	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 1 de 8

16-

FECHA	Miércoles, 26 de agosto de 2020
--------------	---------------------------------

Señores
UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA
 BIBLIOTECA
 Facatativá


UNIDAD REGIONAL	Extensión Facatativá
TIPO DE DOCUMENTO	Trabajo De Grado
FACULTAD	Ciencias Sociales, Humanidades Y Ciencias Políticas
NIVEL ACADÉMICO DE FORMACIÓN O PROCESO	Pregrado
PROGRAMA ACADÉMICO	Psicología

El Autor(Es):

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS	No. DOCUMENTO DE IDENTIFICACIÓN
GARCIA ALDANA	KAREN YESSENIA	1016102594
PARADA OTALORA	JORGE ALBERTO	1070969229
MELO CÁCERES	DANIELA	1030682014

Calle 14 Avenida 15 Barrio Berlín Facatativá – Cundinamarca
 Teléfono (091) 892 07 07 Línea Gratuita 018000976000
 www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 2 de 8

Director(Es) y/o Asesor(Es) del documento:

APELLIDOS COMPLETOS	NOMBRES COMPLETOS
MORA TOLOSA	MIGUEL ARTURO

TÍTULO DEL DOCUMENTO
ASOCIACIÓN ENTRE EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO Y LA PRESENCIA DE LESIONES EN DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO DE LA LIGA DE LUCHA OLÍMPICA BOGOTÁ D.C (MONOGRAFÍA)

SUBTÍTULO (Aplica solo para Tesis, Artículos Científicos, Disertaciones, Objetos Virtuales de Aprendizaje)


TRABAJO PARA OPTAR AL TÍTULO DE: Aplica para Tesis/Trabajo de Grado/Pasantía
PSICÓLOGOS

AÑO DE EDICION DEL DOCUMENTO	NÚMERO DE PÁGINAS
21/08/2020	91 pág.

DESCRIPTORES O PALABRAS CLAVES EN ESPAÑOL E INGLÉS (Usar 6 descriptores o palabras claves)	
ESPAÑOL	INGLÉS
1. Psicología	Psychology
2. Deportista	Athlet
3. Deporte	Sport,
4. Lesión	Injuries

Calle 14 Avenida 15 Barrio Berlín Facatativá – Cundinamarca
Teléfono (091) 892 07 07 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16 PAGINA: 3 de 8

RESUMEN DEL CONTENIDO EN ESPAÑOL E INGLÉS

(Máximo 250 palabras – 1530 caracteres, aplica para resumen en español):

La intervención psicológica juega un papel importante como herramienta integradora y aplicable a las diferentes disciplinas, tal como lo es el deporte de alto rendimiento, pues la práctica deportiva de alto rendimiento genera una alta probabilidad de presentar una lesión ocasionada por la actividad física, se evidencia que factores pueden verse implicados, entre ellos los componentes psicológicos, por tal motivo el proyecto de investigación tiene como objetivo determinar y describir la asociación entre acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento, siendo este el objetivo de este estudio, llevado a cabo con la población de deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C. Se realizó el análisis descriptivo y de asociación, como tal la investigación aporta a la psicología deportiva ya que la misma tiene como objetivo el estudio de las variables que afectan el desempeño físico y cognitivo del deportista.

Como resultados se determinó la caracterización sociodemográfica, deportiva y psicológica de la población, en cuanto a los resultados se aceptó la hipótesis nula, que indica que según los resultados no hay asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en la práctica deportiva, se atribuye el resultado a factores determinantes, también a que en la presencia de lesión hay diversos rasgos influyentes, que el acompañamiento psicológico se encuentra orientado a los niveles de rendimiento y no es significativo para el fenómeno evaluado.

ABSTRACT


Psychological intervention plays an important role as an integrating tool and applicable to different disciplines, such as high-performance sport, since high-performance sports practice generates a high probability of presenting an injury caused by physical activity, it is evident

What factors may be involved, including psychological components, for this reason the research project aims to determine and describe the relationship between psychological support and the presence of injuries in high-performance athletes, this being the objective of this study, carried out carried out with the population of high-performance athletes from the Bogotá DC Olympic Wrestling League The descriptive and correlational analysis was carried out, as such the research contributes to sports psychology since it aims to study the variables that affect the physical and cognitive performance of the athlete.

As results, the sociodemographic, sports and psychological characterization of the population was determined, as for the results, the null hypothesis was accepted, which indicates that according to the results there is no association between

Calle 14 Avenida 15 Barrio Berlín Facatativá – Cundinamarca
Teléfono (091) 892 07 07 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 4 de 8

psychological support and the presence of injuries in sports practice, attributes the result to determining factors, that in the presence of injury there are various influencing factors, that psychological monitoring is oriented to performance levels and is not significant for the phenomenon evaluated.

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN

Por medio del presente escrito autorizo (Autorizamos) a la Universidad de Cundinamarca para que, en desarrollo de la presente licencia de uso parcial, pueda ejercer sobre mí (nuestra) obra las atribuciones que se indican a continuación, teniendo en cuenta que, en cualquier caso, la finalidad perseguida será facilitar, difundir y promover el aprendizaje, la enseñanza y la investigación.

En consecuencia, las atribuciones de usos temporales y parciales que por virtud de la presente licencia se autoriza a la Universidad de Cundinamarca, a los usuarios de la Biblioteca de la Universidad; así como a los usuarios de las redes, bases de datos y demás sitios web con los que la Universidad tenga perfeccionado una alianza, son:
Marque con una "X":

AUTORIZO (AUTORIZAMOS)	SI	NO
1. La reproducción por cualquier formato conocido o por conocer.	X	
2. La comunicación pública por cualquier procedimiento o medio físico o electrónico, así como su puesta a disposición en Internet.	X	
3. La inclusión en bases de datos y en sitios web sean éstos onerosos o gratuitos, existiendo con ellos previa alianza perfeccionada con la Universidad de Cundinamarca para efectos de satisfacer los fines previstos. En este evento, tales sitios y sus usuarios tendrán las mismas facultades que las aquí concedidas con las mismas limitaciones y condiciones.	X	
4. La inclusión en el Repositorio Institucional.	X	

De acuerdo con la naturaleza del uso concedido, la presente licencia parcial se otorga a título gratuito por el máximo tiempo legal colombiano, con el propósito de que en dicho lapso mi (nuestra) obra sea explotada en las condiciones aquí estipuladas y para los fines indicados, respetando siempre la titularidad de los derechos patrimoniales y morales correspondientes, de acuerdo con los usos

Calle 14 Avenida 15 Barrio Berlín Facatativá – Cundinamarca
Teléfono (091) 892 07 07 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*



MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
	PAGINA: 5 de 8

honrados, de manera proporcional y justificada a la finalidad perseguida, sin ánimo de lucro ni de comercialización.

Para el caso de las Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, de manera complementaria, garantizo(garantizamos) en mi(nuestra) calidad de estudiante(s) y por ende autor(es) exclusivo(s), que la Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi(nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro (aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos de la Tesis o Trabajo de Grado es de mí (nuestra) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.

Sin perjuicio de los usos y atribuciones otorgadas en virtud de este documento, continuaré (continuaremos) conservando los correspondientes derechos patrimoniales sin modificación o restricción alguna, puesto que, de acuerdo con la legislación colombiana aplicable, el presente es un acuerdo jurídico que en ningún caso conlleva la enajenación de los derechos patrimoniales derivados del régimen del Derecho de Autor.


De conformidad con lo establecido en el artículo 30 de la Ley 23 de 1982 y el artículo 11 de la Decisión Andina 351 de 1993, "*Los derechos morales sobre el trabajo son propiedad de los autores*", los cuales son irrenunciables, imprescriptibles, inembargables e inalienables. En consecuencia, la Universidad de Cundinamarca está en la obligación de RESPETARLOS Y HACERLOS RESPETAR, para lo cual tomará las medidas correspondientes para garantizar su observancia.

NOTA: (Para Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía):

Información Confidencial:

Esta Tesis, Trabajo de Grado o Pasantía, contiene información privilegiada, estratégica, secreta, confidencial y demás similar, o hace parte de la investigación que se adelanta y cuyos resultados finales no se han publicado. **SI** ___ **NO** _X_.

En caso afirmativo expresamente indicaré (indicaremos), en carta adjunta tal situación con el fin de que se mantenga la restricción de acceso.

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAr113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 6 de 8

LICENCIA DE PUBLICACIÓN

Como titular(es) del derecho de autor, confiero(erimos) a la Universidad de Cundinamarca una licencia no exclusiva, limitada y gratuita sobre la obra que se integrará en el Repositorio Institucional, que se ajusta a las siguientes características:

a) Estará vigente a partir de la fecha de inclusión en el repositorio, por un plazo de 5 años, que serán prorrogables indefinidamente por el tiempo que dure el derecho patrimonial del autor. El autor podrá dar por terminada la licencia solicitándolo a la Universidad por escrito. (Para el caso de los Recursos Educativos Digitales, la Licencia de Publicación será permanente).

b) Autoriza a la Universidad de Cundinamarca a publicar la obra en formato y/o soporte digital, conociendo que, dado que se publica en Internet, por este hecho circula con un alcance mundial.

c) Los titulares aceptan que la autorización se hace a título gratuito, por lo tanto, renuncian a recibir beneficio alguno por la publicación, distribución, comunicación pública y cualquier otro uso que se haga en los términos de la presente licencia y de la licencia de uso con que se publica.

d) El(Los) Autor(es), garantizo(amos) que el documento en cuestión, es producto de mi(nuestra) plena autoría, de mi(nuestro) esfuerzo personal intelectual, como consecuencia de mi (nuestra) creación original particular y, por tanto, soy(somos) el(los) único(s) titular(es) de la misma. Además, aseguro(aseguramos) que no contiene citas, ni transcripciones de otras obras protegidas, por fuera de los límites autorizados por la ley, según los usos honrados, y en proporción a los fines previstos; ni tampoco contempla declaraciones difamatorias contra terceros; respetando el derecho a la imagen, intimidad, buen nombre y demás derechos constitucionales. Adicionalmente, manifiesto (manifestamos) que no se incluyeron expresiones contrarias al orden público ni a las buenas costumbres. En consecuencia, la responsabilidad directa en la elaboración, presentación, investigación y, en general, contenidos es de mí (nuestro) competencia exclusiva, eximiendo de toda responsabilidad a la Universidad de Cundinamarca por tales aspectos.


e) En todo caso la Universidad de Cundinamarca se compromete a indicar siempre la autoría incluyendo el nombre del autor y la fecha de publicación.

f) Los titulares autorizan a la Universidad para incluir la obra en los índices y buscadores que estimen necesarios para promover su difusión.

g) Los titulares aceptan que la Universidad de Cundinamarca pueda convertir el documento a cualquier medio o formato para propósitos de preservación digital.

Calle 14 Avenida 15 Barrio Berlín Facatativá – Cundinamarca
Teléfono (091) 892 07 07 Línea Gratuita 018000976000
www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 7 de 8

h) Los titulares autorizan que la obra sea puesta a disposición del público en los términos autorizados en los literales anteriores bajo los límites definidos por la universidad en el “Manual del Repositorio Institucional AAAM003”

i) Para el caso de los Recursos Educativos Digitales producidos por la Oficina de Educación Virtual, sus contenidos de publicación se rigen bajo la Licencia Creative Commons: Atribución- No comercial- Compartir Igual.



j) Para el caso de los Artículos Científicos y Revistas, sus contenidos se rigen bajo la Licencia Creative Commons Atribución- No comercial- Sin derivar.



Nota:

Si el documento se basa en un trabajo que ha sido patrocinado o apoyado por una entidad, con excepción de Universidad de Cundinamarca, los autores garantizan que se ha cumplido con los derechos y obligaciones requeridos por el respectivo contrato o acuerdo.


La obra que se integrará en el Repositorio Institucional, está en el(los) siguiente(s) archivo(s).


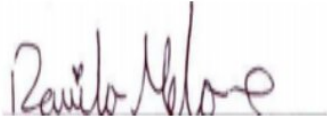

Nombre completo del Archivo Incluida su Extensión (Ej. PerezJuan2017.pdf)	Tipo de documento (ej. Texto, imagen, video, etc.)
ASOCIACIÓN ENTRE EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO Y LA PRESENCIA DE LESIONES EN DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO DE LA LIGA DE LUCHA OLÍMPICA BOGOTÁ D.C (MONOGRAFÍA).pdf	Texto
2.	
3.	
4.	

En constancia de lo anterior, Firmo (amos) el presente documento:

Calle 14 Avenida 15 Barrio Berlín Facatativá – Cundinamarca
 Teléfono (091) 892 07 07 Línea Gratuita 018000976000
 www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

	MACROPROCESO DE APOYO	CÓDIGO: AAAR113
	PROCESO GESTIÓN APOYO ACADÉMICO	VERSIÓN: 3
	DESCRIPCIÓN, AUTORIZACIÓN Y LICENCIA DEL REPOSITORIO INSTITUCIONAL	VIGENCIA: 2017-11-16
		PAGINA: 8 de 8

APELLIDOS Y NOMBRES COMPLETOS	FIRMA (autógrafa)
GARCIA ALDANA KAREN YESSENIA	
DANIELA MELO CÁCERES	
PARADA OTALORA JORGE ALBERTO	

12.1-51-20

Calle 14 Avenida 15 Barrio Berlín Facatativá – Cundinamarca
 Teléfono (091) 892 07 07 Línea Gratuita 018000976000
 www.ucundinamarca.edu.co E-mail: info@ucundinamarca.edu.co
 NIT: 890.680.062-2

*Documento controlado por el Sistema de Gestión de la Calidad
 Asegúrese que corresponde a la última versión consultando el Portal Institucional*

**ASOCIACIÓN ENTRE EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO Y LA
PRESENCIA DE LESIONES EN DEPORTISTAS DE ALTO RENDIMIENTO DE LA
LIGA DE LUCHA OLÍMPICA BOGOTÁ D.C (MONOGRAFÍA)**



Estudiantes

GARCIA ALDANA KAREN YESSENIA

MELO CACERES DANIELA

PARADA OTALORA JORGE ALBERTO

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES HUMANIDADES Y CIENCIAS POLÍTICAS

PSICOLOGÍA

FACATATIVÁ

2020

**ASOCIACIÓN ENTRE EL ACOMPAÑAMIENTO PSICOLÓGICO Y LA
PRESENCIA DE LESIONES EN DEPORTISTAS DE ALTORENDIMIENTO DE LA
LIGA DE LUCHA OLÍMPICA BOGOTÁ D.C (MONOGRAFÍA)**



Estudiantes

GARCIA ALDANA KAREN YESSENIA

MELO CACERES DANIELA

PARADA OTALORA JORGE ALBERTO

Asesor

MORA TOLOSA MIGUEL ARTURO

UNIVERSIDAD DE CUNDINAMARCA

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES HUMANIDADES Y CIENCIAS POLÍTICAS

PSICOLOGÍA

FACATATIVÁ

2020

Tabla de Contenido

Agradecimientos.....	9
Resumen.....	10
Abstract.....	11
Introducción	12
Objetivos.....	15
General	15
Específicos.....	15
Hipótesis	16
De trabajo	16
Nula.....	16
Planteamiento del problema.....	17
Justificación	20
Marco Epistemológico.....	25
Marco Teórico	28
Revisión de Antecedentes	28
Marco conceptual.....	32
Deporte	32
Deporte de alto rendimiento.....	32

Deportista de alto rendimiento	33
Lucha olímpica.....	34
Lesiones deportivas	35
Acompañamiento psicológico	37
Marco legal	39
Lineamientos éticos	41
Marco Metodológico	42
Diseño de la Investigación	42
Enfoque de la Investigación	43
Alcance.....	43
Unidad de Análisis.....	44
Variables.....	44
Acompañamiento psicológico.....	44
Lesión deportiva.....	45
Técnicas de recolección de datos.....	45
Técnicas de procesamiento y análisis de datos.....	47
Procedimiento	48
Consideraciones	50
Resultados	51
Análisis Asociativo	51

Análisis Descriptivo	54
Discusión.....	63
Conclusiones	75
Propuestas y Recomendaciones	77
Referencias.....	80

Lista de Figuras

<i>Figura 1.</i> Edad vs Sexo.....	54
<i>Figura 2.</i> Modalidades de Entrenamiento	55
<i>Figura 3.</i> Causa de las Lesiones en deportistas de lucha olímpica	56
<i>Figura 4.</i> Miedo de Adquisición de una lesión.....	56
<i>Figura 5.</i> Acompañamiento psicológico en relación al lugar de práctica.....	57
<i>Figura 6.</i> Número de horas de entrenamiento diarias, edad y lesiones	58
<i>Figura 7.</i> Años de práctica, edad y presencia de lesiones	58
<i>Figura 8.</i> Apoyo emocional familiar.....	59
<i>Figura 9.</i> Apoyo económico familiar.....	59
<i>Figura 10.</i> Acompañamiento psicológico Vs preparación para una lesión	60
<i>Figura 11.</i> Acompañamiento Psicológico Vs preparación para una lesión.....	60
<i>Figura 12.</i> Importancia de las estrategias mentales.....	61

Lista de Tablas

Tabla 1. <i>Tabla de contingencia resumen de procesamiento de datos</i>	52
Tabla 2. <i>Tabla cruzada acompañamiento psicológico anterior a la lesión*lesiones deportivas.</i>	53
Tabla 3. <i>Pruebas de chi-cuadrado</i>	54

Anexos

<i>Anexo 1.</i> Carta de Suministro de Autorización de Datos.....	88
<i>Anexo 2.</i> Consentimiento Informados de Utilización de Datos.....	89

Agradecimientos

Siempre agradecida con Dios, quien nos da la fortaleza día a día para luchar por nuestros sueños y la sabiduría para ser grandes profesionales; siempre agradecida con mi familia, porque sin ellos nunca hubiera sido posible llegar a esta etapa; siempre agradecida con la UDEC porque me ha dado los mejores momentos, en especial a Miguel Mora por apoyarnos en todo el proceso; siempre agradecida con mi grupo de trabajo, porque sin ellos no hubiera sido lo mismo y a los amores de mi vida Dostin y Jorge por acompañarme siempre.

Karen Garcia

Gracias a mi familia a mi novia porque siempre confiaron en mí, gracias a los docentes y a la universidad por la formación, a Dios por la vida y todas las oportunidades, y sobre todo por lo que hace día a día para que seamos mejores personas.

Jorge Parada

A Dios agradezco por todo lo que me da, también quiero agradecer al amor de mi vida por ser el mejor cómplice, a mi familia y abuelito por ser el motor que le da sentido a todo este proceso, al deporte y a mis entrenadores por todo lo que me han dado y enseñado, al presidente de la liga de lucha olímpica de Bogotá D, C por su colaboración y al Comité Olímpico Colombiano, en especial a Sandra Cocuy; por acogerme en esta magnífica institución, hicieron un sueño realidad; esta monografía se la dedico principalmente a Wilmar Vicente Hernández Gómez y Francisco Antonio Cáceres Gómez; a mi bebé Terry, Santa fé, Simba, Isis y Nucita.

!!!Gracias Infinitas Dios porque siempre eres bueno y bondadoso. Gracias equipo lo logramos!!!

