



Universidad
Nacional
de Rosario

Universidad Nacional de Rosario

Facultad de Psicología

Trabajo Integrador Final

“La permanencia de los adolescentes en el alto rendimiento
deportivo” Modalidad: Ensayo

Autora: María Agustina Müller

Legajo: M-5537/9

DNI: 39119999

Docente responsable: Santiago Lopez Papucci

2024

1

Agradecimientos

Una mención especial para todos aquellos que apoyan y acompañan al estudiante en su vida universitaria, a los que reciben los “no” a propuestas que deben esperar por noches de desvelo y exámenes, a los que secan las lágrimas y refugian en abrazos, posteriores al sentimiento estudiantil de fracaso, y a los que festejan cada logro del

otro como si fuera el propio.

Mis padres, mi hermana, son aquellos que vivenciaron conmigo este hermoso tránsito, en mi hogar, y a la distancia. A mis amigos, la familia que elegí, que cerca y lejos también fueron soporte y sostén.

Al docente Javier Del Ponte, por ayudarme a ordenar mis ideas, definir y plasmar orientaciones y encausarlas con palabras. A todos aquellos profesionales inmersos en el deporte que aportaron desde sus posturas a lo que hoy estoy defendiendo.

Por último, gracias a la Universidad Pública y a sus docentes por formarme como profesional, por no decir para mucho más.

Resumen y palabras clave	
4 Introducción	

5 Desarrollo	
7	
A modo introductorio, ¿cómo se desenvuelve la Psicología del deporte?	7
¿Qué caracteriza al alto rendimiento deportivo?	7
¿Qué sucede con los adolescentes inmersos en el alto rendimiento?	9
¿Qué condiciones resultan favorables para el sostén de estas actividades?..	
11	
Reflexiones finales	
13 Referencias bibliográficas	
.....	15

Resumen

La finalidad del presente ensayo es abordar lo que caracteriza al alto rendimiento deportivo llevado a cabo por adolescentes y las condiciones que contribuyen a su permanencia en tal campo. Los jóvenes en sus carreras deportivas transitan de forma dinámica lo lúdico, lo formativo y lo profesional, y requieren acompañamiento del entorno dadas las exigencias mentales y físicas que el alto rendimiento demanda. Considerando que la adolescencia consta de una etapa transitoria de la niñez a la adultez, el elemento lúdico no deja de estar presente. Se parte de la premisa de que este elemento funciona como eje en la permanencia deportiva. Además, el aspecto psicológico se fundamenta como constitutivo en la preparación del deportista, ya que interactúa con el aspecto físico, técnico y táctico. El entorno deportivo resulta un medio de influencias socializadas, facilita la formación de vínculos y contribuye a la imagen de sí, y por ende a la constitución de la identidad de los adolescentes. Dado que el papel de los otros en el entorno del adolescente es clave, se arriba a la conclusión de que la sociabilización dentro y fuera del ambiente formal deportivo hacen que el deportista adquiera a la actividad deportiva como un hábito placentero y saludable.

Palabras clave: Alto rendimiento deportivo – adolescencia – placer – sociabilización.

Introducción

La Psicología del deporte es un área de especialización de la Psicología que forma parte de las Ciencias del deporte. Se ocupa de procesos y fenómenos determinantes que influyen directa o indirectamente en el deportista y su entorno. Esta ha evolucionado desde un enfoque individualista centrado en el deportista a un enfoque psicosocial, por lo que hoy en día no podría entenderse al deporte prescindiendo de los aspectos sociales.

El deporte en relación al sujeto que lo realiza no se reduce al aspecto fisiológico, sino que en la práctica hay aspectos que trascienden lo físico e influyen en la salud y el bienestar. Hay una subjetividad en juego en cada deportista sosteniendo exigencias psicológicas y físicas.

Se considera al deporte como un campo social y cultural en el que la relación entre el deportista y la actividad en la que esté inmerso es dinámica, está en continuo movimiento; en su esencia, es un entramado de relaciones sociales. Así, las actividades deportivas aparecen como portadoras y transmisoras de significados en lo personal y en lo social.

Este campo, atravesado por factores sociales y lúdicos, está cargado de símbolos y significados con normas, valores y roles determinados. El sujeto que participa del mismo interpreta estos símbolos y los significa.

El proceso de socialización que sucede en este ámbito mediante actividades deportivas y extradeportivas dependerá de la orientación que se les dé a estas actividades y de las situaciones que se generen.

El alto rendimiento deportivo se distingue por el máximo desarrollo físico, mental y emocional de cada atleta. Es necesaria la dedicación para competir al máximo nivel; el tiempo y el compromiso son requisitos para ganar, por lo que llegar al alto rendimiento implica un largo proceso de entrenamiento y esfuerzo, acompañado de sacrificios físicos, emocionales y sociales.

