremas. El 50% aseguró que la mayoría de las veces se siente seguro de sus conocimientos y habilidades adquiridas frente al oponente. El 40.8% mencionó que el Taekwondo les ha permitido desarrollar la capacidad para resolver problemas y el 36% se sintió en capacidad de tomar una decisión como reacción a un estímulo durante la competencia. Se concluyó que la filosofía y los principios del Taekwondo contribuyen en el avance significativo de los aspectos psicológicos de los adolescentes deportistas al desarrollar en ellos la perseverancia, capacidad de decisión, autocontrol y confianza.

En el estudio de Yépez et al. (2018) con el título de “Aspectos generales sobre la personalidad y alto rendimiento deportivo”, publicado por la Revista Olimpia de la Universidad de Granma, en Cuba, se planteó el análisis de la relación de la personalidad del deportista y su estado de pre-arraque antes de la competencia. Se encontró que el 44% de los deportistas no consiguieron lograr la motivación. El 40% reconoció que la motivación es una herramienta eficaz para optimizar las condiciones de satisfacción y confianza consigo mismo. El estudio concluyó que la motivación es esencial para combatir el estrés

deportivo, ya que crea un sistema de determinación mental en cada deportista y mejora su desempeño en las prácticas y competencias.

En la investigación “Rendimiento deportivo en adolescentes en situaciones de alta presión psicológica (choking): papel de los factores psicológicos positivos y negativos” de Molina (2019), realizada en España, con la intención de probar la validez del paradigma experimental de inducción de alta presión deportiva (alta presión psicológica), elaborado para la presente investigación y examinar la sensibilidad a la ansiedad y la afectividad positiva y negativa como posibles factores moduladores del choking, se confirmó que cuando existe una condición de alta presión, el número de errores se incrementa y la sensibilidad a la ansiedad también se eleva. Así, tras la aplicación de los análisis de varianza se constató los efectos significativos de los factores de personalidad afecto negativo ($F = 11.64$; $p < .01$) y sensibilidad a la ansiedad ($F = 21.05$; $p < .001$). Estas variables de personalidad están vinculadas negativamente al rendimiento deportivo. Entre la principal conclusión se encuentra que la presión psicológica deportiva perjudica el rendimiento deportivo en ciertos individuos, llegándoles a producir situaciones que podrían afectar su salud física.

En el estudio “Experiencias de bienestar psicosocial de adolescentes que practican Taekwondo en la ciudad de Santiago de Cali” de Aguirre et al. (2020), cuyo propósito fue analizar cómo se relaciona la

práctica de Taekwondo con experiencias de bienestar en los adolescentes a través de preguntas propuestas a un grupo focal, se identificó que el Taekwondo genera en los adolescentes emociones positivas que han mejorado sustancialmente su vida personal, familiar y las relaciones interpersonales. Conjuntamente, se identificaron las emociones negativas como la tristeza, frustración e ira. En el caso del trabajo en equipo se obtuvo la siguiente declaración por parte del participante Nro. 7 de esta investigación: “Mi vida ha cambiado en el sentido de que he aprendido que tu compañero de entreno te presta su cuerpo para que tú practiques y eso uno aprende a respetar...”. Entonces, se concluyó que en el Taekwondo el trabajo colaborativo e interactivo que genere apoyo, emotividad y confianza enriquece las relaciones interpersonales para un mayor bienestar psicológico.

En la investigación titulada “Factores psicológicos que inciden en el rendimiento deportivo de taekwondogas durante la competencia categoría Junior” de Parada y Manrique (2016), realizado en Colombia, para describir los factores psicológicos que inciden en el rendimiento deportivo de los taekwondogas categoría junior de la academia Dragón Negro de la ciudad de Tunja al momento de una competencia, se evidenció que el grupo de investigación conformado por diez taekwondogas (siete hombres y tres mujeres adolescentes) tuvo una excelente influencia de evaluación del rendimiento con 88, seguida del control de estrés con 65.2, la habilidad mental con el 64.5. Esto demostró una muy buena disposición de componentes físicos, técnico, tácticos y teóricos. A pesar de ello, la motivación se ubicó en 40 y la cohesión de equipo en 11.5, lo que expuso las falencias psicológicas. Se concluyó que el factor psicológico influye en gran medida en el resultado final: victoria versus derrota.

