

ESTADO IDEAL DEL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN LAS PORTERAS DE LA SELECCIÓN FEMENINA DE FÚTBOL SUB 20 DEL ECUADOR

IDEAL STATE OF SPORTS PERFORMANCE IN THE GOALKEEPERS OF THE WOMEN'S SOCCER TEAM UNDER 20 OF ECUADOR.

Gabriela Vanessa Zambrano Naranjo*

yale@itslibertad.edu.ec

Yaxel Ale de La Rosa**

Edgar Edurman García Silvera***

*Instituto Superior Tecnológico Libertad. Ecuador.

RESUMEN

El objetivo de la investigación está centrado en definir el estado ideal de rendimiento deportivo en las arqueras de la selección ecuatoriana de fútbol femenino sub 20 partiendo de la aplicación del Inventario de Rendimiento Psicológico. Metodología: Se realizó un estudio de caso con la participación de 4 arqueras integrantes de la selección de fútbol femenino del Ecuador categoría sub 20. La investigación fue de tipo no experimental a un nivel descriptivo. Se realiza una evaluación del estado ideal del rendimiento deportivo de las atletas mediante un instrumento de evaluación psicológica estableciendo criterios de valoración en 7 ítems. Resultados: En el estudio se puede observar una media aritmética al evaluar los 7 ítems en las 4 arqueras de 23,89 puntos. La arquera número 1 se destaca con el mejor resultado en la evaluación al obtener 26,71 puntos y la arquera número 2 con 21,57 puntos fue evaluada con la menor puntuación. El ítem mejor evaluado por el instrumento fue la Autoconfianza con una media de 25,71 puntos y el ítem de menor resultado fue el de Energía negativa con 20,25 puntos. Conclusiones: La investigación permitió diagnosticar el estado ideal de rendimiento deportivo en las arqueras de la selección ecuatoriana de fútbol partiendo de la aplicación del inventario de rendimiento psicológico. Este análisis permite inferir que puede existir una relación estrecha entre los años de experiencia deportiva en las jugadoras y los mejores resultados en el Inventario de Rendimiento Psicológico Deportivo.

Palabras clave: Estado ideal de rendimiento deportivo, futbol, test de “Loehr”, Rendimiento Psicológico Deportivo.

ABSTRACT

The objective of the research is focused on defining the ideal state of sports performance in the goalkeepers of the Ecuadorian U20 women's soccer team based on the application of the Psychological Performance Inventory. Methodology: A case study was carried out with the participation of 4 goalkeepers who are members of the Ecuadorian women's soccer team, category sub 20. The research was non-experimental at a descriptive level. An evaluation of the ideal state of the sports performance of the athletes is carried out by means of a psychological evaluation instrument establishing evaluation criteria in 7 items. Results: In the study, an arithmetic mean can be observed when evaluating the 7 items in the 4 goalkeepers of 23.89 points. The number 1 goalkeeper stands out with the best result in the evaluation by obtaining 26.71 points and the number 2 goalkeeper with 21.57 points was evaluated with the lowest score. The item best evaluated by the instrument was Self-confidence with an average of 25.71 points and the item with the lowest result was Negative Energy with 20.25 points. Conclusions: The research allowed diagnosing the ideal state of sports performance in the goalkeepers of the Ecuadorian soccer team based on the application of the psychological performance inventory. This analysis allows us to infer that there may be a close relationship between the years of sports experience in the players and the best results in the Sports Psychological Performance Inventory.

Keywords: Ideal state of sports performance, football, “Loehr” test, Sports Psychological Performance.

INTRODUCCIÓN

“No basta que los músculos, las articulaciones, el sentido del equilibrio y las funciones cardiovasculares sean normales o excepcionalmente elevadas. Hay algo fuera de estos elementos anatómico-fisiológicos, o por encima de ellos, que define e informa la actitud del atleta” (Millman, 1979).

Los resultados deportivos de un atleta están determinados por la conjugación de una infinidad de variables que se relacionan con el tipo de deporte a que se dedica el atleta, el impulso competitivo y su comportamiento variable en dependencia del día o momento de vida. Es necesario evaluar y conocer todos los elementos psicológicos del individuo o del grupo, para juzgar el rendimiento deportivo de forma efectiva y correcta.

La psicología del deporte es una especialidad que dirige su estudio científico a personas dentro del contexto deportivo (Weinberg y Gould, 1996), la misma se encarga de desarrollar intervenciones psicológicas específicas para que el deportista adquiera habilidades, con el propósito de generar un estado ideal de rendimiento (Ezquerro, 2008).