Daniela Melo Cáceres

Resumen

La intervención psicológica juega un papel importante como herramienta integradora y aplicable a las diferentes disciplinas, tal como lo es el deporte de alto rendimiento, pues la práctica deportiva de alto rendimiento genera una alta probabilidad de presentar una lesión ocasionada por la actividad física, se evidencia que factores pueden verse implicados, entre ellos los componentes psicológicos, por tal motivo el proyecto de investigación tiene como objetivo determinar y describir la asociación entre acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento, siendo este el objetivo de este estudio, llevado a cabo con la población de deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C. Se realizó el análisis descriptivo y de asociación, como tal la investigación aporta a la psicología deportiva ya que la misma tiene como objetivo el estudio de las variables que afectan el desempeño físico y cognitivo del deportista.

Como resultados se determinó la caracterización sociodemográfica, deportiva y psicológica de la población, en cuanto a los resultados se aceptó la hipótesis nula, que indica que según los resultados no hay asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en la práctica deportiva, se atribuye el resultado a factores determinantes, también a que en la presencia de lesión hay diversos rasgos influyentes, que el acompañamiento psicológico se encuentra orientado a los niveles de rendimiento y no es significativo para el fenómeno evaluado.

Palabras claves: psicología, deportista, deporte, lesión.

Abstract

Psychological intervention plays an important role as an integrating tool and applicable to different disciplines, such as high-performance sport, since high-performance sports practice generates a high probability of presenting an injury caused by physical activity, it is evident What factors may be involved, including psychological components, for this reason the research project aims to determine and describe the relationship between psychological support and the presence of injuries in high-performance athletes, this being the objective of this study, carried out carried out with the population of high-performance athletes from the Bogotá DC Olympic Wrestling League The descriptive and correlational analysis was carried out, as such the research contributes to sports psychology since it aims to study the variables that affect the physical and cognitive performance of the athlete.

As results, the sociodemographic, sports and psychological characterization of the population was determined, as for the results, the null hypothesis was accepted, which indicates that according to the results there is no association between psychological support and the presence of injuries in sports practice, attributes the result to determining factors, that in the presence of injury there are various influencing factors, that psychological monitoring is oriented to performance levels and is not significant for the phenomenon evaluated.

Key words: psychology, athlete, sport, injuries.

Introducción

La psicología como disciplina reconoce su rol e importancia en todos sus ámbitos de acción, destacando el análisis de los procesos mentales, en el ámbito del deporte juega un papel fundamental, pues el deporte de alto rendimiento demanda exigencias y preparación física y mental, es allí donde la intervención psicológica toma importancia, brindando herramientas y estrategias de guía al equipo interdisciplinar y a los practicantes del deporte de alto rendimiento, teniendo en cuenta que orienta su rol en la disciplina en diferentes momentos del proceso, se evidencia en la evaluación, tanto del equipo deportivo como de cada deportista, la intervención, la formación y el retiro (García, 2010). De tal manera que se identifica el valor de la interrelación de las dos disciplinas y la influencia que tienen los procesos psicológicos en el desarrollo y estudio del deporte de alto rendimiento.

El deporte del alto rendimiento se conoce como la práctica deportiva, orientada al entrenamiento en condiciones físicas y desarrollo de habilidades corporales, por medio del incremento de exigencia, tiempo y constancia (Cáceres, 2019). En la actualidad diversos estudios han evidenciado la necesidad de evaluar a profundidad la actividad física y práctica del deporte de alto rendimiento (Conde, 2013). León y Sánchez (2012) en su estudio psicología de la actividad física y el deporte refieren que la psicología es una de las disciplinas que genera influencia en la investigación deportiva, la misma evalúa factores psicológicos asociados al rendimiento deportivo. Se considera de vital importancia tener una mirada integradora desde la psicología y la intervención psicológica en los componentes que intervienen en el desempeño del deportista, destacando así los procesos adyacentes a la salud mental, los cuales son los pilares fundamentales para la obtención de resultados óptimos, ya que los mismos median la conducta y

brindan un equilibrio de bienestar, pues los componentes psicológicos se ven directamente relacionados con el rendimiento de alta exigencia (Barbosa & Urrea, 2018).

Cuando se aborda el tema de la lesión deportiva desde una postura psicológica, se remonta específicamente al campo de la psicológica del deporte, la cual busca mantener en un estado óptimo de salud al deportista, tanto física como psicológicamente, ya que la salud fisiológica, también interviene en estados emocionales afectando al deportista en el cumplimiento de objetivos, ya que el deportista de alto rendimiento está constantemente expuesto tanto a cansancio físico, como a cargas de estrés constante, el psicólogo deportivo indaga en los distintos contextos para poder identificar dificultades a fortalecer y así poder realizar un plan de intervención por medio de la ayuda tanto de padres, entrenador y compañeros de equipo, reduciendo la probabilidades tanto de sufrir por primera vez una lesión como padecerla nuevamente (Palmi, 2014).

Para lo cual se planteó un diseño de investigación descriptivo- asociativo y la población completa de los integrantes de la liga; con el fin de realizar la caracterización de la población, por medio de la organización, construcción y análisis de base de datos y, posteriormente, la evaluación de la asociación.

A partir de los datos proporcionados por la liga de lucha olímpica se realizó la construcción de una base de datos a partir de categorías para realizar el análisis descriptivo, clasificando los distintos atributos, los cuales comprenden aspectos relacionados con el estado sociodemográfico –edad, género, estrato, socioeconómico, entre otras, el perfil deportivo, modalidad de práctica y tiempo y el acompañamiento psicológico que recibieron los deportistas de alto rendimiento -. Cada uno de ellos se analiza con el número de lesiones presentadas por deportista dando como resultado la descripción sociodemográfica, del perfil de deportista y del

acompañamiento psicológico; seguido se tomaron los atributos más significativos para poder realizar la asociación por medio del análisis estadístico. Obteniendo como resultado la ausencia de la asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones, lo cual indica la aceptación de la hipótesis de nula, en contraste se evidencia tres posibles justificaciones, la presencia de lesiones se ve directamente relacionadas con más variables contextuales e internas del deportista, el acompañamiento aplicado no fue significativo, ya que se orienta más al aumento de nivel de desempeño que a la prevención de lesiones.

Objetivos

General

Determinar si se evidencia asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en los deportistas de alto rendimiento de la Liga de Lucha Olímpica en Bogotá D.C

Específicos

- Describir el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D. C.
- Categorizar los datos de las encuestas aplicadas por la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C.
- Hallar estadísticamente la asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones.

Hipótesis

De trabajo

- La presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C se asocia con el acompañamiento psicológico.

Nula

- La presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C. no se asocia con el acompañamiento psicológico.

Planteamiento del problema

Practicar un deporte o realizar ejercicio físico tiene una relación positiva con el óptimo estado de salud, sin embargo se debe tener en cuenta la implicación elevada de sufrir una lesión; ésta es entendida como un suceso traumático que se genera por diferentes sucesos relacionados a la práctica, lo cual trae alteraciones físicas y psicológicas, a la misma vez puede perjudicar el desarrollo deportivo. Se encontró en un estudio epidemiológico que la presencia de lesiones se ha tornado importante en el contexto deportivo a causa del incremento de la población que realiza esta actividad, por lo cual las lesiones pueden considerarse un hecho ligado al deporte, en especial al de alto rendimiento y trae implicaciones negativas para el deportista por varios motivos, supone una incapacidad, genera la interrupción o limitación de la actividad deportiva, conlleva cambios en el desarrollo deportivo, puede implicar pérdidas en los resultados, y trae cambios a nivel personal y familiar (Zafra, García & Martínez, 2006).

Con relación a la cantidad de lesiones en deportistas de alto rendimiento y amateur por el incremento de la práctica deportiva, Palmi y Solé (2014) aseguraron que esto ha contribuido a que se fomente el área de aplicación de la psicología del deporte denominada psicología de la lesión; y así mismo se haya evolucionado en la prevención, tratamiento y readaptación al deporte, por consiguiente esta es una forma de enfrentar la explicación y la intervención sobre los sucesos que están en aumento, por otro lado se destaca la importancia del acompañamiento psicológico en el proceso deportivo para prevenir la presencia de una lesión.

Como las lesiones generan desequilibrios y problemas en los deportistas a nivel físico y psicológico, el profesional de psicología aporta gran valor al rendimiento deportivo, fortaleciendo distintos aspectos cognitivos por medio de acompañamiento psicológico, algunos

de estos son la motivación, el manejo emocional, la interacción con los integrantes del equipo, la prevención del estrés ante una competencia y la prevención de lesiones, entre otros factores, por medio de herramientas y técnicas, este profesional se encarga de potencializar habilidades, teniendo en cuenta que se debe mantener una salud física y mental en excelente estado para el óptimo desarrollo deportivo (García, 2010).

Johnson, Ekegren y Andersern (2007) citado en Abenza (2010) realizaron un estudio en el año 2005, sobre la eficacia de la intervención psicológica para evitar lesiones, en el cual se encontró que la intervención psicológica de terapia breve del control del estrés daba resultados positivos para la disminución del número de lesiones en comparación con el grupo control. Con relación a esto la intervención psicológica para prevenir lesiones es favorable, aun cuando se hace de manera breve; ya que debido a esta se disminuyó el número de lesiones y se concluyó que la intervención psicológica es un factor relevante para reducir este tipo de sucesos.

Se observan los antecedentes que se tienen con relación a la adquisición de una lesión, haciendo énfasis en deportes de combate, específicamente en el deporte de lucha olímpica. Por ejemplo, en el estudio cubano, sobre las incidencias de lesiones deportivas en atletas de alto rendimiento de la provincia de las tunas, realizado en el año 2012, muestra los porcentajes del total de deportistas que adquirieron una lesión, de acuerdo a lo anterior se encontró:

Que los deportes de combate como el boxeo tienen un índice de lesiones de 13,4 %, el taekwondo de 11,2 %, la lucha de 7,7% y el judo 6,2%. Las lesiones en estos deportes se deben principalmente al contacto físico, pues se caracterizan por acciones con fuerza y precisión en zonas específicas del cuerpo, la mayor cantidad de lesiones se producen debido a los golpes durante los combates (Reyna, 2012). La principal causa de adquirir

una lesión, en los deportes de combate, es el contacto físico; así mismo el deporte que mayor incidencia tiene es el taekwondo.

Se deduce que los deportes de combate presentan altos índices de lesiones debido a la fuerza física implementada en las competencias, a los fuertes golpes producidos por el contacto físico de gran impacto y al desgaste físico que se genera en la práctica deportiva.

Un estudio de índole internacional, realizado a luchadores y taekwondistas, mostró, en cuanto a las lesiones que, “se registran un total de 85 a lo largo de la temporada competitiva (46 en lucha y 39 en taekwondo). El índice de lesión es de 2,42 lesiones por deportista y temporada en lucha, y de 2,60 en taekwondo” (Berenguí, López, Garcés de los Fayos & Almarcha, 2010). Se evidencia que en la temporada competitiva los luchadores tienen mayores casos de lesiones que los taekwondistas, sin embargo el índice por deportista es superior en los deportistas de taekwondo. En referencia a Colombia, el panorama de las lesiones en deportistas de combate, no es claro, dado que no hay estudios que soporten hallazgos significativos frente a este tema, sin embargo en la ciudad de Bogotá se realizó un estudio a deportistas de la liga de lucha olímpica de Bogotá, donde se evidenció que: “en el último año, 15 deportistas no tuvieron ninguna lesión, 11 tuvieron 1 lesión y 2 tuvieron 4 lesiones” (Correa, Rodríguez, Camargo & Correa, 2016). Por consiguiente la presencia de lesiones en estos deportistas es considerable, siendo muy común por lo menos la adquisición de una lesión a lo largo de su carrera.

En conclusión, las lesiones tienen un impacto negativo en quien las sufre, por esto en el proceso de prevención, orientación y recuperación se debe tener en cuenta el acompañamiento psicológico, debido a que el mismo ayuda al deportista a generar y fortalecer estrategias para la prevención y disminución de lesiones; así mismo es de gran ayuda para la readaptación

deportiva en caso de sufrir una lesión. En los deportes de combate se evidencian lesiones debido al contacto físico, también por los giros rápidos y bruscos, mala calidad en las técnicas de bloqueo, uso inadecuado de los implementos deportivos y las deficiencias en el calentamiento (Mendevil, 2018). Se observan múltiples factores determinantes en el desencadenamiento de lesiones en deportes de combate, especialmente en la lucha olímpica, destacándose el contacto físico y el mal calentamiento, lo cual genera vulnerabilidad al deportista y mayor posibilidad de adquirir una lesión. Con base en la información revisada previamente y en relación al acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de la ciudad de Bogotá D. C, surge la siguiente pregunta de investigación. ¿Existe asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesión en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C ?

Justificación

Si bien la realización de deporte está relacionado con beneficios físicos, también se relaciona con beneficios psicológicos, pues el entrenamiento deportivo impacta de manera positiva la auto-percepción de la salud en general, los estados de ánimo positivos, la autoestima y trae como consecuencia la experimentación de bienestar psicológico, la sensación de bienestar corporal y hace que las interacciones sociales se incrementen; en cuanto al estrés se evidencia que este se afronta de mejor manera cuando se practica algún deporte o actividad física. El papel del acompañamiento psicológico juega un papel bastante importante en el desarrollo deportivo ya que trabaja para que las capacidades mentales se conviertan en habilidades y puedan ser dominadas por el deportista para controlar diferentes

situaciones de la mejor manera (Reynaga, Arévalo, Verdesoto, Jiménez,preciado y Morales, 2016).

Sin embargo la demanda de la práctica deportiva de alto rendimiento hace que se empiecen a manifestar diferentes fenómenos, como el desgaste físico y mental, porque el rendimiento deportivo implica manejar un mayor dominio de estrés y hace que las exigencias físicas, técnicas, tácticas y psicológicas sean más elevadas, por lo cual es importante conocer la manera en la que se pueden controlar estos factores para evitar dificultades en la práctica deportiva, una respuesta interesante y necesaria a la premisa es la existencia de un grupo multidisciplinario profesional encargado de todas las áreas intervinientes en el desarrollo del deportista (Ortín, Garcés de los Fayos y Zafra, 2010; Berengüí, Ortín, Garcés de los Fayos & Hidalgo, 2017). De tal forma que se evalúen diversos factores que influyen en el desempeño y que se interrelacionen entre sí, como los componentes físicos y psicológicos.

Debido a las exigencias que tiene que cumplir el deportista se puede presentar durante su carrera el suceso traumático de padecer una o más lesiones, lo que en la mayoría de los casos hace que el desempeño se vea afectado de manera negativa, así mismo emocionalmente se evidencian cambios, se afirmó que:

La lesión deportiva enfrenta a una situación traumática vivenciada más o menos grave para el atleta. Esta situación lleva implícita cargas de ansiedad, dudas, dolor y miedos, que deberán ser abordados con la máxima profesionalidad, con una claridad de roles en la intervención profesional (Guerrero, 2001, P.70).

De acuerdo a esto las lesiones pueden ser percibidas como graves, para el deportista, y traer consecuencias que afectan de manera negativa el desarrollo deportivo y personal, por lo cual es pertinente que se dé la intervención de profesionales que ayuden a dar solución a esta problemática, entre estas intervenciones profesionales, se encuentra la del psicólogo que tiene por objetivo brindar al deportista acompañamiento con el fin de potencializar las habilidades psicológicas y desarrollar las que no posea (Lima, 2014).

Para manejar los cambios experimentados durante una lesión deportiva que genera desequilibrios físicos y psicológicos, es importante la intervención y el rol de psicólogo, entendiendo este como un ente experto generador de cambio, que ayudará al proceso de recuperación y guiará al deportista a contar con estrategias de afrontamiento frente a la práctica deportiva, la competición y el mismo suceso traumático que enfrenta en ese momento, así mismo con los entrenadores y compañeros es provechoso el trabajo que se puede realizar, ya que se pueden generar cambios positivos y hacer que se establezca conductas promotoras del desarrollo deportivo (Sanchez,2007).

Es importante mencionar que la frecuencia de lesiones en deportistas en Colombia es considerable y se pueden presentar por diferentes motivos, de acuerdo al estudio Perfil epidemiológico de lesiones deportivas en la Universidad Nacional: una perspectiva desde el modelo multinivel de los determinantes en salud realizado en 2015, se encontró que los “... determinantes más relacionados con los deportistas lesionados fueron edad entre 20-24 años, estilos de vida inadecuados, mayor tiempo de exposición en la práctica deportiva, metodologías inadecuadas de entrenamiento, lugares de entrenamiento... y falta de redes de apoyo...”(Escorcía,2015,p.9). De acuerdo a lo anterior se deduce que, las lesiones pueden producirse por múltiples factores, lo cual hace que la probabilidad de sufrir, una o más

lesiones aumente cuando se habla de deportistas de alto rendimiento, ya que estos tienen largas sesiones de entrenamiento diarias, según su disciplina y/o deporte, en ocasiones no cuentan con redes de apoyo que los ayuden a enfrentar de manera adecuada las situaciones adversas.

Para tener un panorama más amplio de la frecuencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento, Villaquirán, Portilla & Vernaza (2016) encontraron que:

“El deporte con mayor presencia de lesiones fue el bádminton con el 100%, judo con el 13,9%, fútbol de salón con el 12,1% y voleibol con el 8,7%; encontrándose que las tendinopatías y las lesiones ligamentosas ocuparon el primer lugar de incidencia con el 50,6% de las lesiones deportivas, la zona más comprometida correspondió a los miembros inferiores”. Se observa que en todos los deportes se presentaron lesiones, esto quiere decir que la realización de deporte puede relacionarse con la presencia de una lesión a lo largo de la carrera deportiva” (pg.544).

En cuanto a la Prevalencia de lesiones en luchadores olímpicos bogotanos se encontró un estudio donde participaron 29 deportistas, el fin de este era encontrar la prevalencia referente a lesiones, de acuerdo a esto se evidenció que 11 deportistas tuvieron una lesión (37.93%) y dos tuvieron cuatro lesiones (6.89%) con relación a lo anterior las lesiones más frecuentes fueron el hombro estando presente en más de cuatro casos, representando un porcentaje total del 17%, posteriormente la rodilla, con presencia en tres casos, correspondientes al 10.3% de las lesiones y, por último la cadera, con dos casos con equivalencia al 6.8%”(Correa et al). De acuerdo a esto las lesiones más

frecuentes en la zona inferior del cuerpo, son en la cadera y rodillas, siendo estas las partes del cuerpo más afectadas probablemente por las posiciones que requiere el deporte.

Teniendo en cuenta los datos estadísticos y las consecuencias de adquirir una lesión en el deporte de alto rendimiento, junto con la importancia del acompañamiento psicológico en la realización de la práctica deportiva, se evidencia la necesidad de realizar la presente investigación, con el fin de estudiar si existe alguna asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha de Bogotá, tomando como foco de investigación la identificación de la utilidad del acompañamiento psicológico en función de si influye o a partir del enfoque que maneja actualmente; así mismo se busca contribuir al sustento teórico frente al tema ya que no se ha aplicado este tipo de estudios a la población mencionada y el aporte investigativo ayudaría al fundamento teórico para futuras investigaciones y para evaluar los beneficios del acompañamiento psicológico ante la prevención de lesiones en deportistas de combate, especialmente de lucha olímpica, de la ciudad de Bogotá.

