



UNIVERSIDAD
CATÓLICA
DE CUENCA

UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE EDUCACIÓN

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
Y DEPORTE**

**CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS
RELACIONADAS CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO
EN FUTBOLISTAS: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADA EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y DEPORTE**

AUTOR: FANNY LIZBETH TENESACA ALVAREZ

DIRECTOR: LCDA. ZOILA TORRES PALCHISACA, MGS.

AZOGUES – ECUADOR

2026

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



UNIVERSIDAD CATÓLICA DE CUENCA

Comunidad Educativa al Servicio del Pueblo

FACULTAD DE EDUCACIÓN

**CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA
Y DEPORTE**

**CARACTERÍSTICAS PSICOLÓGICAS RELACIONADAS
CON EL RENDIMIENTO DEPORTIVO EN
FUTBOLISTAS: REVISIÓN BIBLIOGRÁFICA**

**PROYECTO DE TITULACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL
TÍTULO DE LICENCIADO EN PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y DEPORTE**

AUTOR: FANNY LIZBETH TENESACA ALVAREZ

DIRECTOR: LCDA. ZOILA TORRES PALCHISACA, MGS.

AZOGUES- ECUDADOR

DIOS, PATRIA, CULTURA Y DESARROLLO



Declaratoria de Autoría y Responsabilidad

Fanny Lizbeth Tenesaca Alvarez portador(a) de la cédula de ciudadanía N.º **0302543905**
Declaro ser el autor de la obra: **“Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas: revisión bibliográfica”**, sobre la cual me hago responsable sobre las opiniones, versiones e ideas expresadas. Declaro que la misma ha sido elaborada respetando los derechos de propiedad intelectual de terceros y eximo a la Universidad Católica de Cuenca sobre cualquier reclamación que pudiera existir al respecto. Declaro finalmente que mi obra ha sido realizada cumpliendo con todos los requisitos legales, éticos y bioéticos de investigación, que la misma no incumple con la normativa nacional e internacional en el área específica de investigación, sobre la que también me responsabilizo y eximo a la Universidad Católica de Cuenca de toda reclamación al respecto.

Azogues, 07 de julio de 2026

Fanny Lizbeth Tenesaca Alvarez

C.I. 0302543905

CERTIFICACIÓN DEL DIRECTOR DE TESIS

Lic. Wilson Hernando Bravo Navarro, Mgs.

DOCENTE DE LA CARRERA DE PEDAGOGÍA DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEPORTE

De mi consideración:

Certifico que el presente trabajo de titulación denominado: " **Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas: revisión bibliográfica**", realizado por: **Fanny Lizbeth Tenesaca Alvarez** con documento de identidad: **0302543905**, previo a la obtención del título de **Licenciada en Pedagogía de la Actividad Física y Deporte** ha sido asesorado, orientado, revisado y supervisado durante su ejecución, bajo mi tutoría en todo el proceso, por lo que certifico que el presente documento, fue desarrollado siguiendo los parámetros del método científico, se sujeta a las normas éticas de investigación que exige la Universidad Católica de Cuenca, por lo que está expedito para su presentación y sustentación ante el respectivo tribunal.

Azogues, 27/05/2026



Validar únicamente en FirmaEC.
Firmado electrónicamente por:
**ZOILA GUILLERMINA
TORRES PALCHISACA**

LIC. Zoila Guillermina Torres Palchisaca, MGS

C.I. 0102289659

DIRECTOR

Agradecimiento

Agradezco infinitamente a la Universidad Católica de Cuenca sede Azogues por haberme hecho participe de su educación y brindarme esa oportunidad de conseguir uno de mis sueños: mi carrera profesional. A todos mis docentes, gracias por cada enseñanza, por su paciencia, su vocación y por compartir sus conocimientos con entrega y compromiso. Cada uno de ustedes han dejado una huella invaluable en mi formación académica y en mi crecimiento personal. De manera muy especial, expreso mi más sentido agradecimiento a mi tutora, **Lic. Zoila Guillermina Torres Palchisaca**, quien, con su guía, apoyo incondicional y dedicación han sido fundamentales en este proceso. Gracias por creer en mí, por su tiempo, por su paciencia y por acompañarme en cada paso con profesionalismo y calidez humana. Valoro profundamente cada corrección, cada consejo y cada palabra de aliento que me brindo durante la elaboración de este trabajo. Su compromiso no solo fortaleció este proyecto, sino que también me motivo a superarme y a dar lo mejor de mí.

Dedicatoria

Es para mí una gran satisfacción y un orgullo dedicar el presente trabajo, en primera instancia a Dios, porque sin su guía, protección y fortaleza, nada de esto habría sido posible. Ha sido mi luz en los momentos difíciles y mi sostén a lo largo de este camino.

A mi madre **Narcisa de Jesús Alvarez Romero**, quien ha sido mi mayor inspiración. Gracias por impulsarme siempre a ser una mejor persona, por enseñarme a luchar por mis sueños con amor, dedicación y perseverancia. Por ser mi pilar fundamental y mi mayor fortaleza, cada valor que me ha inculcado ha sido clave para convertirme en la persona que hoy soy.