El objetivo general de la psicología del deporte es potencializar las

habilidades de mejora en el rendimiento deportivo y obtener resultados satisfactorios optimizando los recursos del deportista para rendir al máximo de sus posibilidades en situaciones estresantes de la competencia (Buceta, 1998). Las habilidades psicológicas se entrenan desde una orientación psicoeducativa, cada uno de los procesos son planificados y evaluados constantemente permitiendo que el deportista genere un aprendizaje práctico y desarrolle una integración en cada una de sus destrezas (Weinberg y Gould, 1996).

Para generar un programa de entrenamiento mental se deben elegir las intervenciones y técnicas más adecuadas en función del diagnóstico de las evaluaciones psicodeportivas realizadas. Todo proceso de intervención psicodeportiva inicia a partir del uso de múltiples instrumentos de evaluación. Los primeros estudios de evaluación persiguen describir perfiles en los deportistas, sin embargo, en la actualidad, se han comenzado a desarrollar evaluaciones específicas sobre factores situacionales del contexto deportivo (Vealey, 1992).

Ravizza (1977) y Loehr (1986) han sido pioneros del estudio y búsqueda del perfil psicológico ideal de rendimiento

de un deportista. Estos autores se dedicaron a indagar, varias características que los atletas muestran durante su rendimiento deportivo, para lo cual Loehr (1986, 1990) establece un instrumento de evaluación que permite identificar siete factores psicológicos asociados al rendimiento deportivo, escala denominada Psychological Performance Inventory (PPI), compuesto de 42 ítems, cinco opciones de respuesta de casi siempre a casi nunca. El inventario mide siete variables: autoconfianza, control de la atención, energía positiva, control de la actitud, energía negativa, control visual y de imagen y nivel motivacional.

Las propiedades psicométricas del Inventario de Rendimiento Psicológico han sido estudiadas desde la Teoría Clásica de los Test, la Teoría de Respuesta al Ítem, y la Teoría de la Generalizabilidad. La relación de estas teorías en la construcción de la escala garantiza una triple visión analítica novedosa y unas garantías metodológicas indudables (Hernández-Mendo, 2006), convirtiéndose en una herramienta verdaderamente útil en el ámbito profesional que permite la identificación de fortalezas y debilidades en los distintos deportistas para así

potencializar y mejorar su rendimiento deportivo.

En épocas pasadas no fue planteado en su conjunto el problema de la preparación psicológica para las competencias deportivas, sin embargo, a partir del avance de la ciencia se produjo un salto importante en el nivel de desarrollo deportivo, así como una consolidación sustantiva en los componentes de la preparación.

Los componentes de la preparación del deportista abarcan la preparación física, técnica, táctica y teórica y psicología. El control y evaluación de la preparación psicológica en el deporte, específicamente en el fútbol femenino y los factores psicológicos que influyen en el rendimiento deportivo es el principal fundamento a tratar en la presente investigación.

En la actualidad el colectivo técnico formado por entrenadores, médicos y especialistas reconocen la necesidad de la preparación psicológica para el perfeccionamiento del entrenamiento y la competencia. Actualmente se discute en relación a este tema, pero debemos considerar que no siempre los profesionales del deporte conocen cómo se planifica o consigue

desarrollar las habilidades psicológicas dentro de la preparación deportiva.

El rendimiento psicológico está en constante estudio, ya que las variables psicológicas dependen mucho del tipo de deporte, categoría, género, así como exigencias propias de la disciplina deportiva, sin embargo, es importante mencionar que cada vez la psicología deportiva va abriendo campo y demostrando su utilidad para alcanzar o mantener el alto rendimiento.

Williams y James (2001) señalan “el rendimiento y resultado deportivo de un deportista es multifactorial” Todo resultado de un deportista proviene de una combinación de capacidades físicas, técnicas, tácticas y psicológicas, así como de otras variables externas presentes en el entorno deportivo. En este sentido, se considera al deportista como una unidad armónica que necesita de atención y entrenamiento integral para obtener su máximo rendimiento (Morilla et al. 2003).

Analizando el planteamiento de estos autores podemos interpretar que la preparación psicológica es fundamental para el desarrollo deportivo de alto nivel. El psicólogo deportivo persigue un proceso ordenado y sistemático para lograr verdaderos resultados comenzando con la evaluación

diagnóstica que le permite identificar las dificultades del deportista. Unido a esto se realiza la planificación de actividades de ayuda psicológica que deberán estar organizadas a la par de la planificación deportiva.

Estas actividades posibilitan realizar una intervención y ejecución de acciones enfocadas en mejorar las deficiencias del deportista unido a una evaluación que evidencie sus avances y dificultades en este proceso.

Así lo señalan González y Garcés de los Fayos (2009, p. 91), el entrenamiento psicológico “es la práctica habitual de determinadas habilidades psicológicas como estrategias de afrontamiento en situaciones deportivas, tanto de entrenamiento como de competición”. Su objetivo central es “favorecer, eliminar o fortalecer algunas de las relaciones que se dan en la competición, con la finalidad de aumentar o mantener el propio rendimiento deportivo” (Mora, Zarco y Blanca, 2001).