Se busca también aportar a la línea de investigación del programa de psicología, estudios psicosociales en contextos comunitarios, ya que por medio del estudio se pretende evidenciar la relación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en la comunidad deportiva de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá, para dejar precedentes investigativos y que se puedan realizar futuras investigaciones con el fin de evaluar los beneficios del acompañamiento psicológico en la prevención de lesiones, a la misma vez se contemple la posibilidad de la creación de

un programa psicológico dirigido a la prevención de lesiones, ya que actualmente no se cuenta con este y es bastante importante para los deportistas. También surge de la necesidad de ver si el programa ya creado está generando algún tipo de impacto, ya que actualmente no se ha revisado este componente y se busca evidencias la validez y confiabilidad del mismo.

Marco Epistemológico

Los proyectos de investigación generan y fundamentan sus bases teóricas desde un punto de vista particular y partir de un método, mediante los cuales se construyen los pilares y conceptos para los mismos, por lo que se considera el paradigma como un esquema generador de perspectivas con un foco en común, bajo el que se estudia y en ocasiones se brinda solución a un fenómeno o a una realidad social (Ricoy, 2006). Entre los paradigmas destacados el que obedece a la investigación por sus fundamentos científicos es el paradigma lógico positivista como pilar fundamental para evaluar y proporcionar los conceptos correspondientes por los cuales se rige la actual investigación, partiendo de la necesidad de generar concepciones con una fundamentación científica a partir de los que se logre dar a conocer y comprender de manera interdisciplinar y objetiva el fenómeno.

El paradigma lógico positivista “busca los hechos o causas de los fenómenos sociales independientemente de los estados subjetivos de los individuos; aquí, el único conocimiento aceptable es el científico que obedece a ciertos principios metodológicos únicos” (Martínez, 2013, p.2). De tal manera que genera una construcción de la realidad a partir de hechos y relaciones entre los diferentes fenómenos naturales y sociales, identificando así los puntos de encuentro entre ciencia y teoría, con el fin de contribuir a la producción de conceptos verídicos y

cuantificables; siendo así se entiende que dicha construcción, comprende dos fases, empírica y teórica, de las cuales la etapa empírica identifican y caracterizan el comportamiento de la realidad estudiada y la etapa teórica encuentran los estudios que lo soportan, los contenidos de información, por tal motivo en el paradigma se reconoce el método hipotético – deductivo, es decir se genera de lo general a lo particular (Díaz, 2014).

El paradigma lógico positivista es indispensable para las ciencias naturales y sociales, ya que el mismo se enfoca en la metodología cuantitativa, inicialmente comprende el objeto de estudio y su finalidad es registrar, intervenir y controlar, el cual se desarrolla brindando la posibilidad de comprobar una hipótesis basándose en datos numéricos y análisis estadísticos; en la metodología se involucra una serie de pasos rigurosos para el desarrollo, entre ellos encontramos la revisión teórica como apoyo a las hipótesis y posteriormente mediante la recolección de datos sea comprobada o rechazada (Ramos, 2015). Teniendo en cuenta el objetivo, procedimiento y el punto de vista generalizado que plantea el paradigma lógico positivista, se utiliza el mismo para el desarrollo de la investigación actual, ya que proporciona las bases necesarias y los métodos de análisis pertinentes para conocer el fenómeno, describirlo y generar un principio de predicción que se evidencie en el mismo.

Como afirma Pérez (2015) “El positivismo es una epistemología híbrida que combina el racionalismo con el empirismo y la lógica deductiva con la lógica inductiva, también ha sido denominado hipotético deductivo, cuantitativo, empírico-analista y racionalista” (p. 30). El paradigma lógico positivista ha tenido un gran desarrollo, en las diferentes disciplinas de las ciencias, de la salud, de las ciencias económicas, ciencias políticas, entre otras, ya que mediante la cuantificación y los métodos que permiten la utilización de estrategias de medición que brindan datos cuantificables y verificables logra generalizar el principio, y por consiguiente esto

hace que genere mayor credibilidad en cuanto a los resultados de la investigación científica (Cruz, Landero & Salazar 2009). Gracias a esto se considera de gran valor la utilización del paradigma en investigaciones involucradas a las ciencias sociales, teniendo en cuenta que el mismo produce validez y confiabilidad.

El paradigma lógico positivista genera un rol fundamental en la psicología, ya que postula que toda la ciencia para producir un principio debe tener fundamentos verificables y cuantificables, vinculados a la concepción de conocimiento y comprensión de la realidad desde una mirada netamente objetiva, para lo cual es indispensable justificar por medio de evaluaciones y estudios que fundamenten la evidencia (González, 2002). Motivo por el cual, la psicología adopta este paradigma, y busca manejar la investigación del comportamiento de una manera objetiva y predictiva, cuestión que es plenamente aplicable al campo deportivo en general, y en particular en esta investigación en donde se estudia la posible relación con el acompañamiento psicológico y se busca desarrollar por medio de herramientas cuantificables y verificables.

Se toma el paradigma como eje fundamental y punto de partida e interpretación del fenómeno con el fin de comprobar la hipótesis partiendo de conocer el fenómeno, predecirlo y controlarlo; de tal manera que se evidencie la generación de un principio aplicable en la línea del deporte, ya que el mismo brinda la posibilidad de identificar características que generen la categorización, y la descripción de la población que se toma, a la misma vez brinda la probabilidad de generar conocimiento aplicable al objeto de investigación con el fin de contribuir a la presencia del fenómeno y las causas que lo pueden ocasionar, produciendo hallazgos significativos que aporten oportunidad de mejora en la preparación del deportista.

Marco Teórico

Revisión de Antecedentes

El deporte ha sido una práctica llevada a cabo desde el inicio de los tiempos y por naturaleza humana, sin embargo se considera como una disciplina desde las últimas décadas siglo XX, cuando se inicia a considerar la influencia del mismo en los factores sociales, y de esta manera se remonta la revisión teórica y científica identificando estudios que generan la construcción y caracterización conceptual de la disciplina (Vargas, 2012). De esta forma se remonta la investigación de la disciplina y se considera la influencia social de la misma, igualmente se evidencia que en el deporte influyen diversos factores y se puede estudiar desde diferentes campos de acción, ya que es interdisciplinar y de la forma en que la práctica deportiva afecta diversas áreas de acción, los diferentes factores sociales, culturales, físico, psicológicos, entre otros pueden afectar la práctica deportiva (Serrato, 2008).

El deporte de alto rendimiento, también denominado de competencia es la práctica de actividad física que demanda un nivel superior y mayor exigencia física y mental - en comparación con la práctica común -, para que el deportista alcance un nivel de rendimiento elevado, por medio de la frecuencia y persistencia en el entrenamiento y la preparación física y mental para una competencia (Isorna, Louro, Marsillas & Rial, 2013). Como afirmó Altamirano (2002) el deporte de competencia “es aquel que cuya práctica se realiza con aplicación estricta de los reglamentos y normas vigentes correspondientes a la disciplina [...] en esta categoría de deportistas podemos incluir aquellos que tienen conocimientos técnicos y prácticos más profundos.”(p. 10). De manera que se lleva a la práctica dicha disciplina y dicho nivel de

preparación y rendimiento con el fin de que el deportista se encuentre en el estado y la capacidad adecuada para enfrentarse a otro deportista en una competencia.

La influencia de la psicología en el deporte y actividad física se remonta en el año 1979, es considerada como pilar fundamental de la ciencia del deporte; ésta centra su estudio principalmente en los factores psicológicos que influyen en la práctica de actividad física y en el desempeño de los deportistas, destacando cómo estos median en la conducta y en los efectos sobre el cuerpo a la hora de realizar dicha actividad (Barbosa, 2006). A través del paso de tiempo la psicología ha venido tomando fuerza en el área, gracias a los procesos integradores y a la interdisciplinariedad que estructura, dando como hallazgo que los fenómenos psíquicos tienen gran influencia en los resultados del entrenamiento deportivo (Briones, 2016). De esta manera se ha demostrado que por medio de la psicología del deporte se alcanzan objetivos deportivos y se puede llegar a mejorar el rendimiento, involucrando factores mentales que se examinan en el acompañamiento psicológico.

La intervención psicológica en el deporte orienta a su principal objetivo por medio del estudio de tres componentes psíquicos y su interrelación, Gil (2003) refirió que “componente cognitivo, aborda los esquemas mentales, el componente conductual se manifiesta a través de las acciones, y emocional que aborda la motivación de los deportistas” (P.6). De esta manera en la actualidad se entrenan habilidades de manera individual y grupal, con el fin de que el deportista cuente con las herramientas necesarias para enfrentar una competencia de alto nivel y mayor exigencia. Estudios refieren que por medio del entrenamiento en habilidades mentales se ha logrado alcanzar un nivel superior de rendimiento con la intervención o acompañamiento psicológico en comparación a los entrenamientos netamente de las habilidades físicas; esto

gracias al entrenamiento en estrategias y herramientas que funcionan como apoyo para las técnicas del deporte practicado (Martínez & Pérez, 2018).

El acompañamiento psicológico juega un papel importante a lo largo de la carrera del deportista de alto rendimiento, ya que él mismo fomenta las herramientas para los diferentes desafíos que presenta el deportista; dicho acompañamiento se rige bajo el proceso de evaluación diagnóstica con su respectivo informe, la intervención y la formación del deportista, adicionalmente se acompaña de un seguimiento durante la carrera, con el fin de garantizar la salud mental en el deportista y la implementación de estrategias de afrontamiento a los diferentes retos que el entorno demanda (García, 2010). Adicionalmente se considera importante tener en cuenta otros roles del psicólogo deportivo en los que se ha venido desarrollando en el área, Pozo y Romero (2014) propusieron que el psicólogo deportivo se orienta también a procesos de investigación - en cuanto al desarrollo de nuevas técnicas, herramientas y teorías para potencializar el rendimiento de los deportistas - , asesoramiento y planificación - para orientar al equipo interdisciplinar que forma a los sujetos - y la prevención y rehabilitación de lesiones deportivas, con el fin de orientar su recuperación.

En cuanto a el rol de prevención y rehabilitación se tiene en cuenta que es fundamental para el desarrollo de la carrera del deportista ya que en la práctica generalmente se está expuesto al riesgo de contraer una lesión, debido a la exigencia que conlleva y al manejo de la técnica empleada; por la misma razón se ha estudiado significativamente la intervención psicológica en esta área de desarrollo, y ha venido incrementando en los últimos años; adicionalmente se tiene en cuenta que una lesión deportiva afecta diversos factores de actividad, como lo son cambios en el entorno, interrupción, factores personales, familiares y sociales, y diversos procesos emocionales que se pueden ver afectados (Ortín, Garcés & Zafra, 2010). La psicología deportiva

enmarca su estudio en la prevención y rehabilitación, ya que diversos estudios afirman que las lesiones deportivas pueden originarse por factores físicos y psicológicos al igual que en la recuperación; sin embargo, se ha demostrado que los componentes se ven directamente relacionados en el fenómeno (Prieto, Redondo & Zafra, 2009).

Una lesión deportiva es el resultado lesivo de la actividad física o práctica de algún deporte, como afirmó Del Valle y Marqueta (2018) “lesión es un término que se aplica a todos los procesos que cursan con una destrucción o alteración de la integridad de un tejido o parte del organismo [...] es cualquier molestia músculo esquelética o conmoción cerebral” (p.8). En el estudio de la etología de las lesiones se ha demostrado la influencia que tienen los componentes psíquicos que median la conducta, involucrado con diversos factores físicos y situacionales, evidenciando así que factores psicológicos como características de personalidad, exposición a situaciones estresantes o traumáticas y niveles de ansiedad pueden ocasionar o aumentar el riesgo de contraer una lesión deportiva. (Escorcia, 2015). Motivo por el cual la rama de psicología del deporte se enfoca en ampliar la fundamentación teórica de la prevención e intervención en lesiones deportivas.

De esta manera se evidencia que en el desarrollo histórico de la investigación en el deporte se ha incrementado la líneas de investigación que aborda el fenómeno de las lesiones deportivas, indagando tanto la etiología como la intervención y plan de recuperación, se han identificado en los tres procesos que los componentes psicológicos influyen en gran medida y por lo tanto se ha evidenciado el crecimiento de las investigaciones en la rama mencionada. Es de vital importancia mencionar que el aumento de investigaciones ha traído como resultado nuevas tendencias de prevención e intervención a nivel de salud mental y por consiguiente se ha

evidenciado el aumento de nivel de rendimiento en las competencias de los deportistas de alto rendimiento.

Marco conceptual

Deporte

De acuerdo a la perspectiva planteada por distintos autores, el concepto de deporte ha sido modificado innumerables veces a través de tiempo, acercándonos a una definición integradora. Abad, Giménez y Robles (2009) refieren que el deporte “se define como una competencia que involucra una actividad tanto física e intelectual, que posee un conjunto de reglas estandarizadas y está controlado por instituciones oficiales”. El deporte siempre ha jugado un rol fundamental en la cultura y en la sociedad, traspasando fronteras y manteniéndose a través del tiempo. Muñoz y Pérez (2018) afirman que “Las culturas han retratado en ocasiones el deporte como un medio de recreación, de competencia hasta en ocasiones de resolución de disputas entre grupos, otorgándole una importancia más allá de un simple juego”. En el aspecto social por medio de la interacción se comparten relaciones forjadas por el mismo juego, creencias y sentimientos, modificando no solamente a un individuo sino a una sociedad entera.

Deporte de alto rendimiento

El deporte de alto rendimiento se diferencia a los demás tipos de deporte en aspectos como la planeación, dirigido a un objetivo de forma rigurosa y sistemática, por lo general los deportistas que practican el deporte de alto rendimiento son individuos que poseen habilidades físicas entrenadas para sobresalir en cuanto a rendimiento, este tipo de deporte no solamente

requiere habilidades físicas si no, también el dominio psicológico es fundamental para pertenecer a este tipo de deporte (Riera, 2003). Dentro del deporte se encuentran una variedad de categorías, las cuales se enfocan de manera detallada en distintos objetivos, una de estas categorías del deporte es el deporte de alto rendimiento.

El deporte de rendimiento es aquel que se realiza siguiendo las reglas de la práctica deportiva y tiene como objetivo obtener resultados. El deporte de rendimiento puede ser practicado de modo profesional y no profesional. Este último se caracteriza por la libertad de práctica e inexistencia de contrato de trabajo, aunque se permite la posibilidad de recibir patrocinio o incentivos materiales. De modo profesional, caracterizado por la remuneración pactada en un contrato formal de trabajo entre el atleta y la entidad de práctica deportiva. De modo no profesional, identificado por la libertad de práctica y por la inexistencia de contrato de trabajo, permitiendo la recepción de incentivos materiales y de patrocinio (Cáceres, 2019, p 3,4).

Cuando el deporte se practica de forma profesional, la exigencia que tiene el deportista en aspectos físicos o mentales, es mucho más elevado, debido a los objetivos que plantea el deportista, el entrenador, la liga y demás profesionales que están realizando el acompañamiento.

Deportista de alto rendimiento

El deporte de alto rendimiento requiere de un deportista cuyas habilidades y destrezas sobresalen del promedio, en este caso es el deportista de alto rendimiento se caracteriza por ser un individuo el cual posee resultados superiores a los demás deportistas ya sea por factores genéticos o la experiencia adquirida a través del tiempo, por lo general estos deportistas iniciaron su formación deportiva desde una edad temprana (Abello & Sierra, 2008). Para mantener un

rendimiento óptimo requieren de acompañamiento profesional de diversos campos, el entrenador que realiza un acompañamiento constante durante toda la formación del deportista, caracterizándose por poseer habilidades como la disciplina, guía al deportista en todo el proceso formativo, corrigiendo errores para una mejora continua, encaminado en un objetivo (Filgueira, 2015).

Lucha olímpica

Uno de los deportes que se practica en la actualidad y posee una gran trayectoria a nivel histórico, es la lucha olímpica, una disciplina que es tan antigua, que se han encontrado rastros de su práctica en distintas culturas, como en Mesopotamia y Egipto, pero no fue hasta en la cultura griega donde se practicó como una disciplina olímpica (Giménez, Gózales, Guillen & Higuera, 2012). Esta disciplina surge como una herramienta de defensa y sobrevivencia del hombre antiguo frente a amenazas como animales u otros hombres. Este deporte consiste en el contacto físico no por medio de golpes, sino por la fuerza misma y la técnica, teniendo como objetivo desestabilizar al oponente tirándolo al suelo y manteniéndolo sometido en un tiempo determinado, siendo calificada la técnica utilizada sobre el oponente (Federación española de lucha olímpica, 2014).

Las habilidades físicas del deportista son fundamentales para obtener ventaja frente al oponente, la fuerza es una de las más importantes para cumplir el objetivo del deporte, derribar al oponente, esta es aplicada en todos los músculos del deportista y se fortalecen por medio de ejercicio, el uso de pesas entre otras prácticas (Guerrero & Tapia, 2011).

Dentro de la lucha olímpica existe una variedad de categorías, de acuerdo al peso del competidor, esto con la finalidad de que la contienda sea igualada, evitar lesiones y poder utilizar la técnica de forma eficaz.

Lopez y martinez (2010) señalaron la definición de International Federation of Associated Wrestling Styles como

“la modalidad de lucha olímpica posee actualmente tres especialidades incluidas en el programa olímpico: grecorromana, libre olímpica masculina y libre femenina. Ambos estilos de lucha grecorromana y libre, se diferencian principalmente por el uso de las piernas. En lucha grecorromana los contendientes deben aplicar todas las presas y agarres por encima de la cintura, no permitiéndose el uso de las piernas para puntuar o defenderse. Por el contrario, en el estilo de libre olímpica las piernas son un elemento más de ataque y defensa. La variante femenina de este estilo se ha denominado lucha libre femenina o simplemente lucha femenina” (p.41).

Como se describió anteriormente las variaciones entre una modalidad y otra no cambian mucho, ya que está más ligado al uso del tren superior en el caso de la lucha grecorromana y en la libre olímpica se incluye el uso de las piernas.

Lesiones deportivas

Una lesión deportiva se puede definir como una alteración de la estructura física del cuerpo humano, ya sea un desgaste, desgarre o ruptura de algún músculo, hueso o articulación. Dentro de los deportes de contacto físico, como lo es la lucha olímpica es muy común que esto ocurra. En este deporte se utiliza tanto tren superior como inferior y se utiliza la fuerza en el mayor de los casos, es ahí donde se ven expuestas a una lesión las distintas estructuras corporales, esto indica que el deportista corre un alto riesgo de padecer cualquier tipo de lesión a comparación de

otros deportes como la natación, donde se ve más implicado el desgaste en el hombro o los deportes de salto, donde se observan más lesiones en las rodillas; Son múltiples los factores que interviene en la aparición de una lesión en un deportista de lucha olímpicas, aspectos como como el exceso de entrenamiento, debido a competencias que se aproximan, mucho más en la categoría en la que se encuentran los deportistas de alto rendimiento donde la exigencia es mucho mayor, el no estirar las extremidades al finalizar ni al empezar la actividad, el calentamiento previo a la actividad o no contar con los implementos de protección adecuados hace que se expongan mucho más a padecer una lesión (Álvarez et al, 1997).