A mi padre **Segundo Luis Tenesaca Perez**, por su esfuerzo silencioso, su apoyo constante y por ser ejemplo de trabajo y responsabilidad. Gracias por estar presente en mi vida, por brindarme su respaldo y por enseñarme con hechos el valor de la constancia y la humildad.

A mis hermanos **Maricela, Armando, Alex y Diego** por ser mi fuente constante de alegría, amor y motivación. Gracias por cada palabra de aliento, por su compañía y por creer en mí, en cada etapa de este camino.

De manera muy especial, a mi hermano **Cristian**, que a pesar de la distancia siempre ha estado presente en mi corazón. Gracias por tu apoyo, tus palabras y por hacerme sentir cerca aun estando lejos. Este logro también es para ti.

A todos ustedes, gracias por su amor incondicional, por ser mi apoyo en los momentos difíciles y mi impulso para seguir adelante.

Con amor y gratitud

Fanny Lizbeth Tenesaca

Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas: revisión bibliográfica

Fanny Lizbeth Tenesaca Alvarez, Zoila Guillermina Torres Palchisaca

Universidad Católica de Cuenca, fanny.tenesaca@est.ucacue.edu.ec

RESUMEN

El rendimiento deportivo en el fútbol se analiza tradicionalmente desde el punto de vista físico y técnico, dejando en un segundo plano los factores psicológicos, a pesar de su influencia decisiva en el rendimiento del deportista. Esta limitada integración ha creado una brecha entre el conocimiento científico y su aplicación en la formación. El objetivo del estudio fue analizar las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas, a través de una revisión bibliográfica, para identificar los principales factores psicológicos que influyen en su desempeño y aportar fundamentos teóricos para fortalecer la práctica profesional en el ámbito deportivo. El estudio se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo, mediante una revisión bibliográfica. Se analizaron 20 artículos científicos publicados entre 2020 y 2025, seleccionados de bases de datos como Scielo, Redalyc, Scopus y Google Académico, aplicando criterios de inclusión y exclusión. Los resultados evidencian que variables como la motivación, la autoconfianza, el control del estrés, la concentración, la ansiedad competitiva y la cohesión grupal influyen significativamente en el rendimiento deportivo. Se identificó que niveles adecuados de estas características potencian el desempeño, mientras que su deficiencia afecta negativamente la ejecución técnica y la toma de decisiones. Se concluye que el rendimiento deportivo en el fútbol depende de la interacción de dimensiones como la motivación, la autoconfianza, el control del estrés, la concentración y la cohesión grupal. Por lo tanto, es necesario integrar el entrenamiento psicológico en la planificación deportiva para optimizar el rendimiento y el bienestar del futbolista.

Palabras Clave: rendimiento deportivo, psicología del deporte, motivación, ansiedad, cohesión de grupo

*Psychological Characteristics Related to Athletic Performance in Soccer Players: A**Literature Review*

ABSTRACT

Athletic performance in soccer has traditionally been analyzed from a physical and technical perspective, with psychological factors relegated to the background, despite their decisive influence on athletes' performance. This limited integration has created a gap between scientific knowledge and its application in training. This study aimed to analyze the psychological characteristics related to athletic performance in soccer players through a literature review, identify the main psychological factors that influence their performance, and provide theoretical foundations for strengthening professional practice in the field of sports. The study was conducted under a qualitative, descriptive approach through a literature review. Twenty scientific articles published between 2020 and 2025 were analyzed and selected from databases such as SciELO, Redalyc, Scopus, and Google Scholar, using inclusion and exclusion criteria. The results show that variables such as motivation, self-confidence, stress management, concentration, competitive anxiety, and team cohesion significantly influence athletic performance. It was found that adequate levels of these characteristics enhance performance, while their deficiency negatively affects technical execution and decision-making. It is concluded that athletic performance in soccer depends on the interaction of dimensions such as motivation, self-confidence, stress management, concentration, and team cohesion. Therefore, it is necessary to integrate psychological training into sports planning to optimize athletic performance and players' well-being.

Keywords: athletic performance, sports psychology, motivation, anxiety, team cohesion

Índice

1. Introducción.....	1
2. Marco teórico.....	3
3. Metodología.....	8
3.1 Diseño.....	8
3.2 Estrategia de búsqueda	8
3.3 Criterios de inclusión y exclusión	8
4. Resultados.....	10
5. Discusión	17
6. Conclusiones.....	19
7. Referencias bibliográficas.....	21

1. Introducción

El fútbol es uno de los deportes más practicados y de mayor relevancia social a nivel mundial, caracterizado por su alta exigencia física, técnica, táctica y psicológica. Tradicionalmente, el rendimiento deportivo ha sido evaluado desde un enfoque centrado principalmente en aspectos físicos y técnicos, priorizando la preparación física, las estrategias y las destrezas motoras. No obstante, en el contexto competitivo actual, diversas investigaciones han evidenciado que estos elementos, aunque fundamentales no son suficientes para explicar las diferencias en el desempeño entre deportistas como la motivación, la autoconfianza y el control del estrés han cobrado una importancia significativa, ya que influyen directamente en el rendimiento individual y colectivo de los futbolistas (Kaplánová, 2024; Sánchez y Puebla, 2024).