Es importante mencionar que no es lo mismo trabajar con un deportista que practica y compite en disciplinas individuales, que con un deportista que participa en disciplinas colectivas. Dentro del deporte individual hay una comunicación directa sobre las

intervenciones, mientras que cuando se trabaja con equipos o grupos es difícil tener una visión clara del funcionamiento y eficacia del entrenamiento psicológico, puesto que aparecen otras variables como las relaciones intragrupalas, la cohesión, los resultados grupales, entre otros, que pueden perturbar esta visión (Olmedilla et al., 2010).

Numerosos estudios evidencian la importancia y eficacia del entrenamiento psicológico en el fútbol. Carmona et al. (2015) realizaron una intervención basada en el establecimiento de objetivos y el moldeamiento del pase durante cuatro semanas con 13 jugadores de fútbol juvenil, constatando la efectividad de ésta, observando un aumento en la percepción de competencia específica del pase lo cual puede influir directamente en la mejora de variables como la motivación, autoconfianza y control de la ansiedad.

Otro resultado importante fue la evidencia de mejoras en cuanto al rendimiento del pase en la competición. En otra parte de la investigación, Olmedilla et al., (2010) llevaron a cabo un entrenamiento psicológico con 22 jugadores jóvenes de fútbol, obteniendo mejoras en las variables control de estrés, influencia de la evaluación del

rendimiento y habilidad mental. Se debe destacar que al analizar estos resultados no se obtuvo una importante significación estadística.

METODOLOGÍA

Objetivos

El objetivo de la investigación está centrado en definir el estado ideal de rendimiento deportivo en las arqueras de la selección ecuatoriana de fútbol femenina sub 20 partiendo de la aplicación del inventario de rendimiento psicológico según Loehr (1986).

Población y Muestra

La investigación desarrolla una metodología basada en un tipo de estudio de caso al abordar el comportamiento de cuatro arqueras de alto rendimiento, integrantes de la selección nacional femenina de fútbol del Ecuador categoría sub 20 durante la convocatoria 2021 y el primer semestre del 2022 aplicando el instrumento denominado Inventario de Rendimiento Psicológico Deportivo, o también identificado como Test de “Loehr”.

Instrumento

El estudio de casos es una metodología efectiva para estudiar e investigar muestras pequeñas que poseen características muy específicas. Existen críticas muy frecuentes por algunos especialistas que ignoran las

particularidades de esta lógica de investigación. El estudio de caso no permite generalizar sus conclusiones a toda una población. Esta dificultad no permitiría generalizar los hallazgos a otros casos que no fuera el estudiado, debido al pequeño tamaño de la muestra de casos utilizada o por la falta de representatividad de los casos elegidos (Yacuzzi, 2005).

La investigación es de tipo no experimental ya que no se manipulan las variables objeto de estudio. El nivel de profundidad de la investigación es descriptivo. El autor realiza una evaluación del estado ideal del rendimiento deportivo de los atletas mediante un instrumento de evaluación psicológica lo cual permite establecer criterios de valoración de 7 ítems, autoconfianza, energía negativa, energía positiva, control visual, control de la atención, motivación, y control de actitud, desde la óptica y visión de los deportistas estudiados antes de su participación en la Copa Sudamericana “Rosario 2022” a través de la aplicación de un instrumento llamado Inventario de Rendimiento Psicológico.

En relación a los métodos de investigación empleados podemos

destacar principalmente los métodos teóricos como el hipotético deductivo, analítico sintético, análisis bibliográfico y estadístico matemático. Estos métodos nos permiten revelar las relaciones esenciales del objeto de investigación, no observables directamente en la etapa de asimilación de hechos, fenómenos y procesos.

Los métodos estadísticos matemáticos son procedimientos establecidos para manejar datos cuantitativos y cualitativos mediante técnicas de recolección, recuento, presentación, descripción y análisis facilitando establecer relaciones de causalidad en un determinado fenómeno.

Procedimiento de recogida y análisis de datos

La investigación tuvo como objeto de estudio del comportamiento de cuatro atletas porteras integrantes de la selección femenina de fútbol categoría sub 20 del Ecuador. El análisis que se comparte a continuación presenta los resultados de los indicadores evaluados como autoconfianza, energía negativa, control de la atención, control visual de imagen, nivel motivacional, energía positiva y control de la actitud.

Tabla 1
Inventario del Rendimiento Psicológico en porteras de la selección femenina de futbol del Ecuador categoría sub 20.