Con estos antecedentes se formularon las siguientes preguntas: ¿Cuáles fueron las características psicológicas en adolescentes deportistas de la Asociación de Taekwondo de Pichincha durante la COVID-19?, ¿cuál de los factores de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo presentó un mayor déficit?, ¿cuál de los factores de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo presentó un mayor superávit?

Por lo expuesto, el presente estudio tiene como objetivo identificar las características psicológicas y el rendimiento deportivo de los adolescentes deportistas que asisten a la Asociación de Taekwondo de Pichincha, quienes a pesar del periodo de emergencia sanitaria por la COVID-19, que se considera para esta investigación, continuaron con sus entrenamientos desde sus hogares, adaptándose a la modalidad no presencial. Cabal et al. (2018) mencionan que alcanzar el máximo del rendimiento deportivo solamente es posible con el aporte de la psicología deportiva.

Se consideró el análisis de las principales características psicológicas como variables de estudio, estas son: control de estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y

cohesión de equipo. De esta manera, se podrá trabajar apropiadamente en el mejoramiento del desempeño de los adolescentes deportistas, tanto en las jornadas de entrenamiento como en las competiciones.

Entre los aspectos psicológicos mencionados anteriormente se encuentra el control de estrés. Salazar et al. (2017) especifican que el estrés es una respuesta adaptativa que el adolescente puede experimentar antes, durante y después de una competencia cuando se enfrenta a situaciones adversas que le son difíciles de manejar. Los autores también hacen hincapié en que no todas las personas pueden ser afectadas del mismo modo por los estresores psicosociales, esto obedece a que la capacidad de respuesta es diferente en cada individuo. Rascado et al. (2014) consideran que para manejar el estrés en adolescentes se debe potenciar las conductas positivas, mientras se trata de dominar o eliminar las conductas negativas. Además, se debe garantizarle un entorno estable y seguro en el que comparta valores, se sienta integrado y apoyado emocionalmente.

En lo que compete a la influencia de la evaluación de rendimiento, Triulzi et al. (2019) la definen como un instrumento que se utiliza con frecuencia en los centros deportivos. Esta debe caracterizarse por ser estratégica y funcionar como guía para la planificación de actividades y la consecución de objetivos. Los autores recomiendan la evaluación, ya que de esta manera es posible identificar pensamientos, actitudes, emociones, niveles de motivación y conductas del adolescente deportista. Con el análisis de estos factores se podrá elaborar con certeza un plan de intervención con las herramientas más adecuadas y estratégicas para mejorar la capacidad de afrontamiento en situaciones adversas. La conducta afecta los pensamientos y viceversa. A razón de esto, la psicología debe participar con estrategias lúdicas y promover la salud en los adolescentes mediante el ejercicio físico correcto.

Por su parte, según Naranjo (2009), la motivación es la encargada de orientar y movilizar las acciones de la persona hacia lo que busca, esto puede ser una meta, un objetivo, un comportamiento específico para lograr lo que se quiere. La motivación está influenciada por factores como lo son los comportamientos intrínsecos personales, formas de comportamiento y los factores extrínsecos que se ven afectados por el ambiente y por el contacto con otras personas. Herrera y Zamora precisan que la motivación como un

“proceso autoenergético” (2014, p. 126) del individuo que realiza determinadas actividades de gran representatividad en su vida y acepta el esfuerzo hacia la consecución de un objetivo. Esto indica el porqué de su comportamiento.

En lo que se refiere a habilidad mental, Ramírez y Prieto (2021) la conceptualizan como un sistema de habilidades psicológicas que benefician el rendimiento deportivo. En realidad, se trata de la capacidad para fijar objetivos, realizar un seguimiento de desempeño, mejorar la adaptación y confrontar con

excelentes resultados las exigencias competitivas. Rascado et al. (2014) destacan la importancia de las habilidades mentales en los deportistas para soportar el alto nivel de exigencia. Con esto concuerdan Burgos et al. (2020), quienes distinguen que el deporte refuerza habilidades, técnicas y disciplina que demandan del aprendizaje de habilidades psicológicas. Cuando el nivel de competición cada vez es más alto, también se brindan más oportunidades a los deportistas para que adquieran y perfeccionen sus habilidades mentales que influirán ostensiblemente en su desempeño deportivo.

Por último, la cohesión de equipo comprende la relación y la integración del deportista en un determinado equipo deportivo (Gimeno et al., 2001). Esta definición es ampliada por Troncoso et al. (2015), quienes la describen como un proceso dinámico que marca la tendencia de una agrupación por mantener a sus miembros juntos, quienes persiguen metas y objetivos en común para la satisfacción de necesidades afectivas. Cuando el equipo mantiene una comunicación de excelencia, al mismo tiempo se está incrementando la cohesión grupal y propiciando un buen ambiente.