En este sentido, ha surgido un creciente interés por el análisis de los factores psicológicos, los cuales desempeñan un papel fundamental en la optimización del rendimiento deportivo. Asimismo, aspectos como la motivación, la concentración, la autoconfianza, el manejo de emociones y la ansiedad en situaciones competitivas son cruciales durante los entrenamientos y las competencias (González et al., 2024). Recientemente, la psicología deportiva ha cobrado relevancia en el ámbito del fútbol, considerándose un factor clave para mejorar el desempeño y la salud del atleta. Sin embargo, las características psicológicas permiten al futbolista afrontar las demandas propias del juego, gestionar la presión competitiva, adaptarse a circunstancias desfavorables y conservar un rendimiento ideal (Domínguez-González et al., 2024).

En estudios recientes destacan que variables psicológicas como la ansiedad competitiva, el control emocional, la autoconfianza, la motivación, la cohesión grupal

influyen de manera significativa en la ejecución deportiva durante los entrenamientos y la competencia. No obstante, estas variables no siempre son evaluadas ni abordadas de forma sistemática, lo que genera una brecha entre el conocimiento científico y la práctica aplicada en el fútbol Jekauc et al. (2023). De este modo, el objetivo fue analizar las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas, a través de una revisión bibliográfica, con el fin de identificar los principales factores psicológicos que influyen en su desempeño y aportar fundamentos teóricos que contribuyan al fortalecimiento de la práctica profesional en el ámbito del deporte.

A pesar de que teóricamente se reconoce la significancia de los factores psicológicos en el rendimiento deportivo, todavía hay una escasa integración sistemática de estos componentes en los procesos de formación y entrenamiento deportivo, sobre todo en entornos educativos y clubes que trabajan en niveles formativos. Asimismo, la literatura científica muestra una amplia variedad de enfoques, modelos y hallazgos sobre el impacto de las características psicológicas en el rendimiento, lo que ha complicado su entendimiento y su aplicación en la práctica Ríos-Garit et al. (2024). Esta situación evidencia la necesidad de organizar y sintetizar el conocimiento existente, con el fin de identificar cuáles son las variables psicológicas más relevantes y cómo estas inciden en el rendimiento de los futbolistas en contextos de entrenamiento y competencia.

Ante este panorama, es fundamental llevar a cabo una revisión bibliográfica que facilite el análisis, síntesis y organización del conocimiento existente sobre las principales características psicológicas vinculadas al rendimiento deportivo. En este sentido, surgen las siguientes preguntas de investigación: ¿cuáles son las principales características psicológicas identificadas en la literatura científica que se relacionan con el rendimiento deportivo en contextos de entrenamiento y competencia? Asimismo, ¿de qué manera

influyen las características psicológicas, como la motivación, la autoconfianza, la concentración y el control del estrés, en el rendimiento deportivo según estudios previos?

El presente trabajo investigativo se centra en examinar las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, considerando que estas pueden influir tanto positiva como negativamente en el desempeño competitivo y en el estado psicológico de los atletas. En este sentido el estudio permite integrar y organizar los principales aportes teóricos, favoreciendo una comprensión más clara y fundamental del tema. De igual manera, una vez finalizada la investigación, se pretende tener una recopilación bibliográfica relacionada con las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. Esto se logrará a través de la consulta en fuentes fiables como Redalyc, Scielo, Scopus, Google Académico y las bases de datos de la Universidad Católica de Cuenca y así obtener la mayor cantidad de información verificada sobre el tema.

Este proyecto es factible de llevar a cabo ya que hay una gran cantidad de información sobre el tema que se tratará, dado que numerosos autores han mostrado interés en estudiarlo desde distintos enfoques, lo que facilita el desarrollo con información precisa y reciente. Además, se dispone del acceso a varias plataformas digitales informativas, como las que proporciona la Universidad Católica de Cuenca, que ofrecen acceso a diversas bases de datos académicos. Todo esto permitirá realizar un trabajo con una sólida base teórica acerca de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo.

2. Marco teórico

Las características psicológicas son comprendidas como un factor mediador entre las capacidades físicas, técnicas y tácticas de los deportistas (Ramírez y Prieto, 2021).

Estas influyen en la conducta, la toma de decisiones y la adaptación a diferentes situaciones. Su estudio es fundamental para comprender el comportamiento humano. Estas características son entendidas como aquellos rasgos y cualidades que permiten observar las conductas, sentimientos y pensamientos de una persona en distintas situaciones cotidianas, sobre todo en escenarios deportivos (Quintero-Ovalle et al., 2023). Por ejemplo, Gómez et al. (2025), destacan que el control del estrés y la motivación intrínseca son cruciales para el rendimiento deportivo sostenido.

Además, Calle y Pillco (2025). sugieren que la habilidad mental, que incluye habilidades como la visualización y la concentración, puede ser entrenada y mejorada significativamente con la práctica regular. La investigación de Walton et al. (2022) demostraron que las diferencias de género pueden influir en cómo se perciben y manejan estas características psicológicas en el deporte, indicando que los programas de entrenamiento psicológico deben ser adaptados para atender estas diferencias de manera efectiva.