Según el Comité Olímpico Internacional (2019), los atletas jóvenes que concurren a entrenamientos especializados, instrucciones expertas y se ven expuestos a competiciones a una edad temprana, tienen necesidades sociales, emocionales y físicas específicas. Las etapas deportivas se presentan de manera coordinada con etapas en los niveles psicológico y psicosocial.

En el presente ensayo se aborda la permanencia de adolescentes en el alto rendimiento deportivo. Resulta relevante señalar que en este nivel los adolescentes pueden encontrarse transitando de manera entrelazada lo lúdico, lo formativo y lo profesional. Por este motivo, la adolescencia es la etapa vital de interés, que será entendida como un periodo en el que se atraviesa una serie de cambios emocionales, físicos y sociales.

Desde el Comité Olímpico Internacional (2019) se afirma que:

Por su propia naturaleza, el deporte es competitivo y no necesariamente conduce a un entorno seguro y acogedor, y las presentaciones mediáticas de los deportes profesionales a menudo se concentran en los aspectos negativos tales como abusos, dopaje y el triunfo a cualquier precio. En contraste, un entrenador de natación puntero dice que “para mantener implicados a los niños bastan solo dos cosas: diversión y amigos”. (p.86)

El deporte en la adolescencia suele ser una actividad atractiva y valorada al ofrecer sentido de pertenencia; el grupo de pares en dicha etapa vital cobra gran importancia, sumado a que el influjo hacia la familia puede decrecer.

Si se piensa en los adolescentes con proyecciones en el alto rendimiento deportivo, se supondrá determinada formación personal y profesional en torno a las demandas propias del campo; este proceso basado en la disciplina generalmente resulta en cuerpos disciplinados, lo que lleva a cuestionarse dónde se ubica el placer.

5

Teniendo en cuenta las altas exigencias del deporte, con las frustraciones y situaciones displacenteras que acarrea, ¿qué condiciones se vuelven favorables para el sostén de estas actividades?

Si bien se rastrearon investigaciones que abordaron la población adolescente y el alto rendimiento deportivo, no se precisaron trabajos en los que la dimensión lúdica cobre valor primordial en términos de persistencia en el deporte. Respecto a esto, se halla el trabajo de Serra (2020) en torno al abandono deportivo adolescente en el que se arriba a la conclusión de que los primeros estímulos deportivos en la niñez son los fundamentales. Además, se encuentra la investigación de Moya Nuñez (2011) que es el placer en la ejecución deportiva el principal motivo de adherencia.

A diferencia de lo anterior, la premisa de este ensayo considera que la permanencia del adolescente en el alto rendimiento deportivo se vería favorecida por la dimensión social y lúdica proporcionada por el campo en juego, cobrando importancia

los espacios de recreación e intercambio habitados en tales ámbitos deportivos. Esto asistiría a la canalización de frustraciones, así como a la facilidad a la hora de tomar decisiones ante diversas situaciones estresantes, generando un sentimiento de satisfacción.

Por lo tanto, el objetivo del ensayo implicará argumentar el desarrollo de esta dimensión social y lúdica del deporte, en relación a la permanencia en el alto rendimiento deportivo llevado a cabo por adolescentes. Esta se analizará en relación al soporte de altas exigencias de los deportistas adolescentes en el alto rendimiento. De esta manera, se pretende promover trayectorias integrales para los deportistas en el camino hacia el alto rendimiento, y prevenir que la carrera hacia la élite se convierta en una apuesta arriesgada para la salud de los mismos.

A modo introductorio, ¿cómo se desenvuelve la Psicología del deporte? La Psicología del deporte es una disciplina relativamente joven. En 1965 se realiza en Roma el primer congreso mundial de Psicología del deporte organizado por el psiquiatra Ferruccio Antonelli. A partir de dicha fecha, varios autores coinciden en que se consolida la Psicología del deporte, ya que se crean numerosas asociaciones nacionales e internacionales y, a su vez, se produce una amplia dispersión tanto a nivel teórico como metodológico.

García Ucha (2015) afirma:

Desde una perspectiva actual se sugiere de manera general que los factores que contribuyen al desarrollo de la Psicología del Deporte se relacionan con:

1. La búsqueda de la excelencia en los deportistas.
2. El deporte como función social.
3. Interés del espectador.
4. Movimiento hacia la Salud. (p.5)

En dicha área existen distintas teorías, interpretaciones y definiciones. Siguiendo a Lorena Ortiz Arnaiz (2009), uno de los principales motivos por los que la Psicología del deporte aún lucha, al menos en Argentina, en su reconocimiento y uso, se debe a la no comprensión de su utilidad, y al pensar que es una extensión más de la psicología clínica. Cabe resaltar que las intervenciones con un foco hacia la salud mental en los deportistas se divulgan escasamente; se informa y se habla poco en los medios, o solo cuando acontece algún evento de gran trascendencia.