METODOLOGÍA

Este estudio se realizó basándose en una metodología de tipo descriptiva, con enfoque cuantitativo, de corte transversal y con un diseño no experimental. El análisis se enfocó en medir las variables: características psicológicas y práctica deportiva durante el periodo de confinamiento a causa de la pandemia de COVID-19. Se utilizó el cuestionario “Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD)” (Ver Anexo 1) para la recolección de datos. Los criterios de inclusión correspondieron a

adolescentes deportistas en edades de 13 a 17 años que pertenezcan a la Asociación de Taekwondo de Pichincha y que sus representantes hayan autorizado su participación a través de la firma del documento de consentimiento informado. Del estudio se excluyeron a los adolescentes con Necesidades Educativas Especiales (NEE) y a aquellos que durante la investigación se contagiaron de COVID-19 o presentaron una enfermedad física grave que les impidió continuar con la práctica deportiva.

La población estuvo conformada por 88 adolescentes que pertenecen a la Asociación de Taekwondo de Pichincha, quienes a su vez fueron indagados en tiempos de COVID-19 y durante un periodo precompetitivo. La muestra fue de tipo no probabilístico por conveniencia. Así, el tamaño de la muestra estuvo integrado por 60 adolescentes que cumplieron con los criterios de inclusión y exclusión establecidos.

RESULTADOS

El estudio se efectuó con 60 deportistas adolescentes de la Asociación de Taekwondo de Pichincha durante un periodo precompetitivo. De esta muestra, el 58,33% perteneció al género masculino y el 41,67% al género femenino. Por edad, el 36,67% de los adolescentes se ubicó en los 16 años, el 20% en los 15 años, con el mismo porcentaje del 18,33% en los 13 y 14 años y solamente el 6,67% correspondió a los 17 años.

Respecto al control de estrés, en la Tabla 1 se observa que el 56,67% de los adolescentes de 13 a 17 años poseen un alto control, lo que no descarta la necesidad de fortalecer estos niveles para que todos los deportistas adolescentes se encuentren en las mismas condiciones.

Tabla I.

Estadísticos descriptivos del control de estrés

Indicador	Edad	Frecuencia	Porcentaje
61-100 (alto)	13-17	34	56,67
51-60 (promedio)	13-17	20	33,33
20-50 (bajo)	13 y 16	6	10,00

60

100

Fuente: Realizado por los autores, 2021

En la Tabla 2, sobre la influencia de la evaluación del rendimiento, donde la oscilación de la puntuación es entre 12 y 60, se constató que el 65% de los adolescentes deportistas en edades de 13 a 17 años alcanzaron un nivel promedio en este factor.

Tabla II.

estadísticos descriptivos de la influencia de la evaluación del rendimiento

Indicador	Edad	Frecuencia	Porcentaje
30-40 (promedio)	13-17	39	65,00
41-60 (alto)	13-17	11	18,33
12-29 (bajo)	13,15 y 16	10	16,67
		60	100

Fuente: Realizado por los autores, 2021

En la Tabla 3, cuando la oscilación de la puntuación del factor motivación se encuentra entre 8 y 40, fue posible evidenciar que el 93,33% de los adolescentes deportistas de 13 a 17 años se encuentran altamente motivados en su práctica deportiva durante el período precompetitivo y de confinamiento.

TABLA III.

estadísticos descriptivos de la motivación

Indicador	Edad	Frecuencia	Porcentaje
24-40 (alto)	13-17	56	93,33
20-23 (promedio)	14,15 y 16	4	6,67
8-19 (bajo)	-	0	0,00
		60	100

Fuente: Realizado por los autores, 2021

En la Tabla 4, donde la puntuación del factor habilidad mental oscila entre 9 y 45, se verificó que el 61,67% de los adolescentes deportistas en edades de 13 a 17 años registró un nivel promedio en este factor. Esto demostró que la mayor parte de los deportistas adolescentes disponen de los recursos psicológicos necesarios para alcanzar la autorregulación.