Por otro lado, las características psicológicas según autores recientes, se refieren a aspectos como el carácter, modo de ser y actuar, reacciones, pensamientos, sentimientos y motivaciones internas del individuo, que influyen en cómo enfrenta la vida. Por ejemplo, en estudiantes universitarios con depresión, se identifican características predominantes como ansiedad, trauma, estrés y depresión con alta presencia, afectando su rendimiento académico Nasevilla (2023). En el ámbito deportivo, los adolescentes presentan características psicológicas relacionadas con el control del estrés, motivación, habilidades mentales y cohesión de equipo, que impactan su rendimiento (Chicaiza et al., 2024).

El rendimiento deportivo (RD) es un concepto polisémico que debe diferenciarse del resultado deportivo, ya que hace referencia a la ejecución de la acción motriz más que al logro obtenido; este término proviene de la palabra *performance*, adoptado del inglés, que significa ejecutar, y del francés antiguo, donde se relaciona con el cumplimiento. En este sentido, el rendimiento deportivo contribuye un elemento central dentro de las ciencias del deporte y en particular, de las psicológicas del deporte, ya que alcanzar niveles óptimos de rendimiento incrementa las probabilidades de éxito y el logro de los resultados esperados en el ámbito competitivo (Ursino et al.,2020).

El rendimiento deportivo en futbolistas ha sido ampliamente estudiado en los últimos años, destacándose la influencia determinante de las habilidades psicológicas sobre la ejecución en competencia, investigaciones recientes muestran que variables como el control emocional, la autoconfianza, la atención y la capacidad de manejar la ansiedad precompetitiva se asocian directamente con un mejor desempeño en el campo de juego en futbolistas profesionales, se ha observado que aquellos que trabajan sistemáticamente con un psicólogo deportivo desarrollan mayores habilidades mentales, lo que a su vez mejora su rendimiento, independientemente de la categoría en la que compiten o la fase de la temporada (Ardura-González & Moral-Jiménez 2025).

Puede definirse el rendimiento deportivo como la capacidad del deportista para ejecutar una actividad física de manera eficaz, obteniendo resultados medibles en función de objetivos o estándares competitivos establecidos. Por lo tanto, una definición genérica posible consiste en que el RD es el resultado de una acción producto del aprovechamiento máximo de una ejecución (Caselles et al., 2025).

Según diversos estudios que se han realizado sobre e tema características psicológicas y rendimiento deportivo, la motivación destaca como la característica

psicológica más relevante y predominante en diferentes disciplinas deportivas, siendo fundamental para el compromiso, persistencia y logro de objetivos en el deporte (Plazuelo, 2024). Además, el control del estrés, la habilidad mental y la cohesión de equipo son componentes clave que influyen en el rendimiento deportivo, ya que permiten al deportista manejar situaciones de presión, autorregularse y mantener un ambiente grupal positivo, lo cual es esencial tanto en deportes individuales como colectivos (Muñoz et al., 2023).

Diferencias de género han sido identificadas, donde los hombres suelen presentar mayor control del estrés y gestión de la evaluación del rendimiento, mientras que las mujeres muestran una mejor tendencia a la cohesión grupal (Olmedilla et al., 2021). Estudios recientes también señalan una relación negativa moderada entre el estrés percibido y las características psicológicas relacionadas con el rendimiento, indicando que un nivel adecuado de manejo del estrés se asocia con mejores habilidades mentales en los deportistas (Nasevilla, 2023). En suma, la literatura coincide en que estos aspectos psicológicos son determinantes para el éxito deportivo y su intervención puede potenciar el rendimiento atlético Casares del Olmo (2022).

En los últimos años, se ha incrementado de manera significativa el interés científico por analizar la relación entre las características psicológicas y el rendimiento deportivo, reconociendo que el desempeño de los atletas no depende únicamente de factores físicos y técnicos (Alkasasbeh y Akroush, 2025). Diversos estudios han identificado que la motivación es uno de los factores más influyentes en el rendimiento de los deportistas, ya que incide directamente en el compromiso y persistencia en los procesos de entrenamiento de largo plazo (Jimbo, 2024). En este sentido una adecuada motivación no solo impulsa al deportista a alcanzar sus objetivos, sino que también

favorece la resiliencia frente a las dificultades propias del contexto competitivo. De igual manera, el control del estrés y la medida emocional han sido reconocidos como elementos clave para el éxito deportivo, especialmente en disciplinas colectivas como el fútbol, donde las demandas psicológicas son constantes y cambiantes (Véliz et al., 2020).

Por otro lado, investigaciones recientes han evidenciado que los deportistas con mayores niveles de autoconfianza y habilidades mentales presentan un mejor rendimiento en situaciones competitivas, lo que demuestra la importancia de la preparación psicológica como complemento del entrenamiento físico (Lochbaum et al., 2022). La autoconfianza, en particular, influye en la percepción de eficacia personal, facilitando una ejecución más segura y precisa de las acciones técnicas y tácticas. En el caso específico de futbolistas, se ha demostrado que la capacidad de concentración, la toma de decisiones y la gestión de la ansiedad precompetitiva influyen significativamente en su desempeño dentro del campo de juego, ya que determina la rapidez y efectividad de sus respuestas durante el desarrollo del partido (Hutomo, 2025).