Como los autores mencionaron anteriormente son muchos los factores que pueden propiciar la aparición de una lesión en un deportista, por esta razón es muy importante una adecuada formación teórica por parte del deportista, tanto en técnica como en herramientas preventivas, manejo psicológico, entre otras. La importancia de una buena formación del deportista sobre cuáles son los tipos de lesiones que se pueden presentar en una práctica o en la misma competencia, es crucial a la hora de la detección del mismo y cómo actuar cuando ocurre la situación. Existen distintos tipos de lesiones cada una varía de acuerdo al tipo de tejido el cual se ve afectado, cutáneas: se dividen en heridas ya sea abierta o cerrada y en hematomas, musculares: se pueden presentar rotura de fibra o distensión del mismo, tendinosas: estas lesiones son inflamaciones de las áreas donde se insertan los grupos musculares, ligamentos: se presenta distensión y roturas tanto parciales como totales vasculares, nerviosas y articulares u óseas (Rosas, 2011).

Ya teniendo en conocimiento cuales son los tipos de lesiones que se pueden presentar, evitarlas y tener el conocimiento de cómo hacerlo es primordial. Las formas de evitar una lesión son variadas y planificadas, se debe mantener un seguimiento continuo del deportista realizando

un examen físico para evaluar sus capacidades y en qué estado se encuentra, analizando a qué objetivo se va a dirigir y si cuenta con la capacidad física para cumplir esa meta. Otro aspecto importante es el realizar un calentamiento adecuado a las extremidades que van a ser expuestas a estimulación física, tanto antes de realizar la actividad como después. Por último, pero no menos importante, el entrenamiento, el cuerpo debe estar en óptimas condiciones físicas y los músculos deben tener la fuerza y resistencia para poder rendir de acuerdo al objetivo del deportista (Busto & Fernández, 2009).

Acompañamiento psicológico

El fortalecimiento de las distintas habilidades psicológicas, es la clave para mantener un deportista de alto rendimiento en condiciones mentales óptimas, tanto para un entrenamiento adecuado, como para la preparación de una competencia (García, 2003). La motivación es una habilidad psicológica que se debe fortalecer constantemente debido a que un deportista sin motivación continua, no va a mantener una rutina de ejercicio de forma planificada, ni se va a plantear metas a corto ni a largo plazo. la recomendación es que se fortalezca la motivación intrínseca en el deportista, ya que este tipo de motivación trasciende el refuerzo o la recompensa que se obtiene en el caso de la motivación extrínseca, ya que en caso de algún fracaso la motivación intrínseca se mantendrá de forma continua a comparación de la extrínseca. Otra habilidad psicológica fundamental a fortalecer es la confianza, cuando el deportista cuenta con el apoyo de su familia, entrenador, psicólogo, un entrenamiento óptimo, control de sus emociones, conocimientos de sus habilidades, planificación de su entrenamiento entre otras variables a favor. La confianza del deportista va a ser bastante elevada, proporcionándole una ventaja la cual favorecerá su rendimiento (Lima, 2014).

El acompañamiento psicológico se caracteriza por una planeación de acuerdo a un objetivo, el cual es el máximo rendimiento del deportista, fortaleciendo aspectos del mismo que pueden o no estar en un estado óptimo, por lo general estos aspectos son identificados por el entrenador, que es la persona que más comparte tiempo con el deportista, logrando detectar dichas dificultades con una mayor facilidad, posteriormente se recurre a generar el plan de intervención donde se realizan una serie de actividades, de acuerdo a la metodología y enfoque en el que se especialice el psicólogo, estos planes a la hora de ser estructurados deben tener en cuenta la inclusión del entorno familiar, social entre otros, siendo fundamentales para poder realizar una intervención adecuada (Molina, 2015).

Los padres juegan un papel muy importante en la formación del deportista, tanto en valores como en habilidades sociales. Teniendo en cuenta que los deportistas por lo general ingresan a practicar un deporte a edades tempranas, son los padres los que integran por primera vez en dicha práctica, pudiendo trabar de manera mancomunada con el psicólogo deportivo, incluyéndolos en los planes de intervención, ya que ellos son los que comparten la mayor parte del tiempo con el deportista. Los niños siempre van a ver a sus padres como modelos a seguir, si el trabajo de acompañamiento se realiza solamente con el deportista y no se evalúa la situación en casa, por más que se trabaje de forma constante, pueden presentarse inconvenientes en el contexto familiar, entorpeciendo totalmente el trabajo realizado con el deportista, por esta razón, es muy importante conocer los distintos contextos en los que se involucra en deportista para poder controlar la mayor parte de variables y el acompañamiento tenga un impacto elevado (Rodríguez, 2010).

El contexto social es fundamental trabajar el plan de intervención psicológico, como contexto social se puede tomar al entrenador, compañeros de equipo, el colegio entre otros. Por

lo general se suelen presentar inconvenientes en la relación entre entrenador y deportista, siendo un aspecto a tener en cuenta la relación entre las dos partes, ya que se evidencian situaciones como, competencias próximas donde las horas de entrenamiento aumentan, el desgaste físico es mayor pudiendo presentarse lesiones, si no se realiza intervención objetiva se puede presentar una sobrecarga de estrés tanto por el entrenador, como por el deportista, observando estas posibles dificultades es importante incluir al entrenador dentro de estos planes, realizando una capacitación guiada al fortalecimiento de distintas habilidades, para trabajar con el equipo. Otro aspecto importante la posibilidad de que se generen rivalidades entre los miembros, desde la mirada psicológica se pues aplicar técnicas para el mejoramiento de la relación con pares; finalmente la relación entre redes de apoyo incentiva, premia y apoya un deportista elevando la motivación (Molina, 2015).

Marco legal

Para efectos de la presente investigación se tiene en cuenta que Colombia se rige por leyes que reglamentan y fomentan la práctica deportiva, la ley 181 de Enero 18 de 1995 en su artículo N° 1 expone el objetivo principal de la creación de la ley general del deporte en Colombia, que postula:

Los objetivos generales de la presente Ley son el patrocinio, el fomento, la masificación, la divulgación, la planificación, la coordinación, la ejecución y el asesoramiento de la práctica del deporte, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre y la promoción de la educación extraescolar de la niñez y la juventud en todos los niveles y estamentos sociales del país, en desarrollo del derecho de todas personas a ejercitar el libre acceso a una formación física y espiritual adecuadas. Así mismo, la

implantación y fomento de la educación física para contribuir a la formación integral de la persona en todas sus edades y facilitarle el cumplimiento eficaz de sus obligaciones como miembro de la sociedad. (Ley 181, artículo 1, 1995)

Se considera que el principal objetivo de la ley, es llevar la posibilidad de práctica deportiva de los diferentes niveles y del deporte de alto rendimiento a cualquier integrante de una comunidad, considerando la práctica deportiva como un derecho de todas las personas, la misma consiste en una serie de actividades planificadas y orientadas a la promoción del deporte, con el fin de generar guía y acompañamiento para el desarrollo de la práctica en cualquier tipo de persona.

Teniendo en cuenta que el deporte está abierto a la práctica de toda la comunidad que lo desee, se genera la necesidad de clasificarlo de acuerdo a ciertos patrones que permiten identificar el nivel de desempeño, por consiguiente, en la ley 181 de enero 18 de 1995 en el artículo 16, se expone la definición del deporte de alto rendimiento, “entendiendo este como la práctica deportiva de organización y nivel superiores. Comprende procesos integrales orientados hacia el perfeccionamiento de las cualidades y condiciones físico-técnicas de deportistas, mediante el aprovechamiento de adelantos tecnológicos y científicos” (Ley 181, artículo 16, 1995). Se toma como concepto clave el deporte de alto rendimiento ya que el mismo es de vital importancia para el desarrollo de la investigación actual, generando el entendimiento pertinente del concepto considerado en el país y por consiguiente en la liga de Lucha olímpica.

En virtud de que se dé cumplimiento a la ley mencionada, se cuenta con organismos encargados de que el deporte logre dar alcance e impactar a toda la población, se estipulan algunas disposiciones para el óptimo desarrollo deportivo, en Bogotá, el Instituto Distrital Para la

Recreación y el Deporte es el ente control para el deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la educación extraescolar del Distrito (Resolución 406, 2018). Es decir que esta institución se encarga de brindar y vigilar que la práctica deportiva se pueda llevar a cabo y sea cumplida en su totalidad como un derecho a toda la comunidad, así mismo se dedica a la creación diferentes actividades para el aprovechamiento del tiempo libre.

Lineamientos éticos

Para la realización de cualquier investigación con humanos o animales se debe tener en cuenta algunos principios que benefician y protegen al ser involucrado en este acto, estos no son rígidos, si no que al contrario sirven como marco de referencia para poder llegar a encontrar estrategias de solución y no cometer errores a la hora de emprender con una investigación (Osorio, 2000). En este caso que la investigación es con seres humanos se hizo indispensable aplicar los siguientes principios: el principio de autonomía, entendiendo esta como la capacidad que tiene la persona de decidir por sí mismo y de manera deliberada hacer parte de algo. El principio de beneficencia que hace referencia a lograr los mayores beneficios posibles en los participantes de la investigación y disminuir en lo posible los daños, especificando antes los beneficios que se obtendrán como consecuencia de la participación y el principio de no maleficencia que se basa en el supuesto de no hacer daño a los participantes (Acevedo, 2002).

De acuerdo con la investigación en curso y teniendo en cuenta que esta es de carácter psicológico es pertinente traer a colación la Ley 1090 del 2006, por la cual se reglamenta el ejercicio de la profesión de psicología. Partiendo de lo anterior se expone el numeral 9 del título 1, de la profesión de psicología, que hace referencia a la investigación con participantes humanos y expone que el psicólogo que realice una investigación, afrontará respetando siempre la

dignidad, el bienestar de las personas involucradas, así mismo estará en la obligación de tener en cuenta las normas legales y los estándares profesionales que rigen la conducta correcta con humanos. Por otro lado, esta investigación contempló todas las consideraciones pertinentes para mantener la confidencialidad de los participantes, así como el pleno conocimiento del alcance de la misma por parte de ellos, lo cual se plasmó en el consentimiento informado.

Marco Metodológico

El marco metodológico en los proyectos de investigación describe el procedimiento, los parámetros, el objeto de estudio y las técnicas que se emplean para llevar a cabo el proyecto, y de ésta manera orientar el cumplimiento de los objetivos (Azuero, 2019). Teniendo en cuenta el paso a paso e indicando los métodos más adecuados para que la investigación sea objetiva. Dicho marco metodológico se ajusta y se direcciona al cumplimiento del objetivo principal de la investigación, que es determinar la si existe asociación en el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en los deportistas de alto rendimiento de la Liga de Lucha Olímpica en Bogotá D.C; el cual se lleva a cabo mediante la caracterización de la población, la identificación de las lesiones en los deportistas estudiados y los factores psicológicos que tuvieron influencia en la presencia de lesiones durante la carrera deportiva.

Diseño de la Investigación

Teniendo en cuenta el objetivo de la investigación se maneja un diseño no experimental o de campo ya que el mismo plantea que la recolección de datos y el análisis es proporcionada de la población, en el mismo, aunque es necesario conocer las variables y su comportamiento no se ejerce ningún tipo de manipulación sobre ellas (Muñoz, 2002). Se utilizó éste diseño ya que para el estudio de las variables no es necesario controlarlas, pero si conocer a profundidad el

comportamiento de las misma y su caracterización para que de la misma manera se estudie la asociación de dos variables - acompañamiento psicológico y presencia de lesiones deportivas.

Enfoque de la Investigación

La actual investigación se lleva a cabo bajo el enfoque cuantitativo, teniendo en cuenta que el mismo considera la investigación científica como el “proceso sistemático y ordenado que se lleva a cabo siguiendo determinados pasos. Planear una investigación consiste en proyectar el trabajo de acuerdo con una estructura lógica de decisiones y con una estrategia que oriente a la obtención de respuestas” (Monje, 2011, p.19). Se toma el diseño ya que el mismo brinda la posibilidad de estudiar datos y variables numéricas con el fin de evaluar el comportamiento mediante al análisis cuantitativo (Fernández y Pértegas, 2002). De esta manera se lleva a cabo la investigación mediante un procedimiento establecido que brinde la objetividad, permitiendo generar inicialmente el planteamiento, la afirmación a confirmar y una base teórica en la que se basa el contraste de resultados por medio de métodos estadísticos.

Alcance.

El proyecto de investigación maneja el alcance descriptivo con un análisis asociativo, reconociendo que el alcance descriptivo busca analizar de manera detallada las variables, teniendo en cuenta las propiedades, características en común, los diversos patrones que pueden ser significativos, entre otros (Fernández, Hernández & Baptista, 2014); también se busca por medio de la asociación determinar la relación entre las variables de investigación. Se identificó la necesidad de realizar una caracterización de la población estudiada, ya que es fundamental conocer la misma a profundidad; a la misma vez se busca identificar los posibles puntos de encuentro entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en deportistas; Por

otro lado la investigación maneja un alcance de tipo documental, teniendo en cuenta que se realiza la misma con base a la construcción de la recolección de datos realizada anteriormente por la liga de lucha olímpica de Bogotá.

Unidad de Análisis

Para la investigación se tienen en cuenta como unidad de análisis los datos suministrados por la liga de lucha olímpica de Bogotá, dichos datos fueron recolectados en el año 2019 por la Liga de Lucha Olímpica de Bogotá D.C de la totalidad de deportistas de alto rendimiento pertenecientes a la misma, programa conformado por 17 deportistas de género masculino y femenino, los participantes se encuentran en las modalidades de prácticas deportivas, Grecorromana, Libre Femenino y Libre Masculino, las personas que participaron en la investigación, están de acuerdo en compartir la información proporcionada por la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C. Entendiendo que la unidad de análisis es el conjunto de sujetos que van a ser evaluados o medidos en una investigación, que a la misma vez cumplen con características específicas (Fernández, Hernández y Baptista, 2014), se toman en cuenta todos los participantes de la misma. Considerando que al realizarse la presente investigación con el total de participantes de la liga, no se establecen criterios de exclusión y el único criterio de inclusión considerado es ser deportista de alto rendimiento de la Liga de lucha olímpica de Bogotá D.C

Variables

Acompañamiento psicológico.

Para efectos de la presente investigación se tiene en cuenta como variable el acompañamiento psicológico, considerado por la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C, como el

proceso de formación en habilidades mentales brindada al deportista por parte de un profesional en psicología; guiado al fortalecimiento de habilidades psicológicas con el fin de generar una preparación, abarcando los diferentes factores que pueden influir en el resultado (García, 2015). Dicho acompañamiento para el grupo de deportistas de la liga de lucha olímpica de Bogotá contiene un número determinado de sesiones realizadas anterior a la presencia de lesiones, guiadas a la intervención psicológica, cada una de 30 minutos aproximadamente, brindada antes y en la presencia de una lesión deportiva. Con fines investigativos se tiene en cuenta que para la asociación, únicamente es necesario identificar la presencia de esta variable, en cuánto la misma cumpla los criterios establecidos anteriormente mencionados.

Lesión deportiva.

Se considera lesión deportiva, a cualquier daño corporal, generador de molestia, que sea producido por la actividad deportiva, ya sea por accidente, exceso o mala práctica (Pérez del Pozo 2015). Para la presente investigación se considera lesión cualquier afección de carácter deportivo que haya sido producto de la práctica deportiva en los entrenamientos o competencias de Lucha Olímpica, la misma ha sido evaluada por un médico profesional y como consecuencia es productora de incapacidad médica.

Técnicas de recolección de datos

La recolección de datos cuantitativos se realizó mediante algunos instrumentos de medición, entre los cuales se encuentra el análisis de datos secundario, que se utiliza cuando los datos recolectados para la investigación se obtienen de una fuente externa, es decir de algún departamento, archivo o de otros investigadores (Hernández, Fernández y Baptista, 2010). Por consiguiente para la obtención de los datos se realizó una revisión exhaustiva de la base de

registro suministrada por el actual presidente de la liga de lucha olímpica de Bogotá D,C; en la cual estaba recopilada información de todos los deportistas afiliados en los últimos cuatro años. Para esto se filtró la información exclusivamente de los deportistas del alto rendimiento que estaban activos para el año 2019, cuando los deportistas ingresan a la categoría de alto rendimiento, el seguimiento que se realiza es mucho más amplio, recibiendo acompañamiento por distintos profesionales, es en este momento es donde el registro del deportista entra a ser de interés para la investigación tomando únicamente esta información. Dentro de los distintos acompañamientos que se le realiza al deportista, es el acompañamiento psicológico y médico el que nos proporciona la información de la frecuencia en que se realizó dicho acompañamiento y en qué momento se produjo una lesión en el deportista, el único registro de acompañamiento psicológico que se tomó para la investigación es el realizado anteriormente a la lesión. De acuerdo a esto se procedió a revisar, depurar y clasificar la información que era pertinente para el proyecto investigativo, posteriormente se consolidó en Excel y en el programa estadístico SPSS.

Si bien la investigación utiliza la técnica de recolección de datos secundaria, es pertinente aclarar que la recolección realizada por la liga se obtuvo a través de una serie de datos obtenidos a partir de los registros de intervenciones realizados por parte del equipo interdisciplinar y las encuestas realizadas a los deportistas de alto rendimiento de la Liga de Lucha Olímpica de Bogotá con fines investigativos, le encuesta según López y Roldan (2015) es la “técnica de recogida de datos a través de la interrogación de los sujetos cuya finalidad es la de obtener de manera sistemática medidas sobre los conceptos que se derivan de una problemática de investigación previamente construida [...] a través de un cuestionario” (p.11). La liga de Lucha Olímpica de Bogotá realizó una serie de encuestas y técnicas de recolección de datos formuladas

y aplicadas por el equipo interdisciplinar, consignadas en el departamento de archivo de la misma; se accede a la información teniendo en cuenta que la misma fue recolectada por profesionales relacionados con el área deportiva, validada por el presidente de la Liga y contando con los permisos institucionales pertinentes, se considera la objetividad de la fuente confiable y se toman los datos suministrados para llevar a cabo la presente investigación.

Técnicas de procesamiento y análisis de datos

La información que se obtuvo de la bases de datos fue seleccionada y organizada en tablas dinámicas de Excel y en el programa estadístico IBM SPSS estadistic 25, allí se organizó, tabuló, etiquetó y categorizó la información con el fin de que fuera más fácil el proceso para graficar y posteriormente analizar. Para llevar a cabo el análisis de asociación se registró la base de datos en el programa SPSS estadistic 25; con el fin de realizar el análisis por medio de un conteo de presencia de las variables –lesiones deportivas y acompañamiento psicológico- se consideran criterios de definición, haber recibido o no programas de acompañamiento psicológico independientemente del contenido del mismo y de acuerdo a los registros realizados por el profesional de apoyo en el área, en cuanto a la presencia de lesiones se tuvo en cuenta si el deportistas tuvo o no una lesión según dictamen médico, una vez detallado el conteo se procedió a hallar la asociación, teniendo en cuenta el anterior procedimiento se utilizó el análisis de estadístico descriptivo por medio de tablas de contingencia y tablas cruzadas, donde se analizó la presencia de acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones, por consiguiente se utiliza el estadístico chi-cuadrado y 5 pruebas más.

Para el análisis descriptivo se toman los aspectos significativos de la base de datos y se organizan en tres categorías de análisis, las cuales corresponden a la descripción

sociodemográfica de la población, a la descripción del perfil deportivo de cada uno de los deportistas de alto rendimiento y finalmente a la caracterización de las lesiones deportivas en función del acompañamiento psicológico, se lleva a cabo el análisis de cada una de las categorías y sus respectivos aspectos, por medio de tablas y gráficos dinámicos de Excel, en las que se relaciona la característica con la presencia de lesiones, se obtuvieron las gráficas dinámicas utilizadas para el análisis descriptivo, en su totalidad fueron 17 y se procede a realizar la interpretación en función a los datos relevantes evidenciados.