N°	Edad	Edad deportiva	Rasgo de la personalidad	Autoconfianza	Energía negativa	Control de la atención	Control visual de la imagen	Nivel motivacional	Energía Positiva	Control de la actitud	Media de atletas
1	19	12	Sanguínea	30	20	28	27	27	25	30	26,71
2	18	5	Flemática	24	21	21	16	23	22	24	21,57
3	17	6	Melancólica	26	19	23	28	24	24	25	24,14
4	19	6	Flemática	23	21	25	23	24	23	23	23,14
Media items				25,75	20,25	24,25	23,5	24,5	23,5	25,5	23,89

La Tabla 1 muestra los resultados obtenidos al aplicar el instrumento Inventario Psicológico en porteras de la selección femenina de futbol del Ecuador categoría sub20 y la variación en la media de los ítems analizados.

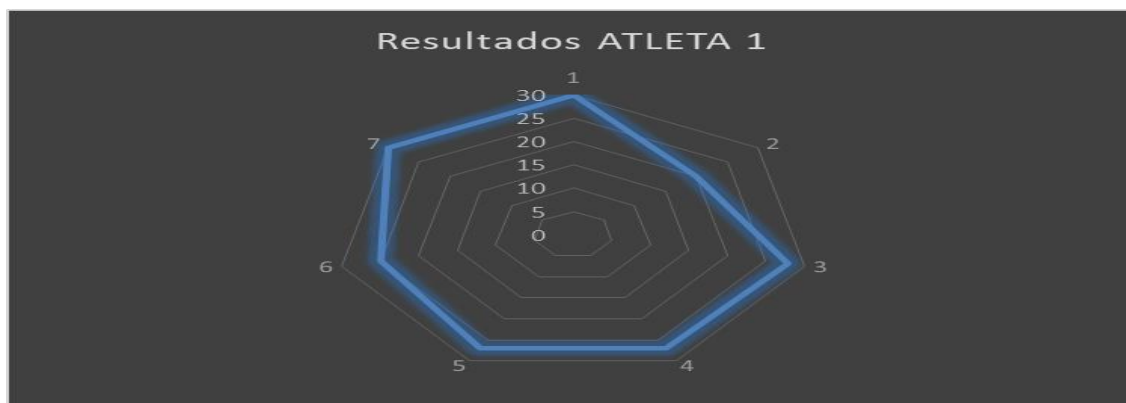
Al analizar los resultados de la media aritmética por ítems en la Tabla 1, se puede observar que las variables de mejor desempeño en las arqueras investigadas son la Autoconfianza y el Control de la actitud con valores por encima de los 25 puntos.

Por otra parte, se destaca la Energía negativa como la variable de menor resultado de evaluación al

presentar solo 20,25 puntos. La portera #1 sobresale de forma positiva presentado los mejores resultados dentro del grupo estudiado con una media entre los ítems de 26,71 y obteniendo la mejor evaluación en los ítems Autoconfianza, Control de la atención, Nivel motivacional, Energía positiva y Control de la actitud. De forma negativa la portera #2 presenta la más baja evaluación con una media general de 21,57 y la evaluación más baja en cuatro ítems Control de la atención, Control visual de la imagen, Nivel motivacional y Energía positiva

Figura 1.

Resultados del Inventario del Rendimiento Psicológico en la atleta # 1



En la figura 1 se muestra el indicador 1 representando al ítem Autoconfianza, el indicador 2 la Energía Negativa, indicador 3 Control de la atención, indicador 4 Control visual de la imagen, indicador 5 Nivel motivacional, indicador 6 Energía positiva y por último el indicador 7 Control de la actitud. La figura representa los resultados de la atleta #1 al aplicar la evaluación del

Inventario del Rendimiento Psicológico. Se observa en la figura la obtención de la nota máxima de 30 puntos en los ítems Autoconfianza y Control de la actitud. Como ítems de menor resultado y en el cual el equipo técnico debe trabajar psicológicamente con mayor empeño para las próximas competencias es el relacionado con la Energía negativa al alcanzar solo 20 puntos.

Figura 2.

Resultados del Inventario del Rendimiento Psicológico en la atleta #2



En la figura 2 se muestra, el indicador 1 representando al ítem Autoconfianza, el indicador 2 la Energía Negativa, indicador 3 Control de la atención, indicador 4 Control visual de la imagen, indicador 5 Nivel motivacional, indicador 6 Energía positiva y por último el indicador 7 Control de la actitud.

La figura representa los resultados de la atleta #2 al aplicar la evaluación del Inventario del Rendimiento Psicológico.

Al analizar la figura se puede apreciar que los mejores resultados se encuentran con 24 puntos en los ítems Autoconfianza y Control de la actitud. El ítem de menor resultado y en el cual el equipo técnico debe trabajar psicológicamente con mayor empeño para las próximas competencias es el relacionado con el Control visual de la imagen al alcanzar solo 16 puntos.