El psicólogo del deporte es un profesional de la psicología especializado en el campo específico del deporte. Su papel en tal ámbito es activo; no solo interactúa con los deportistas, sino también con los diversos actores del campo como cuerpos técnicos, dirigentes o coordinadores. Sus funciones emergen de esta articulación, así como también del encuentro con el otro en un contexto institucional. Puede asumir funciones orientadas a la enseñanza, investigación, asistencia y asesoramiento.

Es muy amplia la tarea del psicólogo en el ámbito deportivo, por lo que suceden dificultades al intentar limitar su función en el campo, debido a que pueden abarcarse aspectos deportivos, sociales y educativos de los participantes, y más aún en el deporte juvenil. El estar inmerso en el deporte abocado a este rango etario implica un desafío que consta de abordar la triada deportista-entrenador-padres; los últimos dos resultan sostenes primarios en el desarrollo deportivo de los jóvenes deportistas.

Además, cabe mencionar que, en este ámbito, en la mayoría de los casos el psicólogo no cuenta con un espacio físico específico y exclusivo que le permita abordar determinadas situaciones subjetivas. El consultorio se amplía al campo de juego, y la gran mayoría de variables toman otra forma de la clínica convencional.

Como se mencionó con anterioridad, en el ámbito de los deportes de alto rendimiento, en las fases formativas, los deportistas atraviesan etapas que progresivamente transitan lo lúdico, lo formativo y lo profesional, y al estar presentes a lo largo de toda su carrera, requieren el debido acompañamiento de su entorno.

Es claro que los deportistas presentan altos niveles de exigencia propios del profesionalismo esperado en niveles de elite, por lo que se torna fundamental el trabajo interdisciplinario entre los distintos actores para el desarrollo integral del deportista. La experiencia de los profesionales se convierte en condición de posibilidad de la experiencia de los sujetos con los que se trabaja.

¿Qué caracteriza al alto rendimiento deportivo?

Se puede definir al rendimiento deportivo como la integración de capacidades técnicas, tácticas, físicas y psicológicas. El alto rendimiento se caracteriza por la

optimización de los recursos físicos, técnicos y tácticos del deportista, como también mentales y emocionales, para llevar a cabo habilidades a través de entrenamientos rigurosos, convirtiendo a sus participantes en deportistas de élite.

La competencia en el deporte es aquella prueba que combina factores como la técnica, la condición física, el conocimiento, la motivación y la estrategia. Para el deportista competir supone una exigencia, ya que debe rendir al máximo nivel. Le

implica demandas que se le imponen, conductas regladas y normatizadas a las que deben responder mediante las vías más eficientes, y para atravesarlas requerirán tiempo, dedicación, y recursos psicológicos que les permitan rendir de forma óptima. Esto conlleva esfuerzos y sacrificios que no solo involucrarán a los entrenamientos, sino que también influirán en la vida social y emocional de cada participante.

Un buen proceso de estos esfuerzos debe contribuir a un aumento de la eficiencia para lograr los objetivos de la actividad. Puede haber tareas deportivas y condiciones de ejecución idénticas y sin embargo las exigencias para cada deportista resultarán diferentes, ya que el rendimiento de cada uno es singular.

En este sentido, el fracaso puede considerarse como aquellas desilusiones o frustraciones que vivencia el sujeto deportista a partir de resultados no esperados, u objetivos no alcanzados. Para los deportistas que se perciben a sí mismos a través de su papel como tales, este fracasar en el deporte puede equipararse a fracasar como personas, además de como atletas.

Como ya se ha mencionado en base a lo afirmado por el Comité Olímpico Argentino (2019), el deporte, según su naturaleza, implica la competencia, pero esta no siempre se conduce con placer. Desde las últimas décadas, en el deporte de alto rendimiento se identifica un crecimiento acelerado de los resultados en las competencias, lo que implica un incremento notable de la intensidad de la vida deportiva y el establecimiento de exigencias psíquicas y físicas.

Todo deportista de élite llega al más alto nivel después de una sucesión de etapas en la carrera deportiva. Se acostumbra a comenzar con una etapa de iniciación a temprana edad, en la que se aprende de forma específica la práctica del deporte, seguida por una etapa de desarrollo que conducirá luego al perfeccionamiento. Si en el transcurso de este proceso se pierde el placer que inicialmente pudo haber captado al sujeto en el deporte, se corre el riesgo de abandonar la práctica por completo. Muchos pueden poseer condiciones óptimas y, sin embargo, son escasos los deportistas que llegan a adquirir el más alto nivel, ya que exige condiciones motrices, fisiológicas y psicológicas que han de ser adquiridas o mejoradas en el proceso de entrenamiento desde la fase de iniciación deportiva.