Procedimiento

Para dar cumplimiento a los objetivos de la investigación se llevó a cabo una serie de paso a paso y un procedimiento establecido, en primera medida se realiza la recolección de datos a través de la liga de lucha olímpica, partiendo de una serie de datos recolectados y encuestas diseñadas y aplicadas directamente por los profesionales de Instituto de recreación y deporte (IDRD), que hacen parte del programa de alto rendimiento, el registro de intervenciones de las diferentes disciplinas reglamentarias y exigidas por los entes de control deportivo, en dichos documentos se consignan datos correspondientes a la identidad, sociodemográficos, el historial deportivo y de competencia, las intervenciones del equipo interdisciplinar, los beneficios y patrocinio de los deportistas pertenecientes a la liga deportiva, dicha información es consignada a lo largo de los últimos 4 años; Posteriormente se procede a ejecutar el análisis de los datos, para construir la base de registro de los mismos, por medio de la herramienta Excel; Se realiza la selección de componentes y se toman en cuenta únicamente los datos que son significativos para realizar el análisis estadístico, seguido se realiza la categorización, en tres apartados de estudio, perfil sociodemográfico, perfil de deportistas, y estudio del acompañamiento psicológico en la

presencia de lesiones, esto con el fin de realizar la descripción y conocer más a detalle la dinámica de la población.

Teniendo en cuenta el objetivo de la investigación, identificar la asociación entre acompañamiento psicológico y presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento, como primer acercamiento en relación a las variables en la población, inicialmente se identifican los parámetros bajo los cuales se determina la presencia de las variables, para el caso puntual del acompañamiento psicológico se identifica en la base de datos los registros, para determinar si el acompañamiento se considera como ausente o presente, para la identificación de presencia de lesiones se acude a las respuestas registradas en el dictamen médico de cada deportista, para identificar el atributo. Se toman los datos de registro en la base que obedecen a la presencia o no de las dos variables, y se analizan generando un indicador por medio de conteo y ejecutando el registro en la herramienta IBM SPSS estadístic 25, una vez registrados los resultados, se analizan; es importante tener en cuenta el grado de confiabilidad, el margen de error y los coeficientes detallados en los resultados, con el fin de obtener un análisis más objetivo. Finalmente se toman los datos obtenidos y se contrastan con la teoría consignada inicialmente en los referentes teóricos, registrando los hallazgos significativos.

Para el análisis descriptivo se toman en cuenta las categorías, se realiza una comparación con cada una de las variables relacionándolas con las lesiones presentadas por cada uno de los deportistas, y tomando los componentes de las variables registrados en la base de datos de Excel, estos datos se consignan por medio de tablas dinámicas, que permiten destacar y detallar la frecuencia de cada uno de los atributos en comparación con el otro, para que esta información pueda ser observada de una forma comprensible, se crean las gráficas dinámicas, en las cuales se

analiza la presencia de cada atributo por presencia o ausencia de lesión, con el fin de obtener una interpretación complementaria sobre las diferentes categorías de análisis.

Consideraciones

Se considera importante tener en cuenta que para el hallazgo y el análisis de la asociación entre las variables acompañamiento psicológico y presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento, se toma como criterio principal de medición la presencia de cada una de las variables, es decir que para considerar el atributo presencia de lesiones se tiene en cuenta únicamente que él, o los deportistas hayan padecido al menos una vez alguna lesión; de la misma manera se toma el acompañamiento psicológico en función de la presencia del mismo, para la investigación no se mide la efectividad el acompañamiento psicológico, se tiene en cuenta la característica correspondiente al tiempo como medición apropiada para determinar la presencia del constructo.

La presente investigación toma como criterio de medición y determinación para el atributo –acompañamiento psicológico- el tiempo, teniendo en cuenta que la consistencia y persistencia de la intervención psicológica genera una serie de resultados sobre el deportista, el acompañamiento psicológico se puede evaluar o determinar en función del tiempo, ya que se plantea el mismo como uno de los indicadores de funcionalidad del acompañamiento psicológico (Abenza, 2010). El criterio de medición –tiempo- utilizado en la investigación, se tomó principalmente como criterio para determinar la presencia de lesión y, fue complementado con la identificación de la frecuencia del acompañamiento psicológico para dar más enfoque a la medición.

Resultados

En el apartado se consignan los resultados del análisis descriptivo realizado por medio de la descripción frecuencial y el estudio de las mismas, teniendo en cuenta tres categorías, descripción sociodemográfica, descripción deportiva y acompañamiento psicológico, posteriormente se detalla el análisis para evidenciar si existe una asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones.

Análisis Asociativo

En el análisis para hallar si existía asociación entre las dos variables categóricas se realizó mediante la herramienta SPSS, por medio del análisis de las tablas cruzadas donde se evidenció el resumen de los procesamientos de los datos, la frecuencia obtenida y la frecuencia esperada en cada una de las variables, luego se realizó la tabla para obtener las pruebas de chi-cuadrado: de Pearson, Corrección por continuidad, Razón de verosimilitudes, Estadístico exacto de Fisher y Asociación lineal por lineal-, con el fin de analizar si existía una asociación entre las variables acompañamiento psicológico y presencia de lesiones. En el análisis realizado se comprobó que no se puede utilizar la prueba chi-cuadrado de Pearson para el análisis de asociación, esto debido a que el 75% de los casos esperaba un recuento menor que 0,05, por esta razón se usó la corrección de continuidad, la cual arrojó un valor de 0,03 con una significancia asintótica bilateral de 0,95, por lo que se acepta la hipótesis nula, dicho de otra manera se puede afirmar que la presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C. no se asocia con el acompañamiento psicológico.

Tabla1

Tabla de Cruzada, Resumen de Procesamiento de Datos.

	Casos					
	Válido		Perdido		Total	
	N	Porcentaje	N	Porcentaje	N	Porcentaje
¿Ha tenido acompañamiento psicológico anterior a la lesión? * ¿Ha sufrido lesiones en su carrera deportiva?	17	100,0%	0	0,0%	17	100,0%

Tabla 1. Resumen del procesamiento de los casos (Fuente propia).

Tabla 2

Tabla Cruzada Acompañamiento Psicológico Anterior A La Lesión Presencia De Lesiones En Su Carrera Deportiva.*

			¿Ha sufrido lesiones en su carrera deportiva?		Total
			Si	No	
¿Ha tenido acompañamiento psicológico anterior a la lesión?	Si	Recuento	12	3	15
		Recuento esperado	11,5	3,5	15,0
		% del total	70,6%	17,6%	88,2%
	No	Recuento	1	1	2
		Recuento esperado	1,5	,5	2,0
		% del total	5,9%	5,9%	11,8%
Total		Recuento	13	4	17
		Recuento Esperado	13,0	4,0	17,0
		% del total	76,5%	23,5%	100,0 %

Tabla 2. Tabla de cruzada. Recuentos. Acompañamiento psicológico anterior a la lesión * Lesiones deportivas. (Fuente propia).

Tabla 3*Pruebas de Chi-Cuadrado.*

	Valor	Df	Significaci ón asintótica (bilateral)	Significaci ón exacta (bilateral)	Significaci ón exacta (unilateral)
Chi-cuadrado de Pearson	,883 ^a	1	,347		
Corrección de continuidad ^b	,003	1	,958		
Razón de verosimilitud	,766	1	,382		
Prueba exacta de Fisher				,426	,426
Asociación lineal por lineal	,831	1	,362		
N de casos válidos	17				

a. 3 casillas (75,0%) han esperado un recuento menor que 5. El recuento mínimo esperado es ,47.

b. Sólo se ha calculado para una tabla 2x2

Tabla 3. Tabla cruzada. Pruebas de chi-cuadrado acompañamiento psicológico anterior a la lesión * Lesiones deportivas. (Fuente propia).

Análisis Descriptivo

Por medio del estudio descriptivo se realiza un análisis detallado de los factores significativos de los deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C.

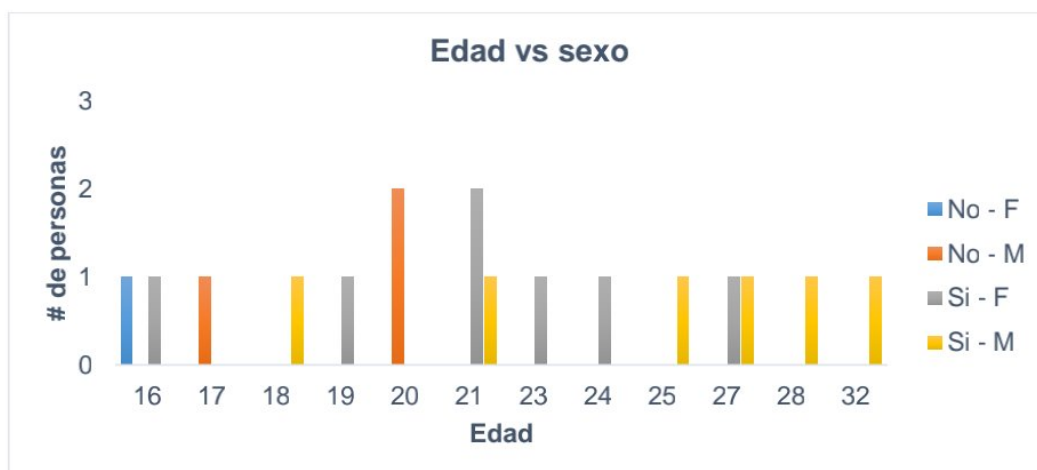


Figura 1. Edad Vs Sexo. (Fuente propia).

De las 17 personas encuestadas 4 (23,5%) no presenta lesiones, esto nos lleva a la conclusión que es mayor el % de personas encuestadas que han tenido lesiones, además a los 21 años se presenta una mayor presencia de lesiones. En el estudio se entrevistaron 8 mujeres y 9 hombres. Siendo los hombres los que menos presentaron lesiones, de los 9, solo seis tuvieron alguna lesión y en el caso de las mujeres de las 8 mujeres, 7 tuvieron lesiones

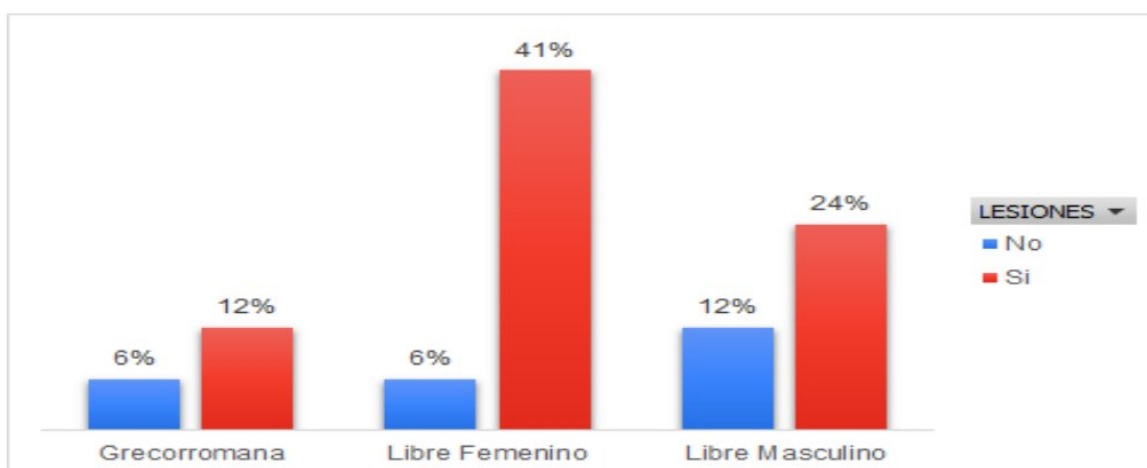


Figura 2. Modalidades de Entrenamiento. (Fuente propia).

En la liga de Lucha Olímpica de Bogotá se practican tres modalidades de entrenamiento diferentes, Greco-Romana, Libre femenino y Libre masculino, se evidencio que el mayor porcentaje de participantes cubre la modalidad libre femenino, y a la misma vez es la modalidad que más presenta lesiones, probablemente debido al género que la práctica.

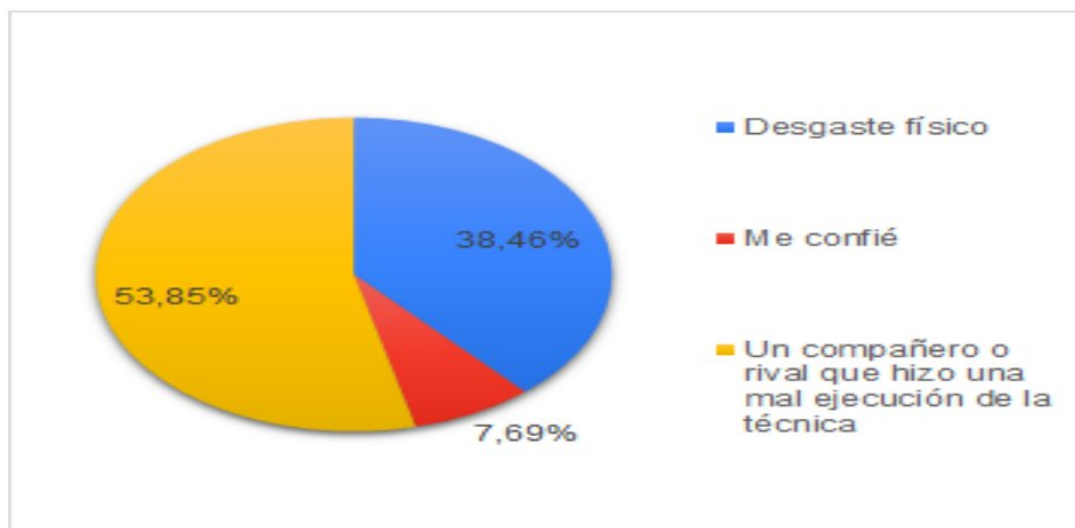


Figura 3. Causas de la lesiones en deportistas de Lucha Olímpica de Bogotá . (Fuente propia).

Respecto a las causas de la lesión los deportistas pertenecientes a la población refieren que se deben al desgaste físico, a la confianza y a la mala práctica de un compañero o rival, el 38,4% refiere que el desgaste físico ocasionó la lesión, el 7,69% refiere que fue a causa de la confianza y el 53,85% indica que la mala técnica de un oponente o contrincante le ocasionó la lesión.



Figura 4. Miedo y adquisición de una lesión.(Fuente propia).

En la gráfica se evidencia que el 46,15% de las personas lesionadas sintió miedo de adquirir una lesión después de llevar un tiempo en el alto rendimiento, esto se puede atribuir que el alto rendimiento requiere de un gran esfuerzo psicológico y físico.

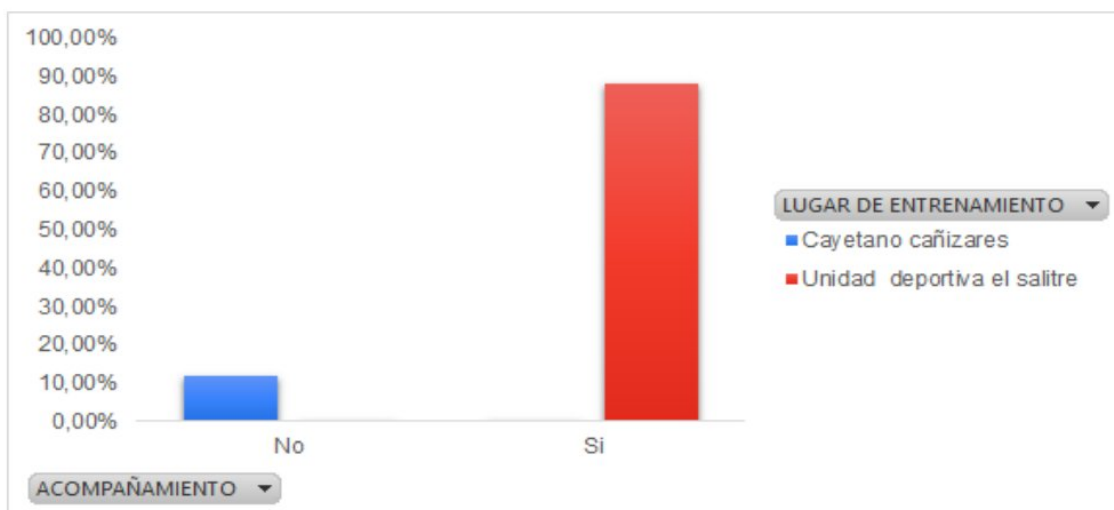


Figura 5. Acompañamiento Psicológico en relación al lugar de práctica. (Fuente propia).

De la población en general se encontró que el 88,24% entrena en la unidad deportiva el salitre y tiene acompañamiento psicológico, por otro lado el porcentaje restante tiene como lugar de entrenamiento el parque metropolitano Cayetano cañizares y no recibe acompañamiento psicológico, esto se debe probablemente a que el lugar de ciencias aplicadas al deporte donde se atiende a los deportistas está ubicada en la localidad de Engativá, donde también está el otro sitio de entrenamiento de la mayoría de deportistas.

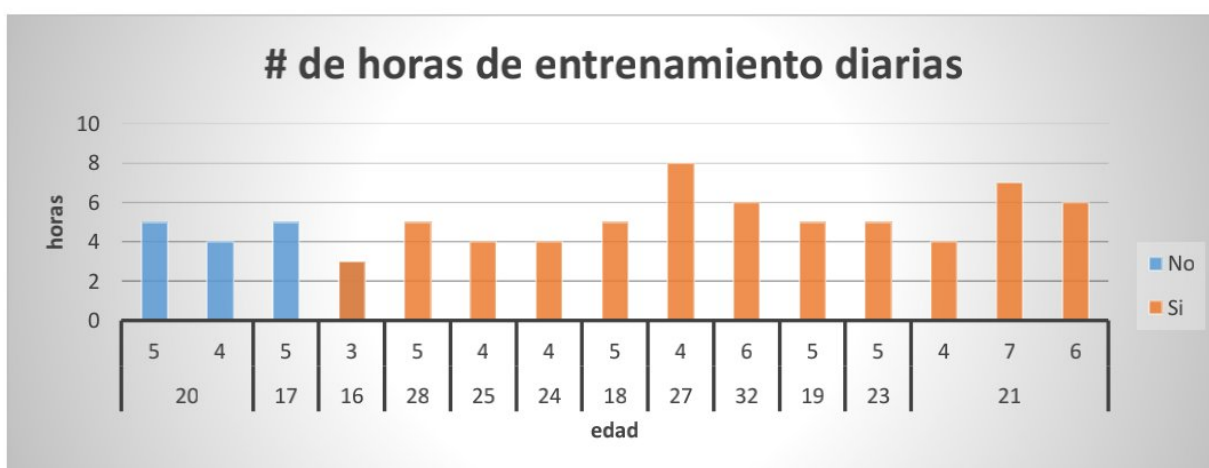


Figura 6. Número de horas de entrenamiento diarias, edad y lesiones. (Fuente propia)

Los deportistas entrevistados practican diariamente entre 3 y 7 horas diarias, sin embargo se observa que el número de horas no es un factor determinante para definir si se tiene o no una lesión. Ya que se encontró personas que no habían tenido lesiones con 4 y 5 horas de entrenamiento, como otras que si las habían tenido con esta misma cantidad de horas.