Figura 3.
Resultados del Inventario del Rendimiento Psicológico en la atleta #3



En la figura 3 se muestra el indicador 1 representando al ítem Autoconfianza, el indicador 2 la Energía Negativa, indicador 3 Control de la atención, indicador 4 Control visual de la imagen, indicador 5 Nivel motivacional, indicador 6 Energía positiva y por último el indicador 7 Control de la actitud.

La figura representa los resultados de la atleta #3 al aplicar la evaluación del

Inventario del Rendimiento Psicológico. Al analizar la figura se puede apreciar que el mejor resultado se ubica con 28 puntos en el ítem Control visual de la imagen. El ítem de menor resultado y en el cual el equipo técnico debe trabajar psicológicamente con mayor empeño para las próximas competencias es el relacionado con la Energía Negativa al alcanzar solo 19 puntos.

Figura 4.
Resultados del Inventario del Rendimiento Psicológico en la atleta #4



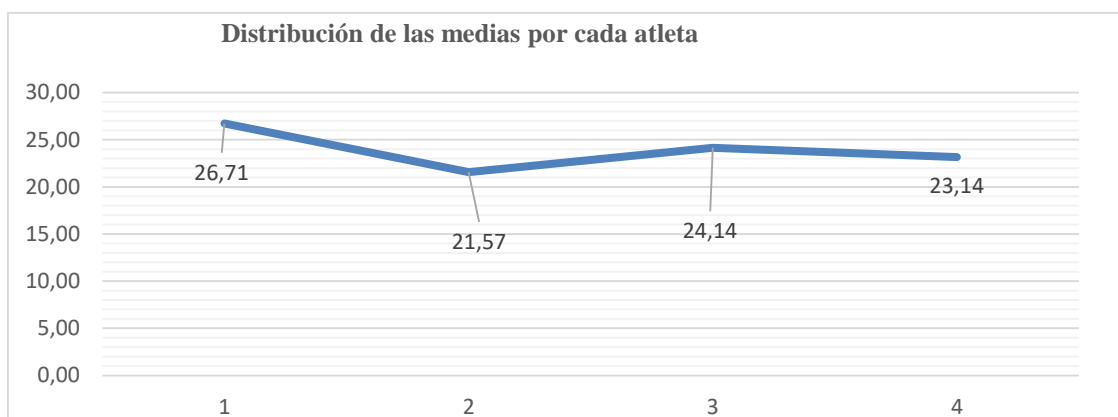
En la figura 4 se muestra, el indicador 1 representando al ítem Autoconfianza, el indicador 2 la Energía Negativa, indicador 3 Control de la atención, indicador 4 Control visual de la imagen, indicador 5 Nivel motivacional, indicador 6 Energía positiva y por último el indicador 7 Control de la actitud.

La figura 4 representa los resultados de la atleta #4 al aplicar la evaluación del Inventario del

Rendimiento Psicológico. Al analizar la figura se puede apreciar que el mejor resultado se ubica con 25 puntos en el ítem Control de la atención. El ítem de menor resultado y en el cual el equipo técnico debe trabajar psicológicamente con mayor empeño para las próximas competencias es el relacionado con ítem Energía Negativa al alcanzar solo 21 puntos de un máximo de 30 puntos.

Figura 5.

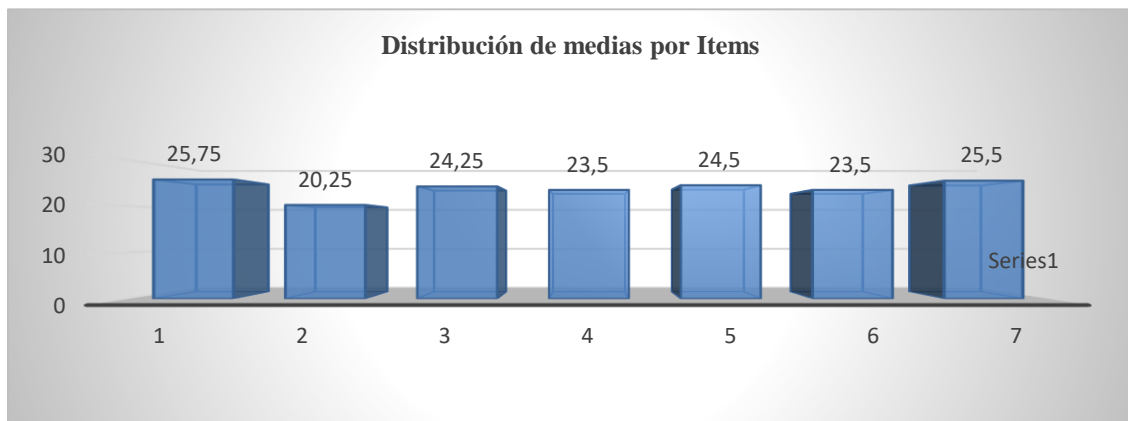
Resultados del cálculo de la media aritmética de los siete ítems evaluados por atleta



La figura 5 presenta la distribución de valores de la media aritmética por cada una de las porteras analizadas en el equipo femenino nacional de fútbol sub 20 del Ecuador. De esta forma se puede observar la distribución de los valores de la media aritmética calculada al promediar los datos de los siete ítems que forman parte del instrumento aplicado. Al analizar los resultados obtenidos se puede interpretar que existe una relativa paridad entre los datos de las cuatro arqueras.