Además, el uso de instrumentos de evaluación como el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD) ha permitido medir de manera objetiva estas variables, facilitando sus análisis en diferentes contextos deportivos y niveles de competencia (Álvarez et al., 2025). Sin embargo, a pesar de estos avances, aún existe la necesidad de integrar los hallazgos en un marco teórico unificado que permita su aplicación práctica dentro de los procesos de entrenamiento deportivo (Jeffries et al., 2020). En este sentido, las revisiones bibliográficas contribuyen a una herramienta fundamental para sintetizar la evidencia científica disponible, identificar vacíos en la investigación y orientar futuras líneas de estudio que contribuyan al desarrollo integral del deportista.

3. Metodología

3.1 Diseño

La presente investigación se desarrolló bajo un enfoque cualitativo, de tipo descriptivo, mediante una revisión bibliográfica. Este diseño permite recopilar, analizar y sintetizar información proveniente de estudios previos con el objetivo de comprender las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. Según Brignardello-Petersen et al. (2024), las revisiones bibliográficas contribuyen a un método riguroso que facilite la organización del conocimiento científico y la identificación de patrones en literatura. Asimismo, el estudio es de carácter no experimental, debido a que no se manipulan las variables, sino que se analizan investigaciones, ya publicadas en un contexto natural, tal como lo señala (Nwabuko, 2024).

3.2 Estrategia de búsqueda

La búsqueda de información se realizó en la base de datos científicas reconocidas como Redalyc, SciELO, Scopus y Google Académico. Los 20 documentos que formaron parte de esta revisión, fueron localizados utilizando los términos de búsqueda: características psicológicas, rendimiento deportivo, psicología del deporte, aspectos psicológicos del rendimiento deportivo y sus equivalentes en inglés: psychological characteristics, sports performance, sport psychology. De manera más precisa, se utilizó el término *características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo* en la búsqueda, lo que permitió mejorar la precisión y relevancia de los resultados.

3.3 Criterios de inclusión y exclusión

En la búsqueda se aplicaron criterios de inclusión y exclusión con el propósito de afinar el proceso de selección y determinar que documentos e investigaciones serán considerados en la recopilación de información para la presente revisión bibliográfica. En

cuanto a los criterios de inclusión, se contemplaron investigaciones que aportaron evidencia científica relevante al tema de estudio y que presenten una metodología claramente definida, publicaciones redactadas en español o inglés que permitan una adecuada comprensión y análisis del contenido, así como estudios difundidos en el periodo comprendido entre 2020 y 2025, considerando su actualidad y pertinencia teórica. Por otra parte, se excluyeron trabajos académicos de carácter formativo, como tesis de grado o posgrado que no hayan sido publicados en revistas científicas, documentos cuya información resulte desactualizada o que no se ajusten al marco temporal establecido para la revisión, y fuentes que presenten acceso limitado, incompleto o restricciones que impidan la revisión del texto íntegro.

4. Resultados

Tabla 1

Resultados del análisis de las características psicológicas que afectan el rendimiento deportivo

Número	Autor / año	Título	Metodología / muestra	Características psicológicas	Rendimiento deportivo
1	Ardura-González y Moral-Jiménez, (2025)	Ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en futbolistas profesionales: relación con categorías y supervisión psicológica.	Estudio cuantitativo, de diseño no experimental y corte transversal. La muestra estuvo conformada por futbolistas profesionales. Se aplicó el cuestionario Escala de Ansiedad Competitiva en el Deporte (SCAT)	Se analiza principalmente la ansiedad precompetitiva, la cual influye en la autoconfianza, control emocional, atención y activación psicológica del deportista.	El estudio evidencia que niveles elevados de ansiedad precompetitiva pueden afectar negativamente el rendimiento deportivo, mientras que la supervisión psicológica contribuye a su regulación, mejorando el control emocional y la capacidad de afrontamiento en situaciones competitivas de alta exigencia
2	Calle & Pillco (2025)	Descripción de las características psicológicas de los deportistas del club de fútbol UCuenca de la Universidad de Cuenca, periodo 2024 - 2025	La investigación utilizó un enfoque cuantitativo, con diseño no experimental y de tipo transversal. La muestra estuvo conformada por 35 futbolistas del Club de fútbol U Cuenca. Se aplicó el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD)	Destaca la motivación, habilidad mental y la cohesión grupal, fundamentales en el comportamiento del deportista.	En el rendimiento deportivo la motivación favorece el compromiso y la persistencia en el entrenamiento, la habilidad mental permite un mejor control emocional y la toma de decisiones en situaciones competitivas, mientras que la cohesión grupal fortalece la coordinación y el trabajo en equipo, identificando que las variables psicológicas influyen en el desempeño deportivo.
3	Casares del Olmo, L. (2022)	Factores psicológicos que afectan al rendimiento deportivo en futbolistas	Estudio con enfoque cuantitativo con diseño no experimental de tipo descriptivo- correlacional. La muestra estuvo conformada por	Se identifican variables psicológicas claves como la motivación, ansiedad	Los factores psicológicos tienen una influencia significativa en el rendimiento deportivo, ya que determinan la capacidad del futbolista para gestionar la