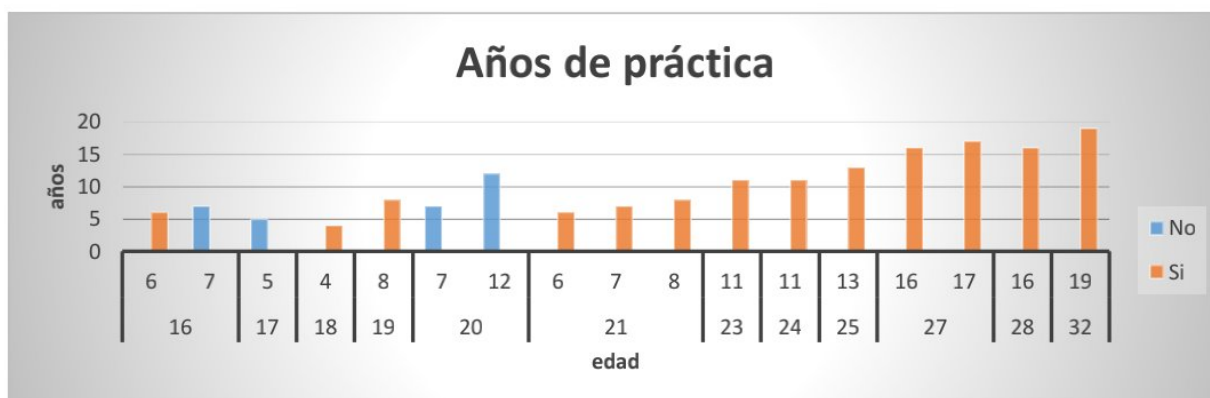


Figura 7. Años de práctica, edad y presencia de lesiones. (Fuente propia).

En la gráfica se evidencia que a medida que aumenta la edad y directamente los años de práctica, se empieza a tener lesiones, esto contradice que a mayor tiempo, mayor experiencia y menos lesiones.

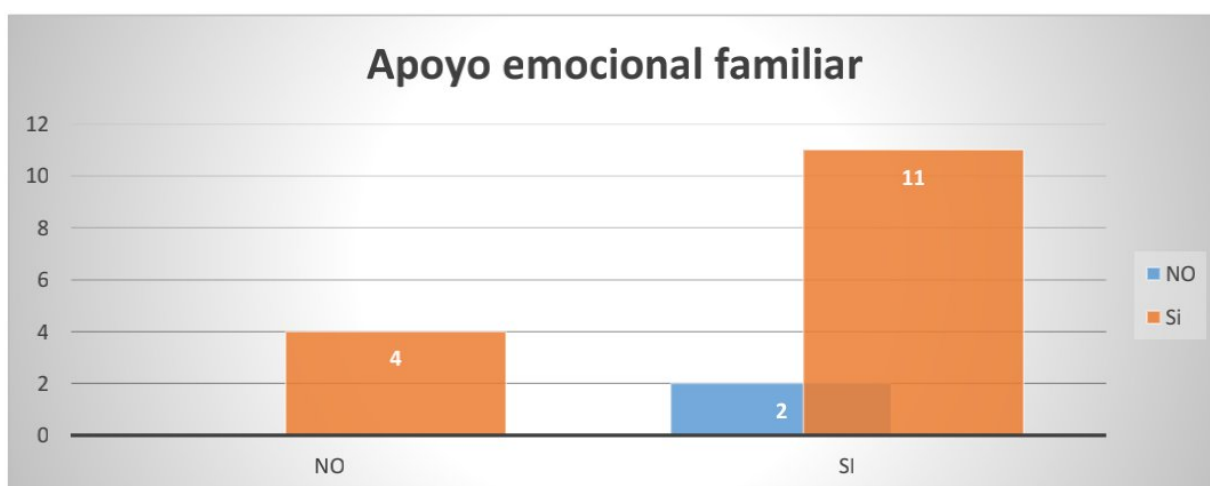


Figura 8. Apoyo emocional familiar. (Fuente propia)

En esta grafica se está analizando de las personas encuestadas cuantas tuvieron apoyo emocional ya sea que hayan tenido lesiones o no, se observa que de los 17 encuestados solo 2 no tuvieron apoyo emocional y estos tuvieron lesiones, posiblemente este suceso se puede asociar con la presencia de una lesión y también puede que lleve a que la recuperación tome mayor tiempo y pueda dejar secuelas a futuro.

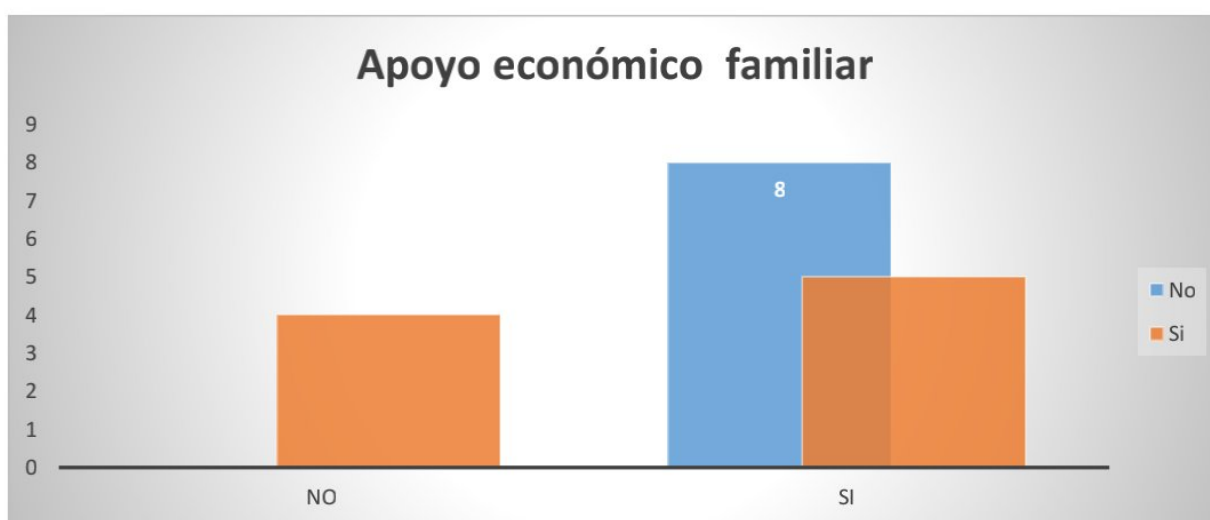


Figura 7. Apoyo económico familiar en deportistas de alto rendimiento de Lucha Olímpica de Bogotá. (Fuente propia).

En esta grafica se evidencia que en el apoyo económico suele ser menor en la población en general, ya que de las personas encuestadas solo 5 reciben apoyo económico, esto se puede deber a que los participantes pertenecen a los estratos 2 y 3 y su núcleo familiar está compuesto por varias personas. Por otro lado se puede atribuir a que son deportistas apoyados que reciben beneficios monetarios por sus logros por lo cual no requieren de que sus familias les brinden ayudas de este tipo.



Figura 11. Acompañamiento psicológico vs preparación para una lesión. (Fuente propia)

En esta grafica se evidencia que 6 de los deportistas no se encuentran preparados para asumir una lesión, sin embargo se ve que es de gran importancia el apoyo psicológico ya que aumenta la probabilidad que la persona esté preparada para asumir este tipo de lesiones y superarlas, de los 14 deportistas que tuvieron acompañamiento el 78,6% se sienten capaces de superar esta situación.



Figura 12. Importancia de estrategias mentales en deportistas de Lucha Olímpica de Bogotá. (Fuente propia).

De las personas encuestadas, las cuales han presentado lesiones a lo largo de su carrera deportiva les parece importante utilizar estrategias mentales para superar una lesión o evitar la misma, de las personas que no presentaron lesiones dos piensan que las estrategias no son importantes, esto se debe posiblemente a que no ha tenido que verse relacionado con una lesiones en el transcurso de su carrera.

Discusión

A partir de los hallazgos encontrados, se da respuesta a la pregunta de investigación ¿Existe una asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D.C? obteniendo como resultado que no existe asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones en Deportistas de alto rendimiento de la Liga de Lucha olímpica de Bogotá D, C, se demuestra que aunque existe acompañamiento psicológico se presentan lesiones y se evidencia relación con lo que afirma el autor Rubio y Chaparro (2000), la presencia de lesiones no es unicausal, pueden estar relacionados múltiples factores internos y externos que median la etiología de la misma, al ser un proceso multidisciplinar no se debe estudiar desde una sola disciplina, se deben tener en cuenta las diferentes áreas con el fin de realizar un análisis complementario que determine el o los verdaderos focos causales de las mismas.

Tal y como lo demuestra el estudio se tuvo en cuenta una sola variable -acompañamiento psicológico- para realizar el análisis, motivo por el cual se establece que la investigación tuvo limitaciones en cuanto al alcance investigativo y al abordaje que se dio en relación a las causales de una lesión y por esto no se incluyen factores determinantes adversos al acompañamiento psicológico pero que también influyen significativamente en la presencia de lesiones; si bien es importante identificar variables psicológicas a la hora de estudiar una lesión, se deben conocer las variables externas, que a la misma vez pueden influir en la presencia de lesiones. Adentrándose más a detalle en los factores que influyen en la prevención de la aparición de lesiones, para identificarlos de una mejor manera se recurre a categorizarlos como factores extrínsecos e intrínsecos -externos e internos-.

Dentro de los factores intrínsecos no solamente se encuentran los factores psicológicos, aspectos sociodemográficos como la edad, la cual, de acuerdo al aumento de la misma, según el estudio la probabilidad de padecer una lesión aumenta, debido a la aparición de distintas enfermedades, el desgaste muscular, óseo y cartilaginoso aparece, dificultando mantener un estado físico deseado, como el que se posee en un estado más joven, otro aspecto intrínseco que influye en la aparición de cierto tipo de lesiones es el género, según la investigación en el género femenino se presentó un mayor porcentaje de lesión, según la teoría se plantea que tanto hombres como mujeres, tienden a presentar lesiones de distintos tipos de acuerdo al género, ya sea por temas como la composición física o cuestiones hormonales. Por último, aspectos como el estado de salud y la composición corporal nos pueden indicar que, si previamente ya se había presentado una lesión, posiblemente se puede presentar de nuevo, sumándole a esto la fluctuación de carga en el entrenamiento o practica que se ejerce en las extremidades puede generar una nueva lesión o lesionar nuevamente una misma área (Prieto, 2015)

Dentro de los factores extrínsecos se encuentran aspectos como la deficiencia en la proporción de indumentaria para la práctica adecuada de dicho deporte, en ocasiones los lugares donde se practica, no cuentan con los implementos de protección, aumentando la probabilidad de aparición de una lesión. Por último, el aspecto de los factores humanos, en ocasión es lo que entorpece el proceso de una buena prevención sobre una lesión, la sobrecarga física y emocional por parte de un entrenador, familiar, entre otros, puede llevar a que el deportista pueda generar una lesión más fácilmente (Arango et all, 2007). Según lo evidenciado tanto en la teoría como en la investigación la aparición de lesiones no es producida simplemente por un factor determinante si no que juegan papeles fundamentales factores propios de personalidad y factores externos

relacionados al ambiente deportivo, lo cual complejiza el análisis de las relaciones debido al control de las distintas situaciones que se pueden presentar en la aparición de la misma.

Para tener en cuenta qué propicia una lesión se deben analizar diferentes factores que inciden en la vulnerabilidad de la presencia a lo largo de la carrera deportiva, como se expuso anteriormente estos no son unicausales, según esto, en algunos estudios sobre corredores se evidencia que los factores relacionados con el entrenamiento incrementan el riesgo de la adquisición de una lesión, entre estos factores se hallaron algunos asociados, como las sesiones semanales de entrenamiento, el nivel de competición, también otros factores relevantes como la edad, el peso y por último la talla (Rodal y García, 2012). Con relación a lo anterior los factores del entrenamiento pueden influir en que se presente una lesión en los deportistas así mismo el peso la talla y la edad son factores que se debe tener en cuenta a la hora de relacionar la vulnerabilidad a presentar una lesión, por lo cual estas variables se pueden relacionar para encontrar si existe algún tipo de asociación con respecto a la presencia de una lesión.

Con relación a esto se asume interesante evidenciar como el estrés con manejo inadecuado genera y propicia mayor probabilidad en los deportistas de ser propenso a sufrir una lesión.

Otro factor importante a tener en cuenta es la influencia del entrenador sobre el deportista, si bien este es visto como una figura que propicia el desarrollo deportivo, en ocasiones por la presión de una competencia importante o la exigencia al deportista y el alto nivel del entrenamiento, acompañado inadecuado manejo de las cargas durante cualquier temporada, puede propiciar la susceptibilidad de contraer más fácilmente una lesión, es por esto que Romero (2000) asegura que las lesiones en ocasiones pueden ser generadas por un mal manejo del entrenamiento e inconsistencias en la metodologías para el óptimo desarrollo de la práctica

deportiva y que entre los errores más comunes se evidencia la aplicación repetitiva de grandes volúmenes de carga y la incapacidad de propiciar el descanso adecuado después de cada sesión de entrenamiento.

De acuerdo a lo evidenciado en la investigación se recurre a la aceptación de la hipótesis nula lo que nos indica que no hubo asociación entre el acompañamiento psicológico y la aparición de la lesión, lo anteriormente mencionado, se justifica gracias a que el aspecto psicológico no es el único factor que se ve involucrado en la práctica de deporte, también juegan áreas como lo cultural, social, económico, físico entre otros. Puede que el factor psicológico este en óptimas condiciones, sin embargo, si en alguna de las otras áreas se presenta una deficiencia puede tanto afectar los procesos y habilidades psicológicas ya fortalecidas, como las demás áreas (Serrato, 2008).

El acompañamiento psicológico siendo el factor principal de la investigación, puede influir de una manera significativa, si se emplea de una manera efectiva, dicho acompañamiento se debe encaminar a un objetivo planeado con anterioridad y se debe realizar en todas las fases de la formación del deportista, tanto en momentos de entrenamiento, de competencia y posterior a una competencia (Ros, Toro & Zafra, 2010). Un aspecto que se observó en la investigación, según los requerimientos anteriormente planteados que influye en la ausencia de asociación entre las dos variables es el acompañamiento psicológico ocasional, como se evidencia en uno de los lugares de entrenamiento -Cayetano Cañizales- hay bajas sesiones de acompañamiento, probablemente por la ubicación del centro de entrenamiento, trayendo como consecuencia que el mismo no sea significativo y no se pueda abordar al análisis de una forma objetiva

Otra de las razones para que no se presente asociación es porque el acompañamiento brindado orienta su principal objetivo a la preparación del deportista de alto rendimiento para la obtención de buenos resultados en la competencia o el aumento de nivel de rendimiento, esto concuerda con la afirmación de Isorna, Louro, Marsillas y Rial (2013), “según los expertos, las demandas del alto rendimiento en cada especialidad requieren que el deportista funcione psicológicamente de una determinada manera, maximizando así sus posibilidades de alcanzar el éxito” (p.263). Lo que sustenta que la intervención psicológica en el área del deporte trabaja dirigida hacia otro foco atencional cómo es el fortalecimiento de habilidades psicológicas en función del rendimiento dejado un poco el tema dirigido a la prevención y el tratamiento de lesiones en los deportistas de alto rendimiento.

En el caso puntual de la población de la liga de lucha olímpica de Bogotá, el psicólogo deportivo de combate nombro e identificó que el acompañamiento psicológico centra su desarrollo y plan de intervención en el entrenamiento de habilidades mentales que permitan desarrollar herramientas estratégicas de competencia y aumenten los niveles de rendimiento (F. Clavijo, comunicación personal, 10 de Marzo del 2020). Se basan en postulados evaluados con anterioridad, de hecho la investigación y recolección de datos está orientado al mismo objetivo, se encuentra que se realiza cada determinado tiempo un panel de expertos que generan el documento de lineamientos en la intervención psicológica a deportistas de alto rendimiento, sin embargo en los mismos no se aborda el tema de prevención ni intervención psicológica en las lesiones; lo cual conlleva a concluir que el acompañamiento no tiene en cuenta la prevención y presencia de lesiones, y si bien se realiza no se determina de una manera complementaria, en cambio se realiza el seguimiento únicamente.

Teniendo en cuenta lo anterior se establece un hallazgo significativo que se obtuvo por medio de la investigación, se relaciona con la descripción del tipo de acompañamiento psicológico que reciben los deportistas de la liga de lucha olímpica de Bogotá, ya que se estima que la misma se realiza en función del aporte al cumplimiento de objetivos y al alcance del mayor nivel de desempeño de los deportistas, con el fin de que reciben la preparación adecuada mediante las concentraciones para que reciben las competencias, dicha información se obtuvo de los participantes, ya que los mismos describen la importancia que tiene el acompañamiento en el proceso, sin embargo, afirman que en cuanto al aspecto puntual de las lesiones, tanto en la prevención y preparación como en el afrontamiento se deja un poco del lado, a través del proyecto se evidencia que una de las justificaciones a la ausencia de asociación es que a pesar de que el acompañamiento se brinda, su principal objetivo no es el tratamiento psicológico de la lesión.

Teniendo en cuenta los aspectos mencionados anteriormente se justifica el hallazgo significativo, lo cual nos lleva a considerar que no hay asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones, debido a que las mismas se pueden ocasionar por diferentes factores, como que los integrantes se pueden ver expuestos a situaciones ambientales y personales que aumentan el riesgo y no son tratadas mediante el acompañamiento psicológico, también puede ser debido este mismo orienta su objetivo a un foco diferente y deja un poco de lado este aspecto, el cual es importante tener en cuenta para mejora del mismo y del propio rendimiento del deportista. Se considera pertinente mencionar que, como aspecto importante para la investigación se destaca la limitación que se tuvo, pues si bien se tomó la totalidad la población de deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá, el número de participantes de la misma es reducido, lo cual produce que los resultados del análisis se

orienten hacia otra dirección, por lo cual fue necesario utilizar la corrección por continuidad para tener un resultado más confiable.

Para efectos de la actual investigación y mayor explicación y claridad del porqué de la asociación se consideró pertinente realizar un análisis descriptivo de la población, planteado en tres categorías, análisis sociodemográfico, perfil de los deportistas de alto rendimiento y aspectos relacionados a acompañamiento psicológico y lesiones deportivas. Es importante conocer y describir a profundidad la población con la que se trabaja, ya que este análisis genera oportunidades de comprensión y hallazgos significativos que aportan al fenómeno estudiado, de lo mencionado se obtienen las conclusiones consignadas en los próximos párrafos.

El análisis sociodemográfico evidencia que los deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá tienen entre 16 y 32 años de edad, son de estratos socioeconómicos 2 y 3 evidenciando una mayor prevalencia del estrato 2 ; adicionalmente el grupo es mixto, cuentan con diferentes formaciones académicas y se encuentran desempeñando diversas ocupaciones además de ser deportistas.

A pesar que las edades de los participantes oscilan entre 16 y 21 años, se evidencia mayor presencia de integrantes de 21 años, cubriendo el 18% de la población, pues como afirmaron García y Ruiz (2013) es la edad aproximada de desarrollo y preparación para ser un deportista de alto rendimiento, sin embargo por diferentes rasgos de personalidad que se generan se concentra y se llega a su grado de competencia más alto en la edad adulta; se evidencia presencia de lesiones en la mayoría de los sujetos, pero muestra se muestra una frecuencia más alta a partir de los 21 años, como afirma (Pérez del Pozo, 2014) en diferentes estudios los participantes de mayor edad tienden a presentar mayor presencia de lesiones.