La desviación estándar entre las cuatro medias es de 2,16 puntos lo cual no representa un valor elevado teniendo en cuenta que estos valores pueden variar de 0 a 30 puntos en cada atleta. La diferencia más significativa en esta evaluación es entre la atleta #1 de mejor resultado y la atleta #2 de menor resultado. Entre estas atletas la diferencia entre sus medias no sobrepasa los 6 puntos. La media aritmética entre las cuatro arqueras es de 23,89 puntos.

Figura 6.
Distribución de los valores por las medias aritméticas en los siete ítems evaluados en el instrumento Inventario de Rendimiento Psicológico.



En la figura 6 se muestra, el indicador 1 representando al ítem Autoconfianza, el indicador 2 la Energía Negativa, indicador 3 Control de la atención, indicador 4 Control visual de la imagen, indicador 5 Nivel motivacional, indicador 6 Energía positiva y por último el indicador 7 Control de la actitud. En este grafico se puede observar la distribución de las medias aritméticas en los siete ítems evaluados por el instrumento Inventario del Rendimiento Psicológico aplicado a las cuatro arqueras integrantes de la elección sub 20 femenina de futbol del Ecuador temporada 2021-2022.

En este grafico 6 se destacan los ítems 1 y 7 relacionados con la Autoconfianza y el Control de la actitud respectivamente con valores por encima de los 25 puntos. Estos ítems en este grupo representan la fortaleza mental del grupo de arqueras. De forma contraria se

puede interpretar que el ítem 2 relacionado con la Energía negativa con un resultado de 20,25 puntos es el de menor valor entre los ítems evaluados representando la mayor debilidad del grupo de arqueras.

RESULTADOS

Los resultados analizados permiten reflejar el rendimiento psicológico y el estado real de las atletas estudiadas para enfrentar las diferentes competencias del ciclo actual de preparación en que se encuentra la selección nacional femenina de Futbol sub20 del Ecuador. En este tipo de investigación es importante considerar el contexto y tipo de población valorada para su correcta valoración y evaluación.

En la investigación una de las variables analizadas dentro del instrumento es la autoconfianza la cual muestra un resultado positivo en las cuatro arqueras que integran el estudio.

En esta evaluación se obtuvo un promedio de 26.71 de los 30 puntos posibles. Este resultado coincide con lo descrito por Dramisino (2007), quien menciona que los deportistas suelen ser personas confiadas y con una alta autoestima especialmente dentro del deporte de alto rendimiento.

En relación a los resultados obtenidos al evaluar la autoconfianza en las jugadoras coincidimos en parte con lo expresado por Sosa (2005) quien plantea “existe una etapa donde los deportistas jóvenes son más propensos al enojo y frustración cuando las cosas no salen como se planificaron”. En equipos jóvenes si la dirección técnica se apoya en el trabajo multidisciplinario con especialistas en psicología del deporte se puede disminuir en gran medida los niveles de enojo y frustración en los atletas.

Al analizar el estudio realizado por Morales y Alcívar (2017) en un equipo de balonmanistas profesionales, la autoconfianza fue el área de mejor resultado, al ser la de mayor puntuación global. Estos autores refuerzan la idea en su estudio de que sin importar la especialidad del equipo, los atletas mantienen su percepción como triunfadores durante la competencia, creen en sí mismos, poseen fortaleza

mental y proyectan la imagen de un deportista confiado.

La Autoconfianza asume un papel determinante en el perfil psicológico de una arquera, considerando que la falta o disminución de la misma podrían afectar durante el partido en características como: sí creen en sí mismas, pérdida de confianza después de una derrota o un gol entre otras.

Otra de las variables que resaltamos es la energía negativa que consiguió la valoración general más baja en esta evaluación con 20,25 puntos. La energía negativa evalúa la ira y frustración durante el partido, presión y pensamientos negativos. Debido a esto se presenta una respuesta psicofisiológica apareciendo tensión muscular, miedo, sobrestimación de los oponentes, disgusto ante los árbitros u otras personas durante el partido. En otras disciplinas como es el caso de “Análisis de los factores psicológicos que afectan a los piragüistas en el alto rendimiento” desarrollado por Gómez, Granero e Isorna (2013), se muestra que una variable que afecta a estos deportistas profesionales es la energía negativa.