		adolescentes y/o adultos jóvenes	futbolistas adolescentes y jóvenes adultos. Se aplicó el cuestionario características psicológicas y registro de rendimiento deportivo.	competitiva, autoconfianza, control del estrés y concentración.	presión competitiva, mantener la concentración y optimizar su desempeño técnico y táctico en situaciones de juego.
4	Caselles et al., (2025)	Características psicológicas y estado de ánimo en jugadores jóvenes de elite de rugby	Estudio cuantitativo con diseño no experimental, de tipo descriptivo-correlacional. Se evaluaron jugadores jóvenes de elite de rugby. Se aplicaron los cuestionarios como el Perfil de Estados de Ánimo (POMS) y Características psicológicas del rendimiento deportivo (CPRD/IPRD).	Se analizaron variables como el estado de ánimo (tensión, depresión, ira, vigor, fatiga), motivación, autoconfianza y control del estrés.	El estudio evidencia que los estados de ánimo y las características psicológicas tienen una relación directa con el rendimiento deportivo, ya que influyen en la disposición emocional, la toma de decisiones y la capacidad de afrontamiento en situaciones competitivas. Destaca la importancia del monitoreo psicológico para optimizar el rendimiento en deportistas de alto nivel.
5	Chicaiza et al., (2024).	Características psicológicas y rendimiento deportivo en adolescentes de la Asociación de Taekwondo de Pichincha durante la COVID-19	El estudio de enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo correlacional y corte transversal. La muestra estuvo conformada por adolescentes de la Asociación de Taekwondo de Pichincha, se utilizó el cuestionario características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo (CPRD) durante el contexto de la COVID-19	Se destacan las características psicológicas como el control del estrés, la motivación, ansiedad, la autoconfianza y la concentración.	El rendimiento deportivo se vio afectado por las condiciones psicológicas durante la COVID-19, ya que el aumento del estrés y la ansiedad , junto con la disminución de la motivación, influyeron negativamente en el desempeño.
6	Domínguez-González et al., (2024).	Análisis del perfil psicológico deportivo, la ansiedad competitiva, la autoconfianza y el estado de flujo en jóvenes futbolistas.	Estudio de enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo – correlacional y corte transversal. La muestra estuvo conformada por 328 jóvenes futbolistas, se utilizaron los cuestionarios, el Inventario Psicológico del Rendimiento Deportivo (IPED), Inventario de Ansiedad Competitiva Revisado-2 (CSAI-2R) y La Escala de Estado de Flujo (FSS)	Los investigadores destacan las variables como la autoconfianza, control de afrontamiento negativo, control atencional, control visuoimaginativo, nivel motivacional, control de afrontamiento positivo y control actitudinal.	El rendimiento deportivo está directamente relacionado con el perfil del deportista, ya que niveles adecuados de autoconfianza y estados de flow favorecen un mejor desempeño, mientras que altos niveles de ansiedad pueden perjudicarlo. Además, se destaca que el equilibrio entre estas variables permite optimizar el rendimiento en jóvenes futbolistas.

- | | | | | | |
|----|--------------------------|--|--|---|---|
| 7 | Gómez et al., (2025), | Los factores psicológicos que influyen en el rendimiento deportivo de atletas. | Estudio de enfoque cuantitativo con diseño descriptivo-correlacional y de corte transversal. La muestra estuvo conformada por atletas, seleccionados mediante un muestreo no probabilístico por conveniencia. Se aplicaron cuestionarios psicológicos estandarizados de autoinforme para evaluar los factores asociados al rendimiento deportivo. | Los autores destacan que las características psicológicas como la motivación, la autoconfianza, el control del estrés, la concentración y la resiliencia. | El rendimiento deportivo está condicionado por diversos factores que inciden en el desempeño del atleta, afectando la ejecución la concentración y la capacidad de respuestas en situaciones competitivas. |
| 8 | Gonzales et al. (2024) | El clima empoderador y desempoderador generado por los entrenamientos negativos y un control atencional en jugadores de fútbol: el papel mediador de la autoconfianza y la ansiedad competitiva. | Estudio de enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo-correlacional y corte transversa. La muestra estuvo conformada por jugadores de fútbol. Se aplicó el cuestionario PMCSQ-2 (clima motivacional) y CSAI-2 (ansiedad competitiva y autoconfianza). | Se analiza el clima motivacional, la autoconfianza, la ansiedad competitiva, el control atencional y las estrategias de afrontamiento. | El rendimiento deportivo se ve influenciado por el entorno generado por el entrenador, ya que un clima empoderador favorece el desempeño al potenciar respuestas adaptativas, mientras que un clima desempoderador lo que perjudica al generar dificultades en la ejecución y en el manejo de la competencia. |
| 9 | Hutomo, A. (2025) | Influencia de la autoeficacia y la fortaleza mental en el rendimiento deportivo de futbolistas juveniles sub-16 del Comité Nacional de Deportes de Indonesia (KONI) en la ciudad de Bekasi | Estudio cuantitativo con diseño descriptivo correlacional. La muestra estuvo conformada por futbolistas sub 16 pertenecientes al Comité Nacional de Deportes de Indonesia (KONI) en la ciudad de Bekasi. Se aplicaron cuestionarios estandarizados tipo Likert para evaluar la autoeficacia y la fortaleza mental, con adecuados niveles de validez y confiabilidad. | El autor destaca la autoconfianza y la fortaleza mental como características psicológicas clave para el deporte. | El rendimiento deportivo está directamente influenciado por la autoeficacia y la fortaleza mental, ya que los deportistas con mayores niveles en estas variables presentan un mejor desempeño en competencia. |
| 10 | Jekauc, D et al., (2023) | El efecto de la autoconfianza en el rendimiento deportivo: un metaanálisis | Revisión sistemática con metaanálisis, de enfoque cuantitativo. Se analizaron 31 | Se destaca la autoconfianza como variable central, junto con la ansiedad competitiva y la regulación emocional. | El estudio demuestra que la autoconfianza tiene un efecto positivo significativo sobre el rendimiento deportivo, evidenciando que niveles altos |