Se evidenció que el 47 % cubre el género femenino de las cuales el 41% se ha lesionado, mientras que el género masculino cubre el 53% de los cuales el 18% no se ha lesionado, demostrando que la mayor parte de las participantes lesionados son de género femenino, Arango, Clavijo, Gallego, Osorio y Patiño (2007) plantean que las mujeres tienden a adquirir lesiones con mayor frecuencia que los hombres y, sin embargo varía el tipo de gravedad en cuanto al género.

La formación académica de los participantes es diversa, pues se cuenta con bachilleres, técnicos, tecnólogos, profesionales, y especialistas -en formación o graduados-. La población más representativa cuenta con el bachillerato completo y equivale al 41%, el restante de la población se encuentra cursando la formación académica en las diferentes modalidades, en relación a esto se afirma que un gran porcentaje de los participantes son estudiantes cubriendo el 76% de los mismos, el otro 24% son entrenadores e independientes, tal como afirmó Contreras y Redondo (2015) gran parte de la población de alto rendimiento adicional a la práctica deportiva dedica su tiempo a estudiar, teniendo en cuenta que la mayoría de las universidades brindan beneficios económicos y patrocinio mediante becas o subsidios a los deportistas, como apoyo adicional al entrenamiento.

Dentro de la lucha olímpica existen tres modalidades, de estas las tres se practican en la disciplina de alto rendimiento dentro del IDRD, según las reglas establecidas por la lucha olímpica todas las mujeres que equivalen a un 47% de la población están ubicadas en la modalidad de lucha libre femenina, un 18% en la modalidad grecorromana y en la lucha libre masculino el 36%. Dentro de estas dos modalidades masculinas, la grecorromana y la lucha libre. Se podría llegar a afirmar una predilección entre una modalidad u otra., según los resultados se observa un elección de la lucha grecorromana en edades intermedias altas, entre 20 a 31, mientras que en el caso de la lucha libre masculina inician desde una edad más corta 17 años,

debido a que la lucha grecorromana requiere una habilidad y fortaleza física mayor a la de la lucha libre, como también un adecuado uso de la técnica, ya que implica solamente el uso del tren superior, está prohibido el uso de las piernas, lo que implica una mayor dificultad al someter al rival, a comparación de la lucha libre masculina donde se puede utilizar tanto tren superior como inferior, donde se puede enfocar más en la agilidad y en el uso de la técnica (International Federation of Associated Wrestling Styles 2009).

En cuanto a la variable de lesión, la frecuencia es consistente entre lucha grecorromana y lucha libre masculina, de un 18% que es la población de la modalidad grecorromana el 12% se lesiona, en la modalidad lucha libre que es un 36% el 24% se lesiona. Donde hay una gran cantidad de diferencia en la aparición de lesión es en la lucha libre femenina, cuya población es del 47% y el 41% se ha lesionado, lo que significa que hay una probabilidad elevada de sufrir lesión por parte del género femenino.

La población que se compone de deportistas de una categoría en especial, llamada alto rendimiento, esta requiere de cierto tiempo de práctica de dicho deporte para hacer parte de ella, ya que se requiere el desarrollo de habilidades tanto físicas como mentales, siendo lo ideal iniciar a practicar el deporte desde una edad temprana, donde las destrezas físicas son mucho más fácil de formar, contando con cierta ventaja, ya que entre más años de práctica en edad temprana, mayor es la probabilidad que pueda llegar a ser un deportista de alto rendimiento (Abello y Sierra, 2008). La población tiene un lapso de años de práctica entre 4 a 19 años, donde los 16 años de práctica es la cantidad que lleva el porcentaje más elevado dentro de los participantes con un 18% mientras que el 2% que es el menor porcentaje lleva 4 años. Realizando una comparación con la variable edad, se encuentra que la gran mayoría de participantes iniciaron su carrera deportiva desde una edad temprana.

Los sujetos con una práctica de 16 años el 18%, todos han experimentado una lesión, lo que indica que a mayor edad mayor probabilidad de poseer una lesión o padecer nuevamente de una, mientras que los deportistas que llevan menos años de práctica tienen una menor probabilidad de poseer una lesión, como el caso de los sujetos que llevan 7 años de práctica, del 12% el 4% sufrió de lesión.

Un aspecto importante para un deportista son las horas de entrenamiento que invierte en el deporte, en el caso del deportista de alto rendimiento debe ser una práctica continua y constante, en el caso de la población evaluada, invierte un lapso de 3 a 7 horas días, debido a la cantidad tan elevada de horas de entrenamiento se corre un riesgo mayor de poseer una lesión o volverla a padecer, como se muestra en la gráfica de un 38% que es el número mayor de población que practica una misma cantidad de horas que es 5, el 25% padeció una lesión, a comparación de los que practica solo 3 horas, siendo el 8% con un porcentaje del 4% de lesión, demostrando lo anteriormente dicho, que a menos horas de entrenamiento menor la probabilidad de lesión. Otro aspecto a comparar es la cantidad de horas que le dedican los deportistas en relación a la profesión.

El Apoyo familiar y del IDR se evidencia que todos los integrantes de la liga de lucha olímpica de Bogotá cuentan con apoyo por parte del IDR, reconociendo el mismo como apoyo económico y apoyo de formación en su carrera como deportistas de alto rendimiento, en cuanto al apoyo emocional familiar se evidencia que la mayor parte de la población lo posee, sin embargo el 13% no, ese mismo 13% y 40% no cuenta con apoyo económico por parte de la familia.

El análisis de acompañamiento psicológico evidencia que el 82,24% de la población tiene acompañamiento en el desarrollo de la práctica deportiva y ante la presencia de una lesión, también que el 64,71% de las personas lesionadas considero importante las estrategias mentales. De acuerdo a lo anterior Sánchez y León (2012) destacan que el acompañamiento durante el desarrollo del deporte de alto rendimiento tiene como finalidad evidenciar el modo en que los factores psicológico influyen en el rendimiento físico de los individuos y la forma en que se relaciona , la salud y el bienestar personal con la práctica del deporte , además Ureña (s.f) resalta que el acompañamiento psicológico es importante porque prepara y entrena habilidades cognitivas de deportista para que pueda desarrollar un adecuado manejo de la sobrecarga psíquica y las situaciones adversas que se desencadenan por la alta intensidad del entrenamiento, así mismo el único fin es el de incidir de manera efectiva, sobre la condición propia del individuo.

También se evidencia de las personas lesionadas que el 53,85% refiere la causa de su lesión debido a un compañero o rival que hizo una mal ejecución de la técnica, el 38,46% afirma se dio por el desgaste físico, por otro lado el 46,15% de las personas lesionadas sintió miedo de adquirir una lesión después de llevar un tiempo en el alto rendimiento, se observó también que las lesión más frecuentes fueron, los esguince de dedos con 12 casos, la tendinitis rotuliana con 3 casos y la ruptura de LCA con 3 casos. En relación con la causa de lesiones se tiene que tener en cuenta no solo los factores físicos sino también los psicológicos, ya que estos influyen en la predisposición para que se adquiriera una lesión (Peña y Góngora, 2017).

Se demuestra que las lesiones pueden darse por distintos factores, entre estos el desgaste físico debido a las largas jornadas de entrenamiento la presión psicológica y otros factores situacionales que influyen en el deportistas de manera negativa, Reynaga (2007) explica que el

síndrome de agotamiento Crónico (Burnout) debe ser considerado como un deterioro psicológico que tiene como factor de riesgo el inadecuado entrenamiento físico- psicológico y la vulnerabilidad a que se presente una lesión, así mismo el estrés hace que los niveles de ansiedad aumenten y esto influye directamente con la presencia de lesiones.

De acuerdo a las estrategias mentales el 76,47% de la población las considera importante, ya que las mismas generan confianza en sí mismos y aumentan los niveles de motivación, con relación a el avance de la psicología deportiva se evidencia que el uso de habilidades psicológicas y la intervención misma ha aumentado en los últimos años como consecuencia de que más personas quieren practicar, ya sea actividad física o deporte de alto rendimiento, lo cual hace que la psicología se interese cada día más por el desarrollo de estrategias beneficiosas para los deportistas (Ariza & Sánchez, 2012). Con relación a lo anterior García (2003) afirma que “El desarrollo de destrezas aplicadas a deporte: abarca el desarrollo de destrezas psicológicas como motivación, concentración, control de activación, visualización, control cognitivo y emocional, autoconfianza, que se han en centrado como esenciales para el logro del alto rendimiento deportivo” (p.2), es por esto que es necesario que los deportistas adquieran estrategias o destrezas mentales para potencializar y llegar al logro del alto rendimiento.

Conclusiones

Se evidencia que la probabilidad de padecer mayor número de lesiones aumenta con la edad y los años de práctica, es decir que a mayor años de práctica y edad mayor cantidad y reincidencia de lesiones, esto se debe a que posiblemente por la cantidad de años de práctica el cuerpo del deportista presenta un desgaste físico más alto, debido a los niveles elevados de entrenamiento y a las exigencias que demanda la preparación para las competencias, a la misma vez a la hora de competir se elevan los niveles de rendimiento y esto hace que el desgaste físico sea mayor, por consiguiente a medida de pasar por más competencias se acumula el desgaste corporal y a pesar de pasar un tiempo de reposo el mismo no se recupera.

La población se compone por hombres y mujeres, quienes entrenan en diferente intensidad horaria los dos géneros, en primera medida se evidenció que las mujeres tienen mayor probabilidad de lesionarse y las lesiones son más comunes y repetitivas, probablemente por la contextura corporal del género femenino y la exigencia del deporte, por otro lado los hombres tienden a lesionarse menos a pesar que entrenan mayor cantidad de tiempo, pero al igual que las mujeres las lesiones suelen ser las mismas en su mayoría; por tanto se deduce que las horas de entrenamiento no son un factor determinante en la presencia de lesiones, ya que se evidencian deportistas lesionados y no lesionados con las mismas horas de entrenamiento.

En relación al apoyo familiar en la práctica deportiva se puede identificar que ante la ausencia de apoyo emocional probablemente tiende a aparecer una lesión, puesto que las personas que no recibieron acompañamiento emocional padecieron de una lesión, el apoyo familiar juega un papel importante en la formación del deportista ya que genera mayor seguridad y expectativa de rendimiento a en cuanto es considerada por el deportista como una carrera profesional. En relación se evidencia que es de gran importancia el acompañamiento psicológico

ya que aumenta la probabilidad de que las personas estén preparadas para asumir la presencia de una lesión, teniendo en cuenta que el acompañamiento psicológico es significativo para el deportistas, pues la mayor parte de ellos espera que el mismo brinde estrategias de preparación y disminuya el riesgo mental hora de practicar el deporte de alto rendimiento destacando en la práctica la competencia y su preparación, lo cual es un hallazgo significativo e indica que se deben fomentar las estrategias mentales desde el inicio de la práctica deportiva.

Se evidencia que la mayoría de los deportistas de alto rendimiento tienden a manifestar miedo a lesionarse después de llevar un tiempo en el de alto rendimiento, una probable justificación a esto es la alta carga emocional y los niveles de estrés manejados al enfrentarse a las demandas competitivas, motivo por el cual se identifica que el acompañamiento psicológico aplicado a la población deja un poco del lado la prevención de lesiones, y se centra en la potencializarían de habilidades que propicien el aumento de rendimiento frente al nivel de competencia de un deportista de alto rendimiento, se evidencia que el acompañamiento psicológico brindado no es consistente en el tiempo y se orienta más al alto rendimiento; al resultado óptimo en la competencia, y no a la prevención de lesiones, por lo cual se considera importante indagar más en el plan de seguimiento y fomentar el estudio de las lesiones.

La ausencia de asociación entre el acompañamiento psicológico y la presencia de lesiones se debe a que las lesiones pueden ser de causa multifactorial, si bien la preparación psicológica es importante se atribuyen a diversas causas ajenas a la presencia de la misma, teniendo en cuenta que se halló cierta relación factores como el género, la edad, los años de entrenamiento y factores externos netamente del ámbito deportivo.

Propuestas y Recomendaciones

En este apartado se consignan las recomendaciones de acuerdo a la evidencia hallada, también se enfocará en hacer propuestas de acuerdo a lo analizado a los estudiantes de la universidad de Cundinamarca para que se fomente la investigación científica en el campo de la psicología:

Dado que el primer hallazgo significativo de la investigación es que el acompañamiento psicológico brindado a los deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá no presenta asociación con la presencia de lesiones, se considera importante recomendar que para futuras investigaciones se indague mediante una prueba específica la efectividad y validez del acompañamiento psicológico en función de la prevención y presencia de lesiones deportivas, ya que el hallazgo puede tener relación con este aspecto.

Gracias a la investigación se llegaron a identificar aspectos que se pueden tener en cuenta para mejorar los procesos psicológicos llevados a cabo por el IDR en la comunidad participe de la investigación, uno de estos aspectos fue que en los lugares de práctica no se evidencia el mismo acompañamiento psicológico, pues generalmente se enfoca más en la sede principal dejando un poco al lado las seccionales de práctica más distantes, lo que hace que futuras investigaciones, se vean perjudicadas al trabajar nuevamente con esta población, siendo un grupo reducido, considerado de alto rendimiento y que participan en competencias no solo nacional, si no también internacionalmente, es primordial que reciban la misma inclusión sin importar la sede en la que se realice el entrenamiento.

Si bien el plan de intervención psicológica dirigido a los deportistas del alto rendimiento, se realiza de manera organizada, detallada y con el panel de expertos adecuados, en el mismo se orientan los objetivos principales únicamente a las hermanitas de fortalecimiento de alto

rendimiento, y mejores niveles de competición dejando al descubierto factores importantes que influyen en el desarrollo de una carrera deportiva, como lo es la prevención y presencia de lesiones en los deportistas, Es importante tener en cuenta que uno de los factores que influyen en el desarrollo de la carrera profesional de deportista de alto rendimiento, es la presencia de una lesión, pues estas generan afectación de tipo físico y emocional, lo que probablemente y dependiendo de la lesión y del deportista puede detener temporal o definitivamente la carrera, se evidencia la necesidad de generar estrategias mentales que puedan prevenir o aportar a la prevención de este tipo de situaciones. Se recomienda que se estudie la posibilidad de crear un programa específico para la prevención de lesiones en deportistas de alto rendimiento de la liga de lucha olímpica de Bogotá D. C. ya que se deja de lado la integridad del deportista por seguir el cumplimiento de una meta, teniendo en cuenta que la aparición de una lesión, puede truncar temporal o permanentemente el cumplimiento de la misma y según lo evidenciado en la investigación los factores que propician la aparición de una lesión son variados.

Se invita a la comunidad Udecina, a incursionar en la investigaciones del área de la psicología deportiva, ya que es un campo que está en constante crecimiento y tiene muchos temas para fomentar la investigación científica, ya que en la actualidad la psicología deportiva cuenta con un ámbito de crecimiento muy amplio y la universidad de Cundinamarca cuenta con la posibilidad de ejercer proyectos interdisciplinarios junto con carreras afines que aporten a este campo de la psicología y de la investigación deportiva.

Se puede generar un programa de acompañamiento psicológico dirigido a deportistas que representan la Universidad en diferentes certámenes, ya que la UDEC cuenta con deportistas de alto rendimiento que representan la comunidad en las diferentes competiciones, a los cuales se les apoya económicamente pero no en torno a la preparación, a la misma vez cabe la posibilidad

de investigar la relación entre la carga académica y el rendimiento deportivo en deportistas de la universidad de Cundinamarca, teniendo en cuenta que es uno de los requisitos para obtener el patrocinio.

Referencias

- Abad, R. M., Giménez, F. F. & Robles, R. J. (2009). *Concepto, características, orientaciones y clasificaciones del deporte actual*. Wanceulen editorial deportiva. Universidad de Huelva.
- Abenza, L. (2010). *Psicología y lesiones deportivas: un análisis de factores de prevención, rehabilitación e intervención psicológica* (Tesis doctoral). Universidad católica san Antonio UCAM, Murcia, España.
- Abello, R, Sierra, Il. C. (2008). Burnout y pensamientos irracionales en deportistas de alto rendimiento. *Psychologia. Avances de la disciplina*, 2(1), 49-78.
- Acevedo, I. (2002). Aspectos éticos en la investigación científica. *Ciencia y enfermería*, 8(1), 15-18. <https://dx.doi.org/10.4067/s0717-95532002000100003>.
- Altamirano, L.R. (2002). *El deporte de alto rendimiento: un estudio bibliográfico* (Tesis de Pregrado). Universidad Nacional Autónoma de México- México.
- Álvarez, F. M, Calvo, M. J, Chamorro, S. P, Gonzales. H, Gonzales, L. V, Juanes, M. A y Montoya, M. J, (1997). *Manual de lesiones deportivas*. Instituto Nacional de Deporte.
- Arango, V.E, Clavijo, R.M, Gallego, C,I, Osorio, C.G, y Patiño, G.S, (2007). *Lesiones deportivas*. *Iatreia*, 20(2),167-177.. ISSN: 0121-0793. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1805/180513859006>
- Ariza, H, Sánchez, J. A. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 9 (18), 189-205. Disponible: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=413835216011>
- Azuero, A.A, (2019). *Significatividad del marco metodológico en el desarrollo de proyectos de investigación*. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, 4(8), 110-127. DOI: <http://dx.doi.org/10.35381/r.k.v4i8.274>

- Barbosa, G. H, y Urrea, C. A, (2018). *Influencia del Deporte y la Actividad Física en el Estado de Salud Físico y Mental: Una revisión Bibliográfica*. Revista Katharsis, N 25, Pg 141.159, Recuperado de: <http://revistas.iue.edu.co/index.php/katharsis>
- Barbosa, G. S, (2006). *La Psicología del Deporte: Una Perspectiva Hispanoamericana*. Med UNAB, Vol. 10. Bucaramanga Colombia. Recuperado de: <https://www.researchgate.net/publication/26458971>
- Berengüí, R., López, J.M., Garcés de los Fayos, E. J y Almarcha, J. (2010). Factores psicológicos y lesiones deportivas en lucha olímpica y taekwondo. *Revistas de ciencias del deporte*, 7. Pp (91-98). Recuperado de: http://dehesa.unex.es/bitstream/handle/10662/6639/1885-7019_7_S_91.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Berengüí, R., Ortín, F.J., Garcés de Los Fayos, E.J., & Hidalgo, M. D. (2017). Personalidad y lesiones en el alto rendimiento deportivo en modalidades individuales. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 12(1) ,15-22. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3111/31114881700>
- Briones, A. E, (2016). *Psicología en el Deporte*. Revista Científica Dominio de las Ciencias,2 (3), 323-334. ISSN: 2477-8818
- Busto, V. J y Fernández, F. M (2009). *Prevención de lesiones deportivas Mariano*. Mediagrapich Artemisa, Vol 5, Num 1.
- Cáceres, L. M, (2019). *Deportistas de Alto Rendimiento y Alto Nivel Concepto y Características en el Ámbito Internacional*. Biblioteca del Congreso Nacional de Chile Biblioteca del Congreso Nacional de Chile. Recuperado de: <https://www.camara.cl/pdf.aspx?prmID=163088&prmTIPO=DOCUMENTOCOMISION>.
- Chillón, P., Tercedor, P., Delgado, M ., Delgado, M y González, M.(2002) .Nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación.(1),5-12.ISSN:1579-1726
- Clavijo,C.F, (10 de Marzo del 2020). Comunicación personal. Bogotá, Colombia

- Conde, P. E, (2013). *La conciliación de la Vida Deportiva y la Formación en los Deportistas de Alto Nivel en España: Una Visión Cuantitativa* (Tesis Doctoral). Universidad de Castilla – La Mancha, Toledo, España.
- Contreras, R.J, Redondo, V.S. (2015). *Necesidades Académicas de los deportistas de Alto Nivel en el Instituto Distrital para la Recreación y Deporte*. Universidad Santo Tomás, Bogotá, Colombia.
- Correa, J.F., Rodríguez, D.F., Camargo, D.A y Correa, J.C (2016). Prevalencia de lesiones en luchadores olímpicos pertenecientes a la Liga de Lucha Olímpica de Bogotá, D.C. Rev. Fac. Med. 2016.(64),99-104. DOI: <http://dx.doi.org/10.15446/revfacmed.v64n3Supl.50971>
- Cruz, Q.E, Landeros, O.E y Salazar, G.B, (2009). *La influencia del positivismo en a investigación y práctica de enfermería*. Index Enferm vol.18 (4) Granada. Recupero de: http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1132-12962009000400011
- Del Valle, S.M, y Marqueta, M. P, (2018). *Lesiones Deportivas Versus Accidentes Deportivos. Documento Consenso. Grupo de Prevención en el Deporte de la Sociedad Española de Medicina del Deporte (SEMED – FEMEDE) . Arch Med Deporte (35)(1). Pp 6-16.*
- Díaz, N.P, (2014). *El concepto de ciencia como sistema, el positivismo, neopositivismo y las “investigaciones cuantitativas y cualitativas”*. Salud Uninorte; 30 (2): 227-244, Colombia.
- Escorcía, G. D, (2015). *Perfil epidemiológico de lesiones deportivas en la Universidad Nacional: una perspectiva desde el modelo multinivel de los determinantes en salud (Tesis Magistral)*. Universidad Nacional de Colombia.
- Federación española de lucha, (2014). Reglas nacionales de lucha. Madrid, pp. 24-30.
- Fernandez, P.S y Pértegas, D.S (2002). *Investigación cuantitativa y cualitativa. Unidad de Epidemiología Clínica y Bioestadística*. Complejo Hospitalario-Universitario Juan Canalejo. 9: 76-78. España
- Fernández, C.C, Hernández, S.R, y Baptista, L.M, (2014). *Metodología de la Investigación*. México D.F, México. McGRAW-HILL / Interamericana editores, S.A. de C.V.