En esta investigación los deportistas no son capaces de controlar emociones negativas como el miedo,

ansiedad, rabia y frustración. Lamentablemente el control adecuado de esta variable es esencial para lograr el éxito deportivo en cualquier disciplina, pero si hablamos específicamente de arqueras esta variable se enfocará en: Entrega efectiva de pases, salida del equipo, enfrentamiento con un adversario, tiempo de llegada al balón, centros y captura de penales.

Es importante mencionar la necesidad de que los deportistas sean capaces de responder satisfactoriamente a las demandas de su entorno en momentos definitorios de la competencia lo cual permite alcanzar el éxito deportivo.

La tercera variable de estudio fue el Control de la atención la cual presenta una valoración media en la escala general y se relaciona estrechamente con la cuarta variable Control Visual y de Imagen. Estas variables tienen como función eliminar la distracción, generar un alto nivel de atención durante el partido, mantenimiento sostenido y efectivo de la atención, percepción precisa y respuestas inmediatas a los estímulos situacionales que deben ser cortos y efectivos.

Estas características antes mencionadas pueden acelerarse ante la presencia del momento crítico del

pensamiento, generando falta de concentración, abandono mental del partido o pensar en una equivocada ejecución. En este orden de ideas coincide Izquierdo et al (2006) en su estudio Habilidades psicológicas de ejecución deportiva en jugadores de fútbol de Gran Canaria, en donde se concluye que la atención, es una de las claves del rendimiento deportivo.

Con una atención inadecuada no se podrá percibir, procesar la información, ni reaccionar a tiempo a los cambios de situaciones para controlar la actividad. Es aquí donde se puede observar las diferencias entre los jugadores expertos y los noveles.

Considerando este punto solo una de las arqueras evaluadas en la investigación tiene mayor nivel de experticia con 12 años de actividad en el deporte. En base a sus resultados podemos definir que un mayor nivel de experiencia facilita un mejor nivel atencional y control visual.

Otro de los ítems estudiados en el instrumento es el nivel motivacional en las atletas. En relación a este ítem Moreno, Cervelló y González (2007) exponen que la motivación en el deporte asegura que el atleta esté dispuesto a dar lo que sea necesario para alcanzar todo su potencial, lleva al deportista a

entrenar y competir hasta sus límites. Para la posición específica de porteras en el fútbol se reconoce la importancia de un adecuado nivel motivacional para consolidar el momento deportivo que atraviesan dentro de la preparación.

Se considera que el rendimiento psicológico en las arqueras, es un factor primordial a desarrollarse, ya que, si lo hacen de manera adecuada, las tareas técnicas que exige la posición como: velocidad de reacción direccionado al tiro al arco del contrario, la salida a cortar pases o bloqueo de ángulos, serán efectivas y al relacionarlas con las demás variables del inventario de rendimiento psicológico según Loehr les permitirán obtener un alto rendimiento deportivo.

El inventario de rendimiento psicológico según Loehr (1986) es una evaluación que trabaja 7 variables, permitiéndonos analizar el rendimiento psicológico en este caso de las arqueras Sub-20 de la Selección Ecuatoriana de Fútbol, actividad que posibilita integrar aspectos específicos de la preparación psicológica en el alto rendimiento, apegados a la realidad. Estos datos permiten establecer para los entrenadores una guía para la selección de futuras integrantes enfocadas al rendimiento deportivo a mediano y largo plazo.

DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

Integrar una selección nacional en cualquier deporte es una gran responsabilidad que asumen los atletas con el equipo y el país que representan. El estudio del estado ideal del rendimiento deportivo en las porteras de la selección nacional sub 20 femenina del Ecuador a través del Inventario de Rendimiento Psicológico Deportivo, o también identificado como Test de “Loehr” permitió analizar las respuestas mentales y psicológicas de las atletas.

Al evaluar el grupo de arqueras de esta selección se pudo concluir que la atleta de mejor resultado integral al promediar los siete ítems evaluados fue la arquera número 1 con 26,71 puntos la cual posee la mayor experiencia deportiva con 12 años de práctica dentro del fútbol. De igual forma se pudo determinar que la atleta de menor evaluación integral con solo 21,57 puntos es la atleta que cuenta con menor experiencia deportiva, solo cinco años en la práctica del fútbol. Este análisis permite inferir que puede existir una relación estrecha entre los años de experiencia deportiva en las jugadoras y los resultados en el Inventario de Rendimiento Psicológico Deportivo.

Al analizar los resultados del grupo de arqueras evaluadas por cada

uno de los ítems, se observa una problemática en los valores alcanzados por el ítem Energía negativa con solo 20,25 puntos. Este ítem debe representar la mayor preocupación para el colectivo técnico de la selección sub 20 femenina ecuatoriana según el instrumento aplicado ya que es el aspecto psicológico de mayor debilidad dentro de las arqueras de la selección.