TABLA IV.**estadísticos descriptivos de la habilidad mental**

Indicador	Edad	Frecuencia	Porcentaje
30-34 (promedio)	13-17	37	61,67
35-45 (alto)	13, 14, 15 y 16	16	26,67
9-29 (bajo)	13, 15, 16 y 17	7	11,67
		60	100

Fuente: Realizado por los autores, 2021

En la Tabla 5, al tener como referencia que el factor cohesión de equipo oscila en una puntuación entre 6 y 30, se obtuvo que la población total, es decir, el 100% de los adolescentes deportistas en edades de 13 a 17 años obtuvo un nivel alto de esta característica psicológica. Con esto se puede inferir que, este componente es el más fortalecido en los adolescentes de la Asociación de Taekwondo de Pichincha.

TABLA V.**estadísticos descriptivos de la cohesión de equipo**

Indicador	Edad	Frecuencia	Porcentaje
17-30 (alto)	13-17	60	100,00
14-16 (promedio)	-	0	0,00
6-13 (bajo)	-	0	0,00
		60	100

Fuente: Realizado por los autores, 2021

LIMITACIONES DE LA INVESTIGACIÓN

Como limitaciones de esta investigación se resalta que los resultados que se obtuvieron no pueden ser generalizados a otros contextos, debido a la subjetividad de cada deportista. Además, este estudio se efectuó en medio de la emergencia sanitaria por la COVID-19, por lo que las medidas de bioseguridad que rigieron para evitar el crecimiento del número de contagios dificultaron el contacto físico con los adolescentes deportistas. Por esta razón, el “Cuestionario de Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo” (CPRD) fue adaptado mediante la creación de un formulario en Google Forms para que los adolescentes tengan acceso en línea y lo resuelvan desde casa.

DISCUSIÓN

los deportistas con altos niveles de motivación rinden en su mayor actuación durante los entrenamientos y competencias. En este estudio fue posible identificar que, en efecto, los adolescentes deportistas tuvieron un alto nivel de control de estrés en la etapa precompetitiva y de confinamiento, porque se encontraron altamente motivados para continuar entrenando, pese a las circunstancias por la pandemia de COVID-19.

En la variable que corresponde a habilidad mental, Casas et al. (2016) plantearon que, además de la formación física, es esencial trabajar el área mental para una mayor aptitud en los entrenamientos y competencias. Lo mismo ratifican Parada y Manrique (2016), quienes señalan que el factor psicológico es determinante en una derrota o victoria. En concordancia con los autores antes mencionados, este estudio guarda relación con las evidencias descritas, pues se demostró que la habilidad mental de los adolescentes deportistas durante la precompetencia y confinamiento es una de las características psicológicas con mejores resultados.

Finalmente, en la variable de cohesión de equipo se coincidió con Aguirre et al. (2020), quienes defienden que el Taekwondo implica también un trabajo colaborativo e interactivo que demanda de apoyo y del mejoramiento de las relaciones interpersonales. A partir de este criterio, se verificó en el

estudio propuesto que los adolescentes deportistas poseen un alto nivel de cohesión de equipo en la etapa precompetitiva y de confinamiento, lo que expresó un excelente manejo de las relaciones interpersonales entre los miembros de un equipo para un mayor apoyo en los entrenamientos.

De esta forma, se pudo demostrar que las características psicológicas cumplen un rol importante en el rendimiento deportivo, pues la mente es la que tiene el dominio del cuerpo, y no el cuerpo, el control de los pensamientos para el manejo de diversas situaciones.

CONCLUSIONES

Con relación al control de estrés, la mayoría de los adolescentes deportistas manifestaron un alto control de esta característica psicológica, seguidos de aquellos que se ubicaron en un nivel promedio. Esto implica que, los adolescentes no presentaron problemas de concentración, confianza y desarrollo de la tensión a causa del entrenamiento.

Se encontró que la mayoría de los adolescentes obtuvo un nivel promedio de la evaluación del rendimiento, lo que significó que no están expuestos a la pérdida de concentración, presencia de ansiedad y dudas sobre su rendimiento deportivo. El contenido de esta escala está vinculado con el estrés, pero a diferencia de la escala anterior, constituye un factor muy específico con respecto a la evaluación inapropiada que el deportista puede realizar sobre su propio rendimiento. En el factor motivación, la mayoría de los adolescentes deportistas demostró alta motivación por entrenar y superarse día a día, además de establecerse y conseguir metas u objetivos.