No hay problema alguno en definir el deporte como trabajo en lugar de como un juego, pero cuando se trata de lo primero, las cualidades intrínsecas del deporte puede que se desplacen a un subnivel o que desaparezcan del todo. Una consecuencia de esto es la potencial pérdida del disfrute que puede representar la actividad misma. (Jackson & Csikszentmihalyi, 2002, p. 197)

La actividad física tiene un papel que desempeñar o al menos impulsar: mejores resultados de salud. Considerando al deporte como una actividad gratificante, se puede referenciar como cualidad intrínseca, por ejemplo, el alcanzar el bienestar físico, experimentar el disfrute a través del movimiento corporal y el compartir con el otro, más allá de las recompensas que puedan llegar a generarse. Como lo afirma la Organización de las Naciones Unidas (2018), para la sociedad el deporte puede lograr importantes beneficios en los planos sociales y de la salud.

Lo que sucede en ciertos casos es la enfatización en los resultados y las competencias, más allá del nivel deportivo, quedando en segundo plano otros atributos del campo deportivo. Este énfasis puede verse transmitido a los jóvenes a través de sus

genere sentimientos displacenteros o de angustia.

La efectividad del deporte hacia la mejora de la calidad de vida, dependerá de diferentes factores, de los proyectos que son implementados, y fundamentalmente, de quienes estén a cargo de llevarlos a cabo. En este sentido, la importancia no radica en cual sea el deporte o actividad física, sino en la forma en que esas actividades se estructuran. No todos los métodos de organizar el deporte tienen el mismo efecto, ni generarán el mismo capital social.

Por ende, las actividades deportivas, incluyendo la competitividad inherente al campo, dependerán del enfoque que se les dé y transmita desde el cuerpo técnico e institución en las que se encuadran. La gran parte de los deportistas en el alto rendimiento se ven forzados a participar en sesiones de entrenamiento muy intensas y a la vez algo monótonas. Se concuerda con Ucha (1996) al afirmar que: “una exigencia fundamental de la actividad deportiva es la elevada actividad muscular. Si los requerimientos planteados en el entrenamiento son adecuados a la capacidad psicofisiológica del atleta, entonces los ejercicios y acciones originan sentimientos de alegría y optimismo” (p.2).

Cuando a una actividad se le continúa con un sentimiento placentero, es más probable que se repita. Como explica Díaz Eyzaguirre (2001), sucede que en algunos casos los entrenadores hacen que los deportes sean una especie de trabajo forzado o pura monotonía. Cuando es esta la percepción, los deportistas se aburren, se cansan, se agotan.

Aun así, en el alto rendimiento deportivo lo desafiante resulta común; y sucede que, cuando se dominan aquellas capacidades que apuestan a ser superadas, se genera placer. Un triunfo deportivo seguido de una cuota de placer le otorga sentido a los sacrificios del entrenamiento.

Considerar esto resultaría fundamental a la hora de planificar los entrenamientos, los cuales deberían estar motivadas en su diseño y en cómo se los transmite, para que los deportistas tengan la experiencia de que construyen recursos y ganan en posibilidades de resolución de situaciones.

Tomar conciencia del valor del tiempo libre también resultaría interesante, ya que la mayoría de los equipos que compiten entrenan todos los días. Además, permitir que los deportistas participen en la medida de lo posible en las tomas de decisiones, ofreciéndoles un ambiente que facilite la sensación de control e intervención, sería un gran recurso para la implicación de cada uno de ellos en el campo.

¿Qué sucede con los adolescentes inmersos en el alto rendimiento? La

adolescencia es un periodo del desarrollo protagonizado por una serie de cambios comprendido entre la infancia y la edad adulta. Estos no solo se dan a nivel físico, sino también a nivel emocional y social. Es un momento transitorio desde la niñez a la adultez, en el que las estructuras psicológicas que se conformaron en la infancia van asentándose.

“Los/as adolescentes, entre el extrañamiento y la desorientación, la reapropiación del cuerpo, la resignificación de los espacios cercanos y la apropiación de lo social, precisan confrontación y ruptura para construir su identidad” (Kantor, 2005, p.5). En este proceso se dan cambios sociales significativos, como se mencionó con anterioridad, y las relaciones comienzan a abrirse del entorno familiar, orientándose a los pares y a los vínculos de amistad.