			estudios publicados entre 2002 y 2021.		de confianza favorecen la ejecución técnica, la toma de decisiones y la resiliencia ante la presión competitiva. Además, resalta su papel como variables entre otros factores psicológicos y el rendimiento.
11	Jimbo Quizhpe, E.P(2024)	Factores psicológicos que afectan al rendimiento deportivo	Estudio con enfoque cualitativo de tipo descriptivo, basado en una revisión bibliográfica. Se analizaron 15 artículos científicos publicados entre 2014 y 2024	Se identifican factores psicológicos como la motivación , la ansiedad , la concentración, la autoconfianza y el control emocional.	El estudio concluye que los factores psicológicos tienen una influencia determinante en el rendimiento deportivo, ya que puede potenciar o limitar el desempeño del atleta. Además, resalta la importancia del entrenamiento mental como complemento del entrenamiento físico para optimizar el rendimiento competitivo.
12	(Kaplánová, 2024).	Preparación psicológica de los futbolistas para el partido y su conexión con la autoestima y la ansiedad competitiva	Estudio de enfoque cuantitativo, de tipo correlacional y transversal. La muestra estuvo conformada por 107 futbolistas masculinos entre las edades de 18 y 29 años. Se aplicó el cuestionario Inventario de Habilidades de Afrontamiento Atlético (ACSI) , Escala de Ansiedad Deportiva Y Escala de Autoestima de Rosenberg.	Se destaca la autoestima, la ansiedad competitiva y la preparación psicológica, como factores clave.	Una adecuada preparación psicológica, acompañada de altos niveles de autoestima y control de la ansiedad, contribuye significativamente a un mejor rendimiento deportivo, favoreciendo la concentración, la toma de decisiones y la estabilidad emocional.
13	Muñoz et al., (2023)	Perfiles de cohesión de equipo: influencia en el desarrollo de habilidades mentales y la gestión del estrés	Estudio de enfoque cuantitativo, con diseño transversal no probabilístico. La muestra estuvo compuesta por 146 atletas del Programa de Desarrollo de Talentos Deportivos. Se aplicó el cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD)	Se destacan la cohesión grupal, las habilidades mentales (como concentración y control emocional) y el manejo del estrés como variables centrales.	El estudio evidencia que mayores niveles de cohesión de equipo se asocia con un mejor desarrollo de habilidades psicológicas y una mayor capacidad para gestionar el estrés, lo que repercute positivamente en el rendimiento deportivo colectivo e individual.
14	Nasevilla,K. (2023)	Estrés percibido y características	Estudio cuantitativo de diseño no experimental, de tipo descriptivo-	Se identifican características psicológicas como el estrés	Estas características psicológicas tienen una influencia significativa en el

			psicológicas del rendimiento deportivo	correlacional. La muestra estuvo conformada por atletas en proceso de entrenamiento. Se aplicaron los cuestionarios Escala de Estrés Percibido (PSS) y Cuestionario de Ansiedad Competitiva(CSAI-2)	percibido, la ansiedad, la autoconfianza, la motivación y el control emocional.	rendimiento deportivo, ya que puede afectar negativamente la concentración, la toma de decisiones y la ejecución técnica. Asimismo, destaca la importancia del entrenamiento psicológico para regular el estrés y optimizar el rendimiento en contextos competitivos.
15	Olmedilla al.,(2021)	et	Análisis comparativo de las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas de ambos géneros mediante el cuestionario CPRD	Estudio de enfoque cuantitativo, diseño descriptivo-comparativo. La muestra estuvo conformada por futbolistas de ambos géneros. Se aplicó el cuestionario Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo (CPRD).	Destacan las características psicológicas como la motivación, el control del estrés, la autoconfianza, concentración y la cohesión en equipo.	La motivación favorece el compromiso y la persistencia en el entrenamiento, el control del estrés permite mantener el rendimiento bajo presión competitiva, la autoconfianza mejora la toma de decisiones y la ejecución técnica la concentración optimiza la atención en el juego. En conjunto, estas variables influyen directamente en el rendimiento deportivo.
16	Plazuelo Jiménez, (2024)	P.	Análisis de los aspectos psicológicos más influyentes en el deporte de alto rendimiento	Estudio de enfoque cualitativo, de tipo descriptivo, basado en una revisión bibliográfica de literatura científica. Se seleccionaron un total de 10 artículos científicos a partir de la aplicación de criterios de inclusión y exclusión.	Se identifican psicológicos clave como la motivación, autoconfianza, control del estrés, concentración, resiliencia y regulación emocional.	Los aspectos psicológicos son fundamentales en el deporte de alto rendimiento, ya que influyen en la consistencia del desempeño, la capacidad de afrontar la presión competitiva y la optimización del rendimiento. Además, destaca la necesidad de integrar entrenamientos psicológicos dentro de la planificación deportiva.
17	Quintero-Ovalle et al.,(2023).		Relación entre características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo, con variables sociodemográficas y deportivas, en una muestra de deportistas colombianos	Estudio de enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo-correlacional. La muestra estuvo conformada por deportistas colombianos de distintas disciplinas. Se aplicó el cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo(CPRD).	Las características psicológicas principales son el control del estrés, influencia de la evaluación del rendimiento, motivación, habilidad mental y cohesión grupal.	El control del estrés favorece la estabilidad emocional bajo presión, la evaluación del rendimiento influye en la autoconfianza y mejora continua, la motivación impulsa el esfuerzo, la habilidad mental optimiza la toma de decisiones y la concentración, y la cohesión grupal fortalece el trabajo en