Se determinó que la mayoría de los adolescentes deportistas tuvo un nivel promedio de habilidades mentales, seguidamente de aquellos que obtuvieron un nivel alto, esto a pesar del estado de confinamiento. Así fue posible deducir que, los adolescentes deportistas tuvieron una preparación mental adecuada para el establecimiento de objetivos, análisis de su rendimiento, ensayo conductual en imaginación, así como funcionamiento y autorregulación cognitivos.

Se estableció que en la etapa precompetitiva y de confinamiento, la cohesión de equipo es la característica psicológica con mayor puntuación en el total de los deportistas adolescentes. Esto reveló que el equipo mantuvo un alto nivel de empatía y de integración para trabajar por objetivos en común, lo que además se expresó en una buena relación interpersonal con los miembros del equipo, un excelente nivel de satisfacción de trabajo con los demás integrantes, una actitud colectiva y la importancia que se le concede al “espíritu de equipo”.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Aguirre, V., Cerón, A., & Torres, L. (2020). Experiencias de bienestar psicosocial de adolescentes que practican Taekwondo en la ciudad de Santiago de Cali [Tesis, Universidad Cooperativa de Colombia].
https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/33015/1/2020_bienestar_psicosocial.PDF
- Aldás, A. (2018). Influencia de la ansiedad en el rendimiento deportivo en futbolistas. [Informe de investigación, Universidad Técnica de Ambato].
<https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/27413/1/Andrea%20Ald%C3%A1s%20Ramos.pdf>
- Arribas, S., Saies, E., Bustillo, J., & Luis, I. (2017). Aprendizaje deportivo, inteligencia emocional y scratch. Posible transferencia a la educación física escolar. *Didacticae: Revista de Investigación en Didácticas Específicas*(2), 59-70.
<https://revistes.ub.edu/index.php/didacticae/article/view/20195/22354>
- Ayala, T. (2016). Las cualidades volitivas en los alumnos de Taekwondo del Campus Central de la Universidad de San Carlos de Guatemala [Tesis, Universidad Galileo].
<http://biblioteca.galileo.edu/tesario/bitstream/123456789/519/1/Tesis%20Thelma%20Ayala%20Versi%C3%B3n%202013.pdf>
- Bassini, N. (2019). Enseñar el deporte hoy... Miradas Docentes desde la Educación Física.
<https://www.dgeip.edu.uy/documentos/2019/edfisica/Hacer-Escuela-Miradas-Docentes-3ra-edic-2019.pdf#page=27>

Cabal, H., Valle, A., Diñeiro, Á., González, O., & Rosa, S. (2018). Características Psicológicas relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD). *Revista Iberoamericana de Diagnóstico y Evaluación - e Avaliação Psicológica*, 2(47), 185-196.

<https://www.redalyc.org/jatsRepo/4596/459655209014/459655209014.pdf>

Caldas, N., & Torres, Z. (2021). Efectos psicológicos del confinamiento COVID- 19 y su influencia en el rendimiento deportivo en nadadores. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, 6(2), 137-155.
<http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v6i2.1232>

Casas, J., Cuervo, I., & Ochoa, J. (2016). Influencia de la experiencia deportiva en las características de personalidad y su adherencia en la vida cotidiana [Proyecto, Universidad Cooperativa de Colombia].
https://repository.ucc.edu.co/bitstream/20.500.12494/14702/5/2016_influencia_experiencia_deportiva.pdf

Desiderio, W., & Bortolazzo, C. (2020). Impacto de la pandemia por covid-19 en los deportistas. *Revista de la Asociación Médica Argentina*, 133(4), 50-55.
https://www.ama-med.org.ar/uploads_archivos/2025/Rev-4-2020_pag-50-55_Desiderio.pdf

Fradejas, E., & Espada, M. (2018). Evaluación de la motivación en adolescentes que practican deportes en edad escolar. *Retos*, 33, 27-33.
https://oa.upm.es/55020/1/INVE_MEM_2018_300722.pdf

Gimeno, F., Buceta, J., & Pérez, M. (2001). El cuestionario «Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo» (CPRD): Características psicométricas. *Análise Psicológica*, 19(1), 93-113.
<http://publicacoes.ispa.pt/index.php/ap/article/view/346/pdf>

Güemes, M., Ceñal, M., & Hidalgo, M. (2017). Desarrollo durante la adolescencia. Aspectos físicos, psicológicos y sociales. *Pediatría integral*, 21(4), 233-244.