Si se considera el papel del deporte en el desarrollo del sujeto se ve que atraviesa lo físico, a la vez que trasciende la salud y el bienestar del mismo. Como campo real, aumenta la capacidad del yo para dominar lo circundante, y esto es experimentado por el adolescente como un aumento de su seguridad y de su estima propia, al tiempo que afirma su sentido de la identidad.

Ana Quiroga (2007), al referirse al trabajo, plantea que es transformante, que el sujeto “pone la vida” como capacidad psicofísica en ese hacer, y que la síntesis de esa

acción planificada y consciente devuelve una imagen de sí mismo. Esto puede pensarse de manera análoga al deporte, considerando que la actividad en la que está inmerso el adolescente lo implica psicológica y físicamente, y así tendrá como resultado la contribución a la imagen de sí. Allí radica la importancia en la constitución y reforzamiento de la identidad.

La permanencia de los adolescentes en el deporte está relacionada con el sentido que le atribuyen a la actividad, con las inversiones afectivas y simbólicas que están implicadas en la misma. A concordar con Kantor (2005), no es el mero estar ahí lo que opera como condición de posibilidad, sino las formas y los significados que adquiere esa presencia. Para gran parte de los adolescentes las actividades deportivas resultan atractivas, ya que al participar de ellas pueden desplegar su identidad, a pesar de la confusión que supone esta etapa de la vida. En este sentido, lo grupal cobra importancia en tanto escenario e instrumento de la constitución del sujeto. A medida que sus intereses en el deporte aumentan, también puede crecer la involucración en el desempeño y la competencia.

El entorno deportivo se convierte en un medio de influencias socializadoras que juegan un papel importante en la formación de rasgos singulares. Ofrece referencias identificatorias a través de los pares, u otros deportistas colocados como ideales, y sumado a la oportunidad de fomentar aspectos que para los adolescentes son importantes como la pertenencia a un grupo, demostrar capacidad y conseguir logros, contribuye al trabajo psíquico y social que implica la constitución de la subjetividad.

La presencia de un entrenador que fomente valores como el esfuerzo, la perseverancia y la humildad y que preserve el sentimiento de competencia de sus deportistas, al margen de los resultados en un momento dado, resulta fundamental para una trayectoria deportiva satisfactoria. (Chamorro, Ramos y Torregosa, 2016, "Aplicaciones prácticas", párr. 4)

Si se ubica esto en el alto rendimiento, al verse expuestos a las competencias entra en juego la necesidad de ser competente en el entorno que los rodea, la confrontación con otros, y también la mirada ajena. Como mencionan Jackson & Csikszentmihalyi (2002), la competencia "es una oportunidad de probarte ante los otros así como ante ti mismo. Debido a que los riesgos son más altos en la competición que en el entrenamiento, los deportistas a menudo prefieren los momentos de competición" (pp. 204-205).

El entrenamiento significa un esfuerzo sostenido, día a día durante horas, sometiendo al sujeto a cargas físicas y psíquicas para posibilitar máximos esfuerzos. La preparación de todo deportista que aspire al alto rendimiento implica en el mismo nivel el entrenamiento físico, el entrenamiento psicológico y el técnico táctico estratégico.

Cabe destacar que el aspecto psicológico también es parte constitutiva de la preparación global del deportista, como un componente más que interactúa con el aspecto físico, técnico y táctico. Se coincide con Lima (2014) al afirmar que el rendimiento deportivo es el resultado de la integración de capacidades físicas (fuerza, potencia, flexibilidad, equilibrio, coordinación, etc.), técnicas (dominio de movimientos del deporte), tácticas (estrategias de la especialidad) y habilidades psicológicas (atención, activación, confianza, entre otras) de los deportistas.

Sucede que el joven deportista se enfrenta a armonizar su etapa adolescente con una disciplina cotidiana que incluye exhaustivos entrenamientos, que además deberían acompañarse de un estilo de vida saludable que los incumbirá a convivir tanto con el éxito como con el fracaso, a tomar decisiones ante exigencias, elegir hábitos,

actividades, gestionar el tiempo. En gran parte, este modo de vida se sigue de un distanciamiento respecto a sus pares que no comparten estos hábitos propios del ámbito deportivo, ya que el deportista resigna determinadas actividades sociales en pos de priorizar su carrera deportiva, ya sea por entrenamientos o competencias.

¿Qué condiciones resultan favorables para el sostén de estas actividades?