18	Ramírez A y Prieto,J (2021)	Análisis de las habilidades psicológicas en los deportistas promesas y talentos guipuzcoanos	Estudio de enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo. La muestra estuvo conformada por deportistas promesas (jóvenes en formación), Se aplicó el cuestionario POMS (Profile of Mood States).	Los autores destacan habilidades como la tensión, depresión ira fatiga, la motivación y la confusión	equipo, contribuyendo al rendimiento deportivo. El rendimiento deportivo está estrechamente relacionado con el desarrollo de habilidades psicológicas, permitiendo a los deportistas mantener la concentración, afrontar la competencia y mejora la presión del deportista.
19	Ríos et al.(2024)	Ansiedad, estados de ánimo y habilidades psicológicas en jóvenes deportistas lesionados en proceso de rehabilitación.	Estudio de tipo descriptivo y longitudinal. La muestra estuvo conformada por 150 deportistas, con edades entre 12 y 18 años. Se utilizaron cuestionarios como: Escala de Estado de Animo de Brunel (BRUMS), el Inventario de Ansiedad Rasgo-Estado(STAI) y el Inventario Psicológico de Ejecución Deportiva (IPED).	Se evalúan características psicológicas como la ansiedad, los estados de ánimo(tensión, depresión, fatiga, vigor) y las habilidades psicológicas de afrontamiento, las cuales influyen en la recuperación del deportista lesionado.	El rendimiento deportivo se ve condicionado por el estado psicológico del deportista durante la rehabilitación, ya que niveles elevados de ansiedad y estados de ánimo negativos puede dificultar la recuperación y retrasar el retorno al rendimiento óptimo, mientras que el desarrollo de habilidades psicológicas favorece una reincorporación más eficaz a la práctica deportiva.
20	Véliz et al.,(2020).	Características psicológicas de alto rendimiento de deportistas de alto rendimiento según entrenadores	Estudio de enfoque cuantitativo, con diseño descriptivo. La muestra estuvo conformada por entrenadores de deportistas de alto rendimiento. Se aplicó el cuestionario características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo(CPRD).	Los autores identifican las principales características: la motivación, la autoconfianza, el control del estrés, la concentración y la disciplina, desde la perspectiva de los entrenadores.	Los autores sostienen que el rendimiento deportivo es el resultado de la interacción entre variables físicas, técnicas, tácticas y psicológicas. Además resaltan la importancia del trabajo psicológico dentro del entrenamiento deportivo.

Como se puede observar en la tabla 1, se analizaron un total de 20 artículos científicos publicados entre 2020 y 2025, los cuales corresponden a diferentes enfoques metodológicos. Entre ellos se identificaron estudios cuantitativos de tipo descriptivo y correlacional, revisión bibliográfica y revisiones sistemáticas con metaanálisis. Esta diversidad metodológica permito obtener una revisión amplia y fundamentada sobre las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. A partir del análisis de los estudios seleccionados, se identificaron como principales variables psicológicas: la motivación, la autoconfianza, el control del estrés, la concentración, la ansiedad competitiva y la cohesión grupal. Estas características fueron recurrentemente señaladas como factores determinantes en el desempeño de los futbolistas tanto en contexto de entrenamiento como de competencia. En contraste, niveles inadecuados de estas características pueden generar efectos negativos, como el incremento de la ansiedad la disminución de la motivación y dificultades en la ejecución técnica y táctica.

Tabla 2

Resultados de características psicológicas que afectan el rendimiento deportivo

Característica psicológica	Nº de artículos	Porcentaje	Efecto principal sobre el rendimiento
Autoconfianza	15	75%	Favorece la seguridad, la toma de decisiones y la ejecución técnica bajo presión.
Motivación	13	65%	Impulsa el compromiso, la persistencia, la disciplina y la mejora continua.
Concentración	8	40%	Mejora la atención en el juego, la anticipación y la precisión táctica.
Control del estrés	8	40%	Permite manejar la presión competitiva y mantener estabilidad emocional.

Ansiedad competitiva	4	20%	Puede perjudicar el rendimiento cuando no se regula adecuadamente.
Cohesión grupal	4	20%	Favorece el trabajo en equipo, la comunicación y la coordinación colectiva.

En la tabla 2 se puede apreciar la frecuencia y el impacto de las características psicológicas en el rendimiento deportivo, a partir de los 20 artículos. En primer lugar, se observa que la autoconfianza (75%) y la motivación (65%) son las variables más destacadas, ambas con un nivel de recurrencia alto. Esto indica que la mayoría de los estudios coinciden en que estas características son fundