

56

Fecha de presentación: octubre, 2023

Fecha de aceptación: febrero, 2024

Fecha de publicación: marzo, 2024

FASE INICIAL

DE LA INTERVENCIÓN PSICOLÓGICA CLÍNICO-DEPORTIVA EN ATLETAS DE ALTO RENDIMIENTO DE ECUADOR

INITIAL PHASE OF CLINICAL-SPORTS PSYCHOLOGICAL INTERVENTION IN HIGH-PERFORMANCE ATHLETES FROM ECUADOR

Víctor Amable Mallqui-Quisintuña ¹

E-mail: victor.mallqui@educacion.gob.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4202-1462>

Ivan Arturo Jordan-Acosta ¹

E-mail: ivan.jordan@educacion.gob.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0001-9376-2084>

Pablo Santiago Santamaría-Morales ²

E-mail: pablo.santamaria@educacion.gob.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-4950-1927>

Myriam Guadalupe Sisa-Aguagallo ³

E-mail: myriamg.sisa@educacion.gob.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0005-6426-4990>

Clelia Elizabeth Sisa-Agagallo ⁴

E-mail: clelia.sisa@educacion.gob.ec

ORCID: <https://orcid.org/0009-0008-1379-8847>

¹ Ministerio de Educación: Ambato, Tungurahua. Ecuador.

² Unidad Educativa Ambato de Ángeles: Ambato, Tugurahua. Ecuador.

³ Ministerio de Educación: Tisaleo, Tungurahua. Ecuador.

⁴ Distrito Ambato D2. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Mallqui-Quisintuña, V. A., Jordan-Acosta, I. A., Santamaría-Morales, P. S., Sisa-Aguagallo, M. G. & Sisa-Agagallo, C., E. (2024). Fase inicial de la intervención psicológica clínico-deportiva en atletas de alto rendimiento de Ecuador. *Universidad y Sociedad*, 16(2), 511-516.

RESUMEN

El presente trabajo trata sobre la importancia del abordaje psicológico clínico y deportivo en un grupo de atletas olímpicos de las disciplinas de tiro con pistola, golf, karate y halterofilia. La población de investigación consistió en un grupo total de 9 deportistas pertenecientes a estas cuatro especialidades, la intervención planificada fue similar para todos los deportes, se llevaron a cabo 10 sesiones durante la primera etapa de exploración psicológica. Las reuniones se destinaron al establecimiento del rapport o "sintonía psicológica", las 10 sesiones posteriores se dividieron en 5 de exploración de las áreas personal y familiar, se añaden y 5 de inducción al entrenamiento mental. Como resultados se obtuvieron datos clínicos, familiares, + y afectivos y del entorno social del deportista, siendo la parte estructural urgente cualquier proceso de programación psicológico deportivo posterior, demostrando la importancia de la contemplación de los factores humanos del atleta.

Palabras clave: deporte, competición, psicología.

ABSTRACT

The present work deals with the importance of the clinical and sports psychological approach in a group of Olympic athletes in the disciplines of pistol shooting, golf, karate and weightlifting. The research population consisted of a total group of 9 athletes belonging to these four specialties. The planned intervention was similar for all sports. 1st sessions were carried out during the first stage of psychological exploration. The meetings were intended to establish rapport or "psychological attunement", the 10 subsequent sessions were divided into 5 for exploration of the personal and family areas, and 5 for induction into mental training. As results, clinical, family, and emotional data and the athlete's social environment were obtained, with the structural part being urgent for any subsequent sports psychological programming process, demonstrating the importance of contemplating the athlete's human factors.

Keywords: sport, competition, psychology.

INTRODUCCIÓN

Gujer (2022) destaca la importancia de la preparación psicológica en deportistas, más aún cuando se tratan de atletas de competición, existen funciones mentales superiores como la atención, concentración, memoria, que pueden ser condicionadas y entrenadas mediante estrategias de auto diálogo, visualización, trazo de metas y otros mecanismos que permiten potenciar al máximo dichas capacidades. En lo que respecta al psicodiagnóstico deportivo y entrenamiento mental en atletas de alto rendimiento, autores que han explorado el alto rendimiento Tarqui-Silva (2021) en su investigación en atletas ecuatorianos clasificados a las olimpiadas, muestra la trascendencia de un adecuado abordaje psicológico desde una fase inicial de la planificación integral.