Sucede en repetidos casos que las exigencias propias del alto rendimiento deportivo acaban oprimiendo elementos lúdicos del deporte, dejando la puerta abierta al abandono. “Los jóvenes deportistas abandonan el deporte en cantidades crecientes. Muchos jóvenes lo abandonan cuando deja de ser divertido. El agotamiento es otro factor de los programas de ejercicio, y esta causa provoca un número de abandonos aún más alto” (Jackson & Csikszentmihalyi, 2002, p. 222). Como ya se mencionó, el deporte de alto rendimiento se orienta a la optimización de recursos para ser aplicados de forma competitiva, lo que presupone mediante la disciplina el cumplimiento de normas y reglas que pretenden establecer y garantizar equilibrio en torno a los resultados.

El adolescente está activamente inmerso en el campo en la medida en que mantiene un interjuego dialéctico con el medio y no una relación rígida, pasiva, estereotipada. Considerando que la adolescencia consta de una etapa transitoria de la niñez a la adultez, el elemento lúdico no deja de estar presente. El juego en el adolescente conserva muchos aspectos de la infancia, este proceso evolutivo no significa que el psiquismo infantil se transforma abruptamente.

Los sujetos en esta etapa vital, mediante el juego, son capaces de traducir deseos e impulsos, de mostrar determinadas posturas ante lo real, mientras que comienzan a conquistar su libertad sirviéndose de lo que les resulta utilitario y al mismo tiempo intentando huir del aburrimiento en pos del placer. Es un valioso medio para poder explorar, aprender, y reconocer la imagen corporal, y a través de él uno se transforma para apropiarse del mundo externo. En el campo deportivo, puede pensarse el movimiento corporal propio de la actividad física como liberación y expresión, a la vez que prepara, ejercita y entrena al adolescente.

El marco social del juego es la festividad. El esparcimiento y el juego físicos giran en torno al disfrute de la propia corporalidad (...) En el juego no solo se produce un resultado objetivo o la afirmación del ego, sino también el encuentro con el otro. (Montero y Corriente, 2014, p. 13)

Que se posibilite el placer a través de lo lúdico da lugar al trabajo e intervención con el deportista en el contexto en el que se encuentra. “Se ha demostrado también que la creatividad aumenta cuando se les da a los deportistas cierto control sobre su aprendizaje y se les anima a tomar riesgos dentro de un entorno que proporciona un equilibrio entre estructura y libertad” (GrupoEkipo, 2022, “La tarea”, párr. 18). Durante los entrenamientos y el proceso de aprendizaje deportivo el adolescente se va apropiando de los diversos escenarios que suscitan con el juego, a través de la variabilidad de las prácticas puede incorporar recursos en el espacio en el que se desenvuelve, lo que lo preparará para la competencia.

Si se apunta a los adolescentes como sujetos activos capaces de formular propuestas, de usar colectivamente los espacios, permitiéndoles apropiarse de ellos, transformándolos, ampliándolos, se podrá contribuir a su permanencia en el deporte considerado como actividad corporal competitiva.

El desarrollo de la competencia también puede aparecer como fuente de motivación para los deportistas, posibilitando un espacio de experiencias gratificantes.

Pero cuando el deseo se coloca únicamente hacia el ganar y el proceso que conlleva tal fin es de relevancia secundaria, se transforma el valor de la competición, pudiendo llevar a frustraciones y por ende al agotamiento. Dado que es en el proceso mismo donde se origina el disfrute, devaluarlo considerando la absoluta orientación hacia el resultado puede alejar a los sujetos de la satisfacción propia que genera la actividad. Desde este punto de vista, las derrotas pueden considerarse desafíos para seguir creciendo deportivamente, completamente necesarias para conservar el dinamismo y evitar el aburrimiento dentro del campo. Diferente sería si los errores se consideraran

fracasos que enfrenten al deportista a frustraciones, lo que podría desencadenar el abandono de la actividad.

Al decir de Torregosa (2011), el compromiso deportivo viene determinado por el grado de diversión, por las oportunidades que se obtienen de la participación deportiva, y también por las inversiones personales, las coacciones sociales, y el apoyo social. El deporte facilita la formación de vínculos lo que aumenta la inclusión y ayuda a crear comunidades en torno a objetivos comunes. Desempeña un papel clave como puente entre personas de distintas edades, clases, condiciones y grupos étnicos.

A partir de lo anterior se puede afirmar que la posibilidad de generar lazos opera en la participación deportiva y en el proceso de entrenamiento, ya que el papel de los otros en el entorno del adolescente es un elemento básico para que su identidad se produzca y se mantenga. Los participantes en las prácticas comparten gran parte de su tiempo, la proximidad se vuelve rutinaria, lo que provoca que las interacciones personales sean repetidas e ineludibles.

El sujeto se despliega en un contexto que es horizonte de su experiencia, y en ese contexto su accionar adquiere significación y coherencia. Esto permite situar que el acompañamiento de los agentes sociales resulta notorio para el apoyo de la autonomía de los adolescentes, para evitar la presión y, con esto, favorecer el compromiso y el disfrute del deporte.

Afirmando que el contexto social tiene una importancia central para la calidad de las experiencias a través del rol que desempeñan quienes lo conforman, como pueden ser los entrenadores, compañeros, la familia, se ratifica que lo contextual actúa como fortalecedor de la estructura socioafectiva, la cual se entiende que soporta e impregna la coordinación de todas las estructuras del sujeto.

El recorrido hasta aquí abordado permite asentar que la institución deportiva funciona como agente socializador, que impone y transmite normas sociales y culturales. En ella el adolescente está en constante relación con otros pares en su misma situación, considerando lo característico del adolescente que se inquieta por la búsqueda de nuevos vínculos. Esta vivencia permite que emerja cierta ilusión de unanimidad entre quienes forman parte de la institución deportiva; a través del sentimiento de pertenencia y de identificación con un proyecto, y al generar objetivos comunes cada miembro siente que forma parte de algo importante y propio. Además, de este modo, al orientarse el grupo hacia una finalidad se generan trayectorias.

Así es como se asevera que la pertenencia a un equipo o institución mediante el deporte posibilita el establecimiento de la identidad del grupo y la propia identidad como integrante del grupo, y esto a su vez puede incrementarse a través de las competencias, características del alto rendimiento, mediante la confrontación con otros equipos o instituciones.

Reflexiones finales

A lo largo de este escrito se indagaron los motivos de permanencia de adolescentes en el alto rendimiento deportivo, estando este último cargado de exigencias y demandas. Se convocó a lo lúdico como factor principal, incluyendo así el aporte social. Considerando la subjetividad de cada joven y la diversidad de experiencias, lejos de homologar realidades se puede concluir que el juego en los espacios deportivos, como aspecto lúdico y sociabilizador, contribuye a que los adolescentes permanezcan en la actividad, ya que a pesar de las reglas que conlleva, es creador de un espacio permisivo que permite romper con la rigidez propia del alto rendimiento.

Lo que es realmente importante es que el juego deportivo conserve su carácter placentero orientado al disfrute, permitiendo a los adolescentes liberarse de las presiones u obligaciones inherentes al campo. Lo lúdico así planteado permite que el deseo se medie a través del movimiento, de la acción, apareciendo la satisfacción que obtienen los adolescentes con su participación deportiva

Abordar lo lúdico trae en consideración el aspecto social del deporte que es fundamental a la hora de permanecer en el alto rendimiento. Se arriba a esta conclusión ya que en él hay reconocimiento de sí y del otro como compañero o rival, por ende son necesarios los ajustes del yo y la anticipación de los otros. El otro, al aparecer también como ideal o fuente de identificación, le permite al adolescente fortalecer su imagen de sí.

El papel del deportista y su identificación con un deporte suceden a edad temprana. El adolescente encuentra la posibilidad de construir una identidad en torno al deporte; a través de su presencia adquiere un significado en el campo. Mediante la participación y el formar parte de un equipo e institución el adolescente adquiere sentido y forja su identidad. Todo esto también capacita para trabajar en colaboración mutua, el crecimiento constante, el aumento del rendimiento deportivo, y por sobre todo, el disfrute. De esta manera, el deporte se vuelve un escenario de constitución que brinda al adolescente soporte y contención, lo que deriva en que adhiera a tales espacios.

Desde este punto de vista, se considera al deporte como una apuesta a la salud en la medida en que la identidad no la sostiene solamente el sujeto, sino que también es sostenida a través de la mirada de un otro con el que se relaciona.

Otro punto en consideración respecto a la permanencia deportiva es la

competición. Se aborda la conclusión de que esta resulta fuente de motivación siempre y cuando los proyectos deportivos estén orientados al proceso en sí más que de forma exclusiva en los resultados a obtener. Este proceso es capaz de generar sentimientos de satisfacción mediante la ganancia de placer que se halla a través de la liberación por el movimiento corporal, del encuentro con el otro, y del aprendizaje de nuevas habilidades y concreción de objetivos.

Recapitulando, la transición de la infancia a la adolescencia y de una etapa inicial a otra de perfeccionamiento en el deporte son etapas que pueden requerir acompañamiento para evitar que se desemboque en situaciones de crisis. Teniendo en consideración que el acceso a la elite es un proceso dificultoso al que no llega la mayoría

de deportistas que se lo proponen, se reafirma el valor que cobra la intervención psicológica en este ámbito, ya que también resulta facilitadora para la permanencia de los deportistas en el alto rendimiento. La importancia de esto radica en la promoción de la salud de forma interdisciplinaria dentro de las carreras de alto rendimiento, como también para aquellos que quedan por fuera del profesionalismo, pudiendo generar expectativas por fuera del deporte de alta competición.

En este sentido, se concluye que el profesional de la salud mental puede colaborar para mantener y fomentar modalidades lúdicas dentro de los entrenamientos en el campo deportivo orientadas a la ganancia de placer de sus participantes, y por ende a su permanencia. Transformar la competencia en juego hace del deporte una experiencia placentera.

Ideal sería que la actividad deportiva constituya un contexto de aprendizaje significativo a través del cual se intente generalizar el desarrollo de recursos al resto de ámbitos personales, escolares y/o profesionales. Además, cabe destacar la importancia de contar con el apoyo de un adulto que oriente en las diferentes facetas deportivas, personales y académicas, lo que recae en las figuras de entrenadores y padres. Esta formación integral destacaría el rol social de los clubes incorporando a todos los actores que lo componen.

Esto resulta un desafío que concierne a todos los involucrados en la experiencia, que apela e interpela a los adultos porque los reconoce necesarios para consolidar escenarios, miradas, prácticas que propician reconocimiento, inscripción, emancipación, confianza, que implica a adolescentes en procesos que los requieren y los habilitan no solamente como destinatarios sino como protagonistas responsables y activos.

Referencias bibliográficas

- Cesana, E., López Papucci, S., Matelica, J.P., Gallara, A., Muraca, A., Palmieri, S., Juárez, R. (2022) *Entornos de aprendizaje que favorecen la capacidad creativa en el fútbol*. Centro de estudios del fútbol GrupoEkipo de la Universidad del Gran Rosario. Recuperado de [https://grupoekipo.com/aulavirtual/2022/11/18/entornos-de-aprendizaje-que favorecen-la-capacidad-creativa-en-el-futbol/](https://grupoekipo.com/aulavirtual/2022/11/18/entornos-de-aprendizaje-que-favorecen-la-capacidad-creativa-en-el-futbol/)
- Chamorro, J., Ramis, Y., Torregrosa, M. (2016). Transición de júnior a sénior y promoción de carreras duales en el deporte: una revisión interpretativa. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 1(1), 1-11. Recuperado

- de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=613868610006>
- Comité Olímpico Internacional (2019) *Manual de Administración Deportiva*. [archivo PDF]
https://library.olympics.com/Default/doc/SYRACUSE/210292/manual-de-administracion-deportiva-solidaridad-olimpica?_lg=fr-FR
- Corriente, F., Montero J. (2014) *citius, altius, fortius. El libro negro del deporte*. Rosario. Lazo negro ediciones.
- Díaz Eyzaguirre, C. (2001) *Manual de Psicología aplicada al deporte*. Santiago. Instituto Nacional de Santiago
- Escartí, A. y Cervelló, E. (1994) *Entrenamiento psicológico en el deporte: principios y aplicaciones*. Valencia. Albatros.
- García Ucha, Francisco (2015) Nota acerca de la historia de la psicología del deporte (en el mundo y en cuba). *Psicodeportes*. Vol. 21 anual
- García Ucha, F (1996) *El papel de las emociones en el deporte*. Buenos Aires. UBA
- Jackson, S. A., Csikszentmihalyi, M. (2002) *Fluir en el deporte*. Barcelona. Editorial Paidotribo
- Kantor, D. (2005) *Adolescentes, jóvenes y adultos. Propuestas participativas en recreación*. Buenos Aires. Centro de Estudios de Estado y Sociedad Moya Nuñez, G.
- (2011) *Proyección de la importancia subjetiva del deporte de rendimiento en la adultez desde la percepción de adolescentes deportistas: un estudio de 12 casos*. Costa Rica. Campus Presbítero Benjamín Núñez Ortiz Arnaiz, L. (2009). Diferencias hay entre psicología clínica y psicología del deporte. *LaGrada*. Recuperado de <https://sextoanillo.com/index.php/2019/02/03/diferencias-hay-entre-psicologia-clinica-y-psicologia-del-deporte/>
- Organización de las Naciones Unidas (2018) Carta Internacional de la Educación física, la actividad física y el deporte. *Unesco*. Recuperado de https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000235409_spa
- Quiroga, A., Racedo, J. (2007) *Crítica de la vida cotidiana*. Buenos Aires. Ediciones cinco Serrá, L. D. (2020). *El abandono deportivo en la adolescencia y los factores que lo provocan*. Buenos Aires. UAI Berazategui
- Torregrosa, M., Viladrich, C., Ramis, Y., Azócar, F., Latinjak, A., Cruz, J. (2011) *Efectos en la percepción del clima motivacional generado por los entrenadores y compañeros sobre la diversión y el compromiso. Diferencias en función de género*. Barcelona. Revista de Psicología del deporte.