- Filgueira, P. A, (2015). *La caracterización del perfil del deportista de atletismo de alto nivel*. Revista de Investigación en educación, nº 13 (2), pp. 219-242.
- García, M (2015). *Presiones deportivas y disposición combativa*. Universidad Central de Ecuador, Ecuador.
- García, N. A, y Ruiz, B. Roberto, (2013). *Personalidad, edad y rendimiento deportivo en jugadores de fútbol desde el modelo de Costa y McCrae*. Anales de Psicología, 29(3),642-655. ISSN: 0212-9728. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=167/1672824400>
- García, S. Y. (2003). Entrenamiento psicológico para el alto rendimiento deportivo: algunas directrices. *Aba Colombia*, Disponible en : http://abacolombia.org.co/biblioteca_virtual/deporte/deporte01.pdf
- García. N. A, (2010). *El psicólogo del Deporte en el Alto Rendimiento: Aportaciones y Retos Futuros*. Papeles del Psicólogo (31) (3), pp 259-268, Madrid España.
- Gil, R. C, (2003). *La psicología del deporte; Implantación y estado actual en Colombia*. E.M, 14, España. Recuperado de: <http://www.encuentros-multidisciplinares.org/Revistan%BA14/Cristina%20Gil%20Rodr%EDguez.pdf>
- Giménez, L. P, González, P. M, Guillen, A. O e Higuera, M. J, (2012). *Patrimonio histórico español del juego y el deporte: federación española de luchas olímpicas*. España: museo del juego, pp.1-4.
- Gonzalez L. 2002. *Perspectivas Autorreferenciales en Ciencias Sociales*. Cinta moebio 14: 190-195
- Guerrero, G. R y Tapia, P. B, (2011). *Desarrollo de la fuerza en la lucha olímpica categoría cadetes 15-17 años de la selección de Azuay*. Universidad politécnica salesiana. Cuenca, pp. 10-20.
- Guerrero, J.P. (2001) visión psico-social en la intervención de la lesión deportiva. *Revista Cuadernos de Psicología del Deporte* ,1(1) ,70-79. Recuperado de <https://revistas.um.es/cpd/article/view/100541/95901>

International Federation of Associated Wrestling Styles. (2009). *International Wrestling Rules: GrecoRoman Wrestling, Freestyle Wrestling, Women's Wrestling*

Isorna, M, Louro, A , Marsillas, S , Rial, A. (2013). *Recomendaciones para el apoyo psicológico a jóvenes deportistas en los centros de alto rendimiento*. Rev. int. cienc. deporte. 33(9), 252-268. DOI: <http://dx.doi.org/10.5232/ricyde2013.03304>

Ley 1090, "por la cual se reglamenta el ejercicio de la Profesión de la psicología, se dictamina. El Código Deontológico y bioético y otras disposiciones". Bogotá D. C, Colombia, 6 de septiembre 2006.

Ley 181, artículo N°1. Legislación deportiva. Bogotá, Colombia, 18 de enero 1995.

León, H. H. y Sánchez, A. (2012). *Psicología de la actividad física y el deporte*. Hallazgos,9, (18).p 189-205. Disponible en: <https://www.redalyc.org/pdf/4138/413835216011.pdf>

Lima, V, (2014). *Habilidades psicológicas que influyen en el rendimiento deportivo*. Universidad de la república. Montevideo, Uruguay.

López, G. J y Martínez, A. A, (2010). *Evolución del reglamento oficial de luchas olímpicas y sus consecuencias sobre las capacidades condicionales y habilidades técnico-tácticas*. Facultad de Ciencias del Deporte. Universidad de Murcia. España.

López, P. y Roldán, S.F, (2015). *Metodología de la Investigación Social Cuantitativa*. Universidad Autónoma de Barcelona. España. Recuperado de: <https://ddd.uab.cat/record/129382>

Martínez, F. J y Pérez. Q. J, (2018). *Psicología en deporte universitario: estudio de carga mental y habilidades psicológicas en deporte de alto rendimiento*. Trans-Pasando Fronteras, (11).

Martínez. V.L, (2013). *Paradigmas de investigación Manual multimedia para el desarrollo de trabajos de investigación. Una visión desde la epistemología dialéctico crítica*. Recuperado de: https://pics.unison.mx/wp-content/uploads/2013/10/7_Paradigmas_de_investigacion_2013.pdf

- Mendivil, M. C, (2018). *Lesiones osteomusculares de miembros inferiores en deportistas de alto rendimiento de la liga de taekwondo de Bolívar*. Universidad de San Buenaventura, Cartagena, Colombia.
- Molina, M. E, (2015) *Dificultades en la preparación psicológica de equipos deportivos estudiantiles*. *Ciencia Unemi*, 2(3), 14-19.
- Monje, A.C, (2011). *Metodología de la Investigación Cuantitativa y Cualitativa Guía Didáctica*. Universidad Surcolombiana, Neiva, Colombia. Secretaría de educación pública, México.
Recuperado de:
[http://brd.unid.edu.mx/recursos/Metodologia de la Investigacion/MI08/Investigacion de campo.pdf](http://brd.unid.edu.mx/recursos/Metodologia%20de%20la%20Investigacion/MI08/Investigacion%20de%20campo.pdf)
- Muñoz, S. V. y Pérez, F. A. (2018). *Deporte, cultura y sociedad: un estado actual de la cuestión*. *Revista de humanidades* (34). P.11-38. ISSN 1130-5029.
- Ortín, F. J., Garcés de los Fayos, E. J y Zafra, A., (2010). *Influencia de los Factores Psicológicos en las Lesiones Deportivas*. *Papeles del Psicólogo* (31)(3). Pp. 281-288, Murcia.
- Osorio, J., G. (2000). Principios éticos de la investigación en seres humanos y animales. *Medicina*, 255-258, ISSN: 0025-7680.
- Palmi, J. (2014). Psicología y lesión deportiva: Una breve introducción. *Revista de psicología del deporte*. 23(2), 389-393.
- Palmi, J y Solé, C. (2014). Psicología y lesión deportiva: estado actual, *Educación Física y Deportes*, 118.Pp (23-29).Doi: <http://dx.doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.%282014/4%29.118.02>
- Peña, J. C y Góngora, E. A. (2017). La lesión deportiva desde una perspectiva psicológica positiva en Yucatán (MÉXICO), *Enseñanza e investigación en psicología*, 22. (1). P 127-134.Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=29251161012>
- Pérez del Pozo, D. (2015). Epidemiología de la lesión deportiva, Departamento de Salud y Rendimiento Humano de la Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF), Pp(1-75).Recuperado de: http://oa.upm.es/36508/1/TFG_DANIEL_PEREZ_DEL_POZO.pdf

- Pérez, V.J, (2015). *El Positivismo y la Investigación Científica*. Revista Empresarial, ICE-FEE-UCSG, 9 (3), p.29-34. Ecuador.
- Pozo, G.L y Romero, A. P, (2014). *El rol del Psicólogo del Deporte en un Programa Público Deportivo: Un Proceso de Construcción*. (Tesis de Pregrado). Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.
- Prieto, A. J, Redondo, B. A y Zafra, O.A, (2009). *Historia de las lesiones y su relación con las variables psicológicas en tenistas*. Anuario de psicología clínica y de la salud (5). Pp 67-74, Murcia.
- Prieto, J. M, (2015). *Variables deportivas y personales en la ocurrencia de lesiones deportivas. Diferencias entre deportes individuales y colectivas*. Universidad CEU Cardenal Herrera de Castellón, España
- Prieto, J. M., Labisa, A. y Zafra, A. O. (2014). Lesiones deportivas y personalidad, *Apunts Medicina Esport*. 2014, 49 (184), p 139- 149.
- Ramos, C.A, (2015). *Los paradigmas de la investigación científica*. Av.psicol. 23(1), 9-17. Ecuador
- Reyna, R (2012) Estudio de las lesiones deportivas en atletas de alto rendimiento de la provincia Las Tunas en el año 2012, Revista Digital Buenos Aires, 193. Recuperado de:
<https://www.efdeportes.com/efd193/lesiones-deportivas-en-alto-rendimiento.htm>
- Reynaga, E., Arévalo, E, I., Verdesoto, A, M., Jiménez, I, M., Preciado, M, L y Morales, J, J. (2016). Beneficios Psicológicos de la Actividad Física en el Trabajo de un Centro Educativo. Universidad de Guadalajara, México y Universidad central del ecuador (Ecuador), recuperado de: <DialnetBeneficiosPsicologicosDeLaActividadFisicaEnElTraba-5529626.pdf>
- Reynaga, P. (2007). Implicaciones psicológicas de las lesiones deportivas. Revista digital Buenos aires, 11,(105). Disponible en: <https://www.efdeportes.com/efd105/implicaciones-psicologicas-de-las-lesiones-deportivas.htm>
- Ricoy, L.C, (2006). *Contribución sobre los paradigmas de investigación*. Educação, 31(1),11-22. ISSN: 0101-9031. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=1171/117117257002>

- Riera, R.J.(2003). *Acerca del deporte y del deportista*. Revista de psicología del deporte(4). 127-138. Catalunya
- Rodal, F. y García, J. I. (2012). Factores de riesgo de lesiones en atletas, *IV Congreso Internacional de Ciencias del Deporte y la Educación Física. (VIII Seminario Nacional de Nutrición, Medicina y Rendimiento Deportivo)*, Pontevedra, España, p 5-7.
- Rodríguez, M. M, D, P. (2010). *Diseño, aplicación y evaluación de un programa de intervención psicológica en equipos juveniles de futbol*. Universitat Autònoma de Barcelona.
- Romero, H. (2000). *Las lesiones y su relación con el rendimiento deportivo*, publice. P 1-6, recuperado de : <https://journal.onlineeducation.center/api-oas/v1/articles/sa-G57cfb270eed1c/export-pdf>
- Ros, F. W, Toro, E.O, y Zafra, A.O, (2010). *Psicología y lesiones deportivas: un análisis de prevención, rehabilitación e intervención psicosocial* (Tesis doctoral). Universidad católica San Antonio de Murcia
- Rosas. R, (2011). *Lesiones deportivas: Clínica y deporte. Ámbito farmacéutico*, Vol 30, Núm 3.
- Rubio, G.S, Chaparro, M. (2000).*Lesiones en el Deporte*. Arbor CLXV 650, p.p 203-225. España
- Sánchez, J.M (2007). *Psicología aplicada a la recuperación deportiva*. Experiencia piloto en CEREDE. Recuperado de: <https://www.efisioterapia.net/articulos/psicologia-aplicada-la-recuperacion-deportivaexperiencia-piloto-cerede>
- Serrato, H.L, (2008). *Historia de la psicología del deporte en Colombia*. Revista Iberoamericana de psicología del ejercicio y el deporte, (3)2, 277-300. ISSN: 1886-8576
- Sierra, L. C, (2008). *Burnout y pensamientos irracionales en deportistas de alto rendimiento*. *Psychologia*. Avances de la disciplina, vol. 2, núm. 1, enero-junio, 2008, pp. 49-78, Bogotá.
- Ureña, P. (s.f). El entrenamiento psicológico en el deporte de alto rendimiento. P 85-93.Disponible en: Dialnet-ElEntrenamientoPsicologicoEnElDeporteDeAltoRendimi-4792307%20(3).pdf
- Vargas, O.C, (2012). *Ciencias del deporte: evolución de aspectos teóricos científicos*. Entramado, 8 (1), 140-165. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/entra/v8n1/v8n1a10.pdf>

Villaquirán, A.F., Portilla, E., & Vernaza, P. (2016) Caracterización de la lesión deportiva en atletas caucanos con proyección a Juegos Deportivos Nacionales. *Revista Universidad y Salud*, 18(3), 541-549. DOI: <http://dx.doi.org/10.22267/rus.161803.59>

Zafra, A.O., García, C y Martínez, F. (2006). Factores psicológicos y vulnerabilidad a las lesiones deportivas: un estudio en futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 15(1).PP.(37-52).

Recuperado de : [file:///C:/Users/Familia/Downloads/242-242-1-PB%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/Familia/Downloads/242-242-1-PB%20(1).pdf)

Anexos

Anexo 1. Carta de Suministro de Autorización de Datos

INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE IDRD
LIGA DE LUCHA OLIMPICA DE BOGOTÁ, D, C

Filial de la Federación Colombiana de Lucha y Fededeportes,
Personería Jurídica no. 3754/71
NIT. 860-035.881-3



Bogotá D, C 05 de marzo de 2020.

Señores

Universidad de Cundinamarca.

Cordial saludo:

La liga de lucha olímpica de Bogotá D, C, da fe que el día dos (02) de marzo del año en curso suministró a la doctora Daniela Melo Cáceres, Identificada con cedula de ciudadanía 1.030.682.014 de Bogotá D, C, quien manifestó ser estudiante de Psicología de la Universidad de Cundinamarca, el registro de base de datos y encuestas realizadas a deportistas afiliados que reposan en la oficina de la liga, esto con el fin de que pudiera realizar una investigación en su universidad.

Se pactó discreción y reserva para con los datos suministrados y obtener evidencia y retroalimentación de la investigación luego de finalizada y aprobada.

Atentamente:

WILSON CIFUENTES

Representante Legal

Liga de Lucha Olímpica de Bogotá

Email: cifuenteswilson@hotmail.com

Teléfono: 3042168921 whatsapp: 3142533994

UNIDAD DEPORTIVA EL SALITRE, CALLE 63 AVENIDA 68 BOGOTÁ D, C.

Anexo 2. Consentimiento Informado para el Uso de Datos

INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE IDRD
LIGA DE LUCHA OLIMPICA DE BOGOTÁ, D, C

Filial de la Federación Colombiana de Lucha y Fededeportes,
 Personería Jurídica no. 3754/71
 NIT. 860-035.881-3



Bogotá 15 de noviembre de 2019.

Consentimiento informado para la recepción de información.

Con la presente la Liga de Lucha Olímpica de Bogotá en sus facultades técnicas y administrativas, relaciona las personas pertenecientes al programa de alto rendimiento del Instituto Distrital Para la Recreación y el Deporte IDRD, quienes certifican que dan su autorización a la liga para que recopile datos concernientes al desarrollo de su práctica deportiva, con el fin de mejorar los apoyos brindados.

Aceptación

A continuación se relacionan las personas que aceptan el tratamiento de datos por parte de la liga de lucha olímpica de Bogotá D. C

Nombre	Firma	Documento de identificación
Wilmar Vicente Hernández Gómez	<i>Wilmar V. Hernández Gómez</i>	1.030.592.314
Yerson Emir Hernández Gómez	<i>Yerson Emir H. Gómez</i>	1.030.621.977
Andrés Giovanni Taborda Torres	<i>Andrés G. Taborda Torres</i>	1.010.170.346
Leidy Caterine Cifuentes Carranza	<i>Leidy Caterine Cifuentes C.</i>	1.012.391.928
Maicol Stiven Mora Pulido	<i>Maicol Stiven Mora Pulido</i>	1.030.633.952
Leidy Esperanza Romero Marín	<i>Leidy Esperanza Romero M.</i>	1.030.651.774
Hossman Eduardo Carvajal Rojas	<i>Hossman E. Carvajal R.</i>	1.001.046.654
Alisson Camila Cardozo Rey	<i>Alisson Camila Cardozo Rey</i>	1.010.010.876
Jorge Eliecer Sánchez Reales	<i>Jorge E. Sánchez Reales</i>	1.233.499.631
Liz Dayana Sandoval Jaimes	<i>Liz Sandoval J.</i>	1.000.804.527
Kristian Leandro Quiñonez Zarate	<i>Kristian Quiñonez Zarate</i>	1.001.344.551
Carlos Esteban González Vahos	<i>Carlos González Vahos</i>	1.030.701.800
Andrea Yurani González Góngora	<i>Andrea Y. González Góngora</i>	1.030667.541
Jhon Sneider González Góngora	<i>Jhon Sneider González Góngora</i>	1.001.341.970
Yusmi Yulieth Chaparro	<i>Yusmi Yulieth Chaparro</i>	1.033.690.849

INSTITUTO DISTRITAL PARA LA RECREACION Y EL DEPORTE IDRD
LIGA DE LUCHA OLIMPICA DE BOGOTÁ, D, C

Filial de la Federación Colombiana de Lucha y Fededeportes,
Personería Jurídica no. 3754/71
NIT. 860-035.881-3



Nicoll Dayanna Parrado Osorio	<i>Nicoll Parrado Osorio</i>	1.000.161741
Sandy Yalixa Parra Parra	<i>Sandy Yalixa Parra</i>	1.022.438.431

Atentamente:

WILSON CIFUENTES

Representante Legal

Liga de Lucha Olímpica de Bogotá

Email: cifuenteswilson@hotmail.com

Teléfono: 3042168921 whatsapp: 3142533994