- https://www.pediatriaintegral.es/wp-content/uploads/2017/06/Pediatría-Integral-XXI-4_WEB.pdf#page=8
- Herrera, J., & Zamora, N. (2014). ¿Sabemos realmente que es la motivación? *Correo Científico Médico*, 18(1), 126-128.
<http://scielo.sld.cu/pdf/ccm/v18n1/ccm17114.pdf>
- Loachamín, E. (2015). Incidencia del estrés precompetitivo en los resultados deportivos y factores protectores del equipo senior de taekwondo de la ESPE. *Ciencias Humanas*, 10(1), 322-328.
<https://journal.espe.edu.ec/ojs/index.php/cienciaytecnologia/article/view/70>
- Molina, J. (2019). Rendimiento deportivo en adolescentes en situaciones de alta presión psicológica (choking): papel de los factores psicológicos positivos y negativos [Tesis doctoral, Universidad Nacional de Educación a Distancia]. <http://e-spacio.uned.es/fez/view/tesisuned:ED-Pg-PsiSal-Jmolina>
- Molina, M., & Illescas, M. (2017). Estrés y estilos de personalidad en deportistas de alto rendimiento del cantón Cuenca-Ecuador [Trabajo de graduación, Universidad del Azuay]. <http://dspace.uazuay.edu.ec/bitstream/datos/6892/1/12850.pdf>
- Morán, A., & Toner, J. (2017). *Psicología del Deporte. Manual Moderno*.
- Naranjo, M. (2009). Motivación: perspectivas teóricas y algunas consideraciones de su importancia en el ámbito educativo. *Educación*, 33(2), 153-170.
<https://www.redalyc.org/pdf/440/44012058010.pdf>
- Parada, B., & Manrique, D. (2016). Factores psicológicos que inciden en el rendimiento deportivo de taekwondogas durante la competencia categoría Junior. *Revista Salud Historia y Sanidad*, 11(16), 87-97.
<http://agenf.org/ojs/index.php/shs/article/view/23/23>
- Ramírez, A., & Prieto, J. (2021). Análisis de las habilidades psicológicas en los deportistas promesas y talentos guipuzcoanos. *Retos*(39), 465-470.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7602495>
- Rascado, S., Boubeta, A., Folgar, M., & Fernández, D. (2014). Niveles de rendimiento y factores psicológicos en deportistas en formación. Reflexiones para entender la

- exigencia psicológica del alto rendimiento. *Revista iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte*, 9(2), 373-392.
<https://www.redalyc.org/pdf/3111/311131093013.pdf>
- Sarango, Á. (2019). Evolución en la concentración de la atención durante un macrociclo en taekwondocas senior de la Federación Deportiva de Santo Domingo de los Tsáchilas [Trabajo de titulación, Universidad de las Fuerzas Armadas].
<http://repositorio.espe.edu.ec/bitstream/21000/20374/1/T-ESPE-038749.pdf>
- Suntaxi, W. (2015). El estrés en el rendimiento deportivo de la categoría senior de combate del Club de Taekwondo de la Universidad de las Fuerzas Armadas de la ESPE (Sangolquí) [Informe final, Universidad Técnica de Ambato].
[https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/12375/1/Tesis%20379%20CAR.CU L.F.pdf](https://repositorio.uta.edu.ec/jspui/bitstream/123456789/12375/1/Tesis%20379%20CAR.CU%20L.F.pdf)
- Triulzi, M., Celsi, I., & Raimundi, J. (2019). Una experiencia de evaluación e intervención con adolescentes deportistas en el camino al alto rendimiento de Argentina. *Anuario de investigaciones*, 26, 347-354.
<https://www.redalyc.org/jatsRepo/3691/369163433038/369163433038.pdf>
- Troncoso, S., Burgos, C., & López, J. (2015). Climas motivacionales, liderazgo y cohesión grupal en contexto deportivo universitario. *Educación Física y Ciencia*, 17(1), 1-12.
<https://www.redalyc.org/pdf/4399/439942661003.pdf>
- Vaca, M., Egas, S., García, O., Feriz, L., & Rodríguez, Á. (2017). Ansiedad precompetitiva en karatecas de alto rendimiento, amateur y novatos. *Revista Cubana de Investigaciones Biomédicas*, 36(2). http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-03002017000200006
- Yépez, E., Obando, I., & Guarnizo, L. (2018). Aspectos generales sobre la personalidad y alto rendimiento deportivo. *OLIMPIA. Revista de la Facultad de Cultura Física de la Universidad de Granma*, 15(48), 249-262. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6399849>