El trabajo realizado por Villegas-Clarke (2019) muestra la necesidad de establecer parámetros estructurados dentro de la planificación deportiva, la misma que incluye elementos psicológicos junto a la preparación física, técnica, táctica y teórica. Este autor detalla el trabajo realizado en futbolistas, resalta la cohesión de equipo, lo cual va más allá del deporte colectivo, la cohesión de equipo según este autor incluye la interacción sólida de todo el equipo transdisciplinar. Por otra parte, autores como Pérez-Quintero (2020) han experimentado la preparación psicológica desde las bases formativas, obteniendo excelentes resultados a futuro, invirtiendo el tiempo en programas de preparación mental en edades tempranas. El regular los objetivos es una de las características que se destacan, es importante trazarse metas de resultado y de realización, esto permite orientar las acciones de corrección en la planificación del entrenamiento deportivo.

La preparación mental del deportista de alto rendimiento incluye una serie de repertorios mentales que deben ser desarrollados y fortalecidos, además es importante contar con un especialista en psicología del deporte dentro de los distintos equipos deportivos, esto debido a los percances que en ocasiones ese encuentran expuestos los atletas, entre este tipo de imprevistos se encuentran las lesiones deportivas, uno de los males más frecuentes en los deportes de contacto y de riesgos o extremos. Las exigencias propias del alto rendimiento incluyen en la persona un elevado grado de "fortaleza mental", estas características de personalidad se las obtienen en base a superar metas en las diferentes parcelas psicológicas y entrenando habilidades como las estrategias de recuperación psíquica, en el caso específico de las lesiones deportivas, es necesario inclusive establecer microciclos de intervención psicológica en periodos cruciales de dolor o incapacidad de movimiento del miembro afectado,

demostrando un gran beneficio global dentro de la planificación (Alfonso-Mantilla, 2018).

En cuanto a la preparación mental de los atletas de alto rendimiento, Buceta-Fernández (2020) en su libro sobre el abordaje psicológico a este sector poblacional, indica la necesidad inicial de establecer un ambiente propicio de confianza y camaradería entre el especialista en psicología, todo el equipo y evidentemente prima la relación individual que se pueda establecer con el atleta. Alfonso-Mantilla (2019) en su trabajo sobre neurociencia y entrenamiento mental resalta la influencia de la programación psicológica sobre aspectos morfológicos, biológicos y químicos del organismo, destaca el papel de las neuronas espejo intervienen en la retroalimentación de acciones, mediante la activación de ciertas zonas cerebrales como el cerebelo y lóbulos frontales.

Siguiendo la línea de exploración y trabajo neuropsicológico, es posible mencionar la publicación de Martínez-del Villar & Orozco-Calderón (2021) quienes ejecutan su propuesta en atletas de voleibol, exaltan la cohesión de equipo y el trabajo motivacional grupal realizado. Es importante mantener un equilibrio psicoemocional durante las etapas de preparación y más aún durante las fases de competición, además es determinante la intervención pre y post competitiva, siendo común inclusive la intervención psíquica durante los días de competencia.

Morales-Muñoz (2022) indica algunos componentes que debe mantener un entrenamiento mental dentro del deporte, las técnicas de respiración y relajación tienen una profunda influencia en el control emocional del atleta, además le permiten combinar estrategias como la fusión con las técnicas de focalización, visualización y concentración. El dominio de las distintas habilidades mentales se lo consigue mediante el aprendizaje y condicionamiento, lo cual implica procesos de preparación, los mismos que pueden ser completados a manera de microciclos de intervención.

Es importante el abordaje psicológico desde edades tempranas, en las fases formativas donde ocurren procesos cognitivos y afectivos de aprendizaje, además es el escenario propicio para el establecimiento de parámetros de personalidad. El incorporar especialistas en psicología en categorías de menores permite el moldeamiento de toda la planificación, esto debido a la flexibilidad que debe mantener la programación, las exigencias a edades tempranas deben contemplar factores lúdicos y emotivos (León-Campuzano, 2019).

Otro aspecto que denota una adecuada intervención psicológica lo constituye la intervención familiar y dentro del

entorno que se pueda realizar. El estudio de las relaciones interpersonales facilita la preparación del “entrenamiento invisible”, es decir, se tiene cierto conocimiento de los factores extradeporativos como son las reuniones con amigos fuera del deporte, con la familia, esto genera seguridad en el equipo interdisciplinario, ya que existe una calma sobre el control de variables externas al deportista (Porto-Maciel et al, 2021). Acota Karadzic-Rosales (2020) la imperiosa necesidad de intervenir psicológicamente en etapas críticas del desarrollo biológico como es la adolescencia, existen investigaciones que indican los buenos resultados a nivel de autoconfianza, automotivación y madurez emocional que los púberas adquieren.

Brasó-Rius & Arderiu-Antonell (2022) hacen referencia al rol de la familia frente a la estabilidad emocional de los atletas y de cara al rendimiento deportivo. Las características de las relaciones intrafamiliares, la importancia que estos otorguen a la actividad deportiva se constituye en elementos que afectan directamente el funcionamiento social que tenga el deportista, los clubes formativos tienen como característica el involucramiento familiar esto debido a las edades tempranas.

El deporte tiene la capacidad de generar impacto en determinados sectores y comunidades, el incorporar elementos psicoemocionales a cargo de un profesional dentro de los clubes, asociaciones o comités, permite generar una cultura deportiva diferente, con bases psicopedagógicas y emotivas, esto se verá reflejado en la directiva deportiva, lo cual afecta directamente al modelo de gestión dirigencial que se mantenga (Fonseca, 2022). Menciona Bernate et al. (2019) que el deporte tiene la posibilidad de convertirse en un aliado de los procesos educativos en los programas nacionales de cultura, deporte y recreación, es posible incluir dentro de los mismos elementos psicopedagógicos y de desarrollo individual y grupal.

Díaz-Ocejo (2021) aborda la importancia de contar con elementos sólidos de personalidad al momento de encarar complicaciones y exigencias dentro del deporte competitivo, recalca la urgencia de contar con el apoyo de profesionales de la psicología dentro de los clubes y federaciones deportivas, explica que el trabajo psicológico complementa la preparación del deportista y lo prepara para encarar situaciones familiares y personales. Se añade lo expresado por Cutaia & Raimundi (2019) sobre la personalidad y deporte, los autores indican que la etapa deportiva, que en ocasiones se convierte en una forma de vida, permite la adquisición de hábitos y valores, los mismos que caracterizan a cada individuo y lo marcan a lo largo de toda la vida.

Aspectos como la ira, muy propios de la personalidad pueden ser canalizados durante los procesos pedagógicos de entrenamiento, evidentemente sumados a planificaciones e intervenciones psicológicas especializadas. Los deportes de combate tienen como característica especial el involucramiento de personalidades agresivas, individualidades que suelen estar encubiertas y se denotan en los puntos álgidos del combate. El fenómeno de la violencia tiene componentes sociales, es clave se analice continuamente el entorno del deportista, la familia, amistades, entrenadores (Garcés de Los Fayos-López et al., 2023).

Todos los factores descritos hasta el momento son parte de la intervención psicológica clínica, Tarqui-Silva (2021) en su trabajo sobre la planificación clínica en atletas de competición, resalta la necesidad de una autoexploración a la que deben estar sometidos los atletas que se ven expuestos a presiones, la influencia de la prensa, el cambio en el estilo de vida, la rigurosidad de los horarios y la disciplina extrema son algunos de los puntos que se pueden tratar, prevenir y afrontar. El prevenir situaciones futuras dentro del área personal y familiar como el alcoholismo, depresión, anorexia, bulimia, trastornos de ansiedad y otros, pueden ser anticipados y eliminados como posibles factores de afectación siempre y cuando se cuente con el trabajo de un especialista en psicología del deporte, capaz de abordar adecuadamente la parcela clínica y a la vez la parte deportiva (Sánchez-Salinas et al., 2022).

MATERIALES Y MÉTODOS

Dentro del presente trabajo se cumplieron inicialmente con todos los parámetros éticos, se firmaron consentimientos informados en donde se explicaba al deportista el porqué de su participación en el estudio, se autorizaba la publicación de datos, además se incluyó un ítem donde constaba las reservas de la intervención personal.

Los resultados que se muestran representan una parte de toda la intervención psicológica planificada, es decir, corresponden a la parte únicamente de intervención clínica. Las dos primeras sesiones se las realizó encaminadas a establecer un raptor o “sintonía psicológica” con los deportistas. El número total de deportistas que participaron fueron siete, pertenecientes a las disciplinas de tiro con pistola, golf, karate y halterofilia. Es importante mencionar que la deportista de karate fue la única menor de edad, por lo cual se pidió adicionalmente la firma del consentimiento informado de sus padres.

Las sesiones de intervención clínica fueron ocho en total, destinando las dos primeras a generar una empatía, complementar la anamnesis y obtener datos primordiales

del desarrollo psicoafectivo de los atletas. Se destaca que la intervención fue por modalidad de tele psicología, lo cual implicó una planificación diferente debido al distanciamiento corporal. Los test clínicos aplicados fueron el HTP, test de la familia y persona bajo la lluvia, siendo estos tres reactivos de características proyectivas. El tiempo de duración de cada sesión osciló entre los 45 y 50 minutos, se utilizó la plataforma Zoom para el cumplimiento de las entrevistas.

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Se destacan como principales resultados el abordaje psicológico del área personal y en cierto grado el factor familiar, se logró establecer un adecuado clima de intervención, en ocasiones se presentaron ligeros inconvenientes con la señal de internet que fueron superados. Los test clínicos y proyectivos indicaron elementos del desarrollo de la personalidad, el test HTP mostró las características del yo, las fortalezas y etapas de la evolución emocional, el grado de madurez psíquica entre los principales hallazgos. En el caso de la deportista de karate se pudo observar rasgos de la niñez, esto debido a la etapa de adolescencia que atraviesa.

Un aspecto a destacar es que se logró intervenir de manera indirecta con la familia, se involucró dentro del proceso psico deportivo de sus hijos, esto especialmente en el caso de la atleta de karate. Se comprimieron las tareas psicológicas que involucraba al entorno familiar, relacionadas con la exploración histórica del desarrollo durante las etapas tempranas, el control de esfínteres, el destete, la afectividad con los padres y la formación de vínculos primarios, dando énfasis a la etapa de la niñez entre 0 y 5 años, todo esto como parte de la historia clínica de cada atleta.

En el caso de las deportistas de karate, tiro con pistola y golf, se cumplieron todas las sesiones planificadas dentro del área clínica, en el caso de la golfista se pudo observar una introspección, tocando temas personales que ayudaron a la deportista a asimilar situaciones pasadas (Figura 1).

Fig 1. Deportista de golf.



Fuente: Primicias.

Fig 2. Atleta de tiro con pistola.



Fuente: Radio la red.

Otro de los resultados encontrados en las deportistas de tiro con pistola radica en los vínculos afectivos primarios, además se identificaron problemas familiares de tipo comunicacional y relacional con el área paterna y materna. Se pudo identificar trastornos alimenticios que tenían raíces emocionales de la infancia, las relaciones familiares y afectivas a edades tempranas fue uno de los puntos de análisis para comprender las conductas y sentimientos actuales.

En el caso específico de las deportistas de halterofilia no se cumplieron las metas planificadas, no fue posible la culminación de las sesiones programadas (Figura 3) debido a la falta de interés por parte de las deportistas. Apenas se alcanzaron dos sesiones, las primeras de entrevista y raptor. También fue posible evidenciar las diferencias culturales y sociales existentes entre el grupo de atletas, en el caso de la halterofilia la gran mayoría de atletas presentaba desfases entre la edad y grado educativo, siendo un factor alarmante. Elementos como la autoestima, motivaciones personales y deportivas fueron analizadas junto con el psicólogo.

Fig 3. Atleta de halterofilia de Ecuador.



Fuente: Diario El Comercio.

Se menciona que existieron similitudes entre los hallazgos de la investigación y el planteamiento teórico, Tarqui-Silva (2021) recalca la importancia de un abordaje psicológico clínico desde las fases iniciales de la preparación deportiva, esto dentro de los atletas de competición, tal como se ejecutó en la intervención psicológica planificada, además de motivar una auto exploración.

En cuanto al equilibrio emocional se refiere Martínez-del Villar & Orozco-Calderón (2021) evidencian la importancia de este factor, trabajo que fue ejecutado precisamente desde la fase de historia clínica, donde se exploraron elementos psico emociones personales, familiares y sociales, el análisis de estos componentes tuvo como objetivo la asimilación de etapas pasadas, el elaborar psicológicamente conflictos no resueltos, de tal forma que se busque una homeostasis psíquica.

Díaz-Ocejo (2021), comparte criterios con Cuatíá & Raimunda (2019), pues plantean la importancia del rol de la personalidad, aspecto que fue abordado dentro de la presente propuesta, se aplicaron test proyectivos como el HTP (house, tree, person) los cuales exploran dicho elemento. El haber identificado problemas alimenticios, afectivos de la infancia, concuerda con la propuesta de (Sánchez-Salinas et al, 2022) quienes proponen que la intervención psicológica debe prevenir problemas de depresión, ira y otras afecciones similares.

CONCLUSIONES

Se presentan como principales resultados la imperiosa necesidad de incluirla preparación psicológica y emocional durante los primeros estados de crecimiento deportivo, fenómeno que resalta más aun en los atletas de alto rendimiento y competición, es un factor necesario e indispensable para alcanzar habilidades psicológicas, motrices y emocionales, urgencias que se requieren al momento de planificar una preparación multi y transdisciplinar,

siendo el objetivo satisfacer las necesidades que presenta la maduración psicológica, emocional y sociobiológica.

La intervención clínica explora las necesidades psicológicas y afectivas, el desarrollo de la personalidad, tiene como objetivo determinar y analizar aspectos de suma importancia como las etapas de los primeros años, las relaciones intrafamiliares, el crecimiento psicoemocional y la potencialización de los componentes que intervienen en todos los procesos de socialización, afectividad, y factores motivacionales.

Es una necesidad indispensable crear y ejecutar programas de preparación psicológica, pues los atletas de competición y alto rendimiento necesitan enfrentar presiones psicológicas, afectivas, sociales e internas, en base a estos parámetros la intervención psicológica se convierte en un importante determinante que puede potencializar las capacidades psicológicas, afectivas, emocionales, sociales, de aprendizaje, y en general de toda la integración de los factores que afectan el desarrollo integral.

Finalmente se resalta el determinismo de la familia, en la estabilidad emocional, psíquica e integral, es un elemento que debe ser abordado con prolijidad, pues se convierte en el escenario propicio e inicial para descubrir cómo se han desarrollado los vínculos primarios en las áreas sociales, afectivas, cognitivas y emocionales.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Alfonso-Mantilla, J. I. (2018). Fisioterapia y su rol en el alto rendimiento: una revisión sistemática de la literatura. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 7(1), 1–12. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2018.v7i1.4853>
- Alfonso-Mantilla, J. I. (2019). Neurociencia y entrenamiento en el deporte de alto rendimiento. *Revista Iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 8(2), 79–90. <https://doi.org/10.24310/riccafd.2019.v8i2.6698>
- Bernate, J. A., Fonseca-Franco, I. P. & Castillo-Forero, E. R. (2019). Impacto social del deporte y la actividad física en el ámbito escolar. *ATHLOS. Revista Internacional de Ciencias Sociales de la Actividad Física, el Juego y el Deporte*. <http://repositoriorscj.dyndns.org:8080/xmlui/bitstream/handle/PSCJ/1558/Impacto%20social%20deporte%20ambito%20escolar.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Brasó-Rius, J. & Arderiu- Antonell, M. (2022). Prácticas externas y formación profesional. Familia de actividades físicas y deportivas. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 46. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8559963>

- Buceta-Fernández, J. M. (2020). *Psicología del deporte de alto rendimiento*. Dykinson.
- Cutaia, S. y Raimundi, M. J. (2019). Valores humanos y rasgos de personalidad en deportistas. *Revista de Psicología*, 18(2), 3-24. https://ri.conicet.gov.ar/bitstream/handle/11336/175632/CONICET_Digital_Nro.a24f171a-71ad-4b6d-9413-9e43af23e16b_B.pdf?sequence=2&isAllowed=y
- Díaz-Ocejo, J. (2021). Un psicólogo en Catar: 13 años de experiencia profesional en Aspire Academy. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 6, (1). <https://doi.org/10.5093/rpadef2021a4>
- Fonseca, I. (2022). Modelos de responsabilidad social corporativa en el sector deporte. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 43. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8106407>
- Garcés de Los Fayos-López, E., Garcés de Los Fayos-Ruiz, E. J., & Ortín-Montero, F. J. (2023). Ira y Personalidad como dos factores relacionados en el deporte: una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 23(1), 21–37. <https://doi.org/10.6018/cpd.533361>
- Gujer, D. (2022). ¿Qué juegos permiten el desarrollo de habilidades mentales? *Lecturas: Educación Física y Deportes*, 26(285), 198-202. <https://www.efdeportes.com/efdeportes/index.php/EFDeportes/article/view/3351>
- Kalazich-Rosales, C. (2020). Sport COVID-19 Orientations: Recommendations for return to physical activity and sports in children and adolescents. *Rev. chil. pediatr.* [online]. 91.75-<http://dx.doi.org/10.32641/rchped.vi91i7.2782>
- León-Campuzano, J. (2019). [Preparación de los deportistas de alto rendimiento en el Ecuador – Tesis de Pregrado]. Universidad de las Americas de Ecuador. <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/11693/1/UDLA-EC-TPE-2019-30.pdf>
- Martínez-del Villar, A., & Orozco-Calderón, G. (2021). La neuropsicología del voleibol en México. *Ciencia & Futuro*, 11(3), 119–130. <https://revista.ismm.edu.cu/index.php/revistacyf/article/view/2097>
- Morales-Muñoz, D. Y. (2022). [Entrenamiento mental en la psicología deportiva – Tesis de Pregrado]. Universidad de Antioquia. https://bibliotecadigital.udea.edu.co/bitstream/10495/32737/12/MoralesDani_2022_EntrenamientoMentalPsicolog%c3%ada.pdf
- Pérez-Quintero, J.A. (2020). Entrenamiento mental en una cantera del fútbol profesional colombiano. *Revista Digital: Actividad Física Y Deporte*, 6(2), 145-157. <https://doi.org/10.31910/rdafd.v6.n2.2020.1573>
- Porto-Maciel, L. F., Krapp do Nascimento, R., Milistedt, M., Vieira do Nascimento, J. & Folle, A. (2021). Revisión sistemática de las influencias sociales en el deporte: apoyo de la familia, entrenadores y compañeros de equipo. *Apuntes Educación Física y Deportes*, 37(145), 39-52. <https://www.redalyc.org/journal/5516/551667090008/551667090008.pdf>
- Sánchez-Salinas, M. V., Puertas-Azanza, A. C., Larriva-Borrero, A. & Tarqui-Silva, L. (2022). Depresión y ansiedad en deportistas juveniles masculinos y femeninos de Ecuador. *Efdeportes.com*, 27(293), 30-47. <https://doi.org/10.46642/efd.v27i293.3397>
- Tarqui-Silva, L. (2021). Microciclo de psicodiagnóstico deportivo y entrenamiento mental en atletas de alto rendimiento de Ecuador. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 16(3), 881-891. <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1109>
- Tarqui-Silva, L. E. (2021). Trascendencia de los factores clínicos durante la intervención psicológica con atletas de alto rendimiento. *Arrancada*, 21(40), 55–72. <https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/412>
- Villegas-Clarke, R. (2019). [Cohesión de equipo y características psicológicas deportivas en futbolistas de la primera división peruana – Tesis de pregrado]. Universidad Peruana de Ciencias Aplicadas (UPC). https://repositorioacademico.upc.edu.pe/bitstream/handle/10757/626018/VillegasC_R.pdf?sequence=3&isAllowed=y