Otra conclusión a destacar dentro del estudio es la posible relación entre el rasgo de personalidad Sanguínea con la

REFERENCIAS

Buceta, J. M. (1992). Intervención psicológica con el equipo nacional olímpico de baloncesto femenino. *Revista de Psicología del Deporte*, 1(2), 0070-87. <https://www.rpd-online.com/article/view/278>

Cantón Chirivella, E. (2010). LA PSICOLOGÍA DEL DEPORTE COMO PROFESIÓN ESPECIALIZADA Papeles del Psicólogo, vol. 31, núm. 3, septiembre-diciembre, 2010, pp. 237-245 Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos Madrid, España - disponible <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77815136002>

Carmona, D., Guzmán, J. F., & Olmedilla, A. (2015). Efectos de

portera de mejor resultado dentro de la evaluación y el rasgo de personalidad Melancólica con la portera de menor resultado dentro de la evaluación. Esta observación puede inclinar el pensamiento e interpretación de los entrenadores en que las arqueras con personalidad Sanguínea pueden tener un mejor rendimiento deportivo mientras que las arqueras que presentan una personalidad Melancólica tendrán un resultado deportivo disminuido.

un programa de formulación de objetivos y moldeamiento del pase en jóvenes jugadores de fútbol *Revista de Psicología del Deporte*, vol. 24, núm. 1, 2015, pp. 81-88 Universitat de les Illes Balears Palma de Mallorca, España recuperado

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235139639010>

García-Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros. *Papeles del psicólogo*, 31(3), 259-268. Recuperado

<https://www.redalyc.org/pdf/778/77815136005.pdf>

González Hernández, J., & Garcés de los Fayos Ruiz, E. J. (2009). Plan de

entrenamiento psicológico en el deporte de la petanca: en búsqueda del rendimiento grupal óptimo *Revista de Psicología del Deporte*, vol. 18, núm. 1, 2009, pp. 87-104
Universitat de les Illes Balears
Palma de Mallorca, España
recuperado

<http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=235119250006>

Loehr, J.E. (1986). *Mental toughness training for sports: Achieving athletic excellence*. Lexington, MA: Stephen Greene Press.

López López, I. (2011). La evaluación de variables psicológicas relacionadas con el rendimiento en fútbol: habilidades psicológicas para competir y personalidad resistente - Granda 2011, Editorial de la Universidad de Granada - recuperado

<https://digibug.ugr.es/bitstream/handle/10481/20542/20688568.pdf?sequence=1>

Martínez-Moreno, A. (2017). Calidad en el deporte de élite. Análisis de fortalezas y debilidades psicológicas en jugadores de balonmano. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 19–24. Recuperado a partir de

<https://revistas.um.es/cpd/article/view/291871>

Olmedilla, A., Ortega, E., de los Fayos, E. G., Abenza, L., Blas, A., & Laguna, M. (2015). Perfil psicológico de los jugadores profesionales de balonmano y diferencias entre puestos específicos. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 47(3), 177-184.

Pacheco, M. P., & Gómez, J. (2005). Características psicológicas y rendimiento deportivo: Un estudio en jugadores bolivianos de fútbol profesional. *Ajayu Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología UC BSP*, 3(2), 42-67. Recuperado

http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=S2077-21612005000200003&script=sci_abstract&tlng=en

Raimundi, M., Reigal, R., & Hernández-Mendo, A. (2016). Adaptación argentina del Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED): validez, fiabilidad y precisión. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 211–222. Recuperado a partir de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/254571>

- Rodríguez Marquina, O. (2016), Características psicológicas en competencia de los integrantes del equipo de fútbol juvenil de la Escuela de Suboficiales de la Fuerza Aérea del Perú base Las Palmas- Surco en el año 2015, Repositorio Ciencias del Deporte - recuperado <https://hdl.handle.net/20.500.12990/1542>
- Rodríguez, M.C., Izquierdo, J.M., Ruiz Caballero J.A., & Mendoza Pérez, A. (2008) Diagnóstico de Personalidad en Deporte de Competición Fútbol. Wanceulen Editorial Deportiva, S.L.
- Salazar Escobar, S. (2014). La actitud mental en el rendimiento deportivo de los futbolistas de los equipos tecnico universitario y macara de la ciudad de Ambato repositorio de Maestría en cultura física y Entrenamiento deportivo recuperado <http://repositorio.uta.edu.ec/handle/123456789/7277>
- Yacuzzi, E. (2005). *El estudio de caso como metodología de investigación: teoría, mecanismos causales, validación* (No. 296). Serie Documentos de Trabajo. Recuperado. <https://www.econstor.eu/bitstream/10419/84390/1/496805126.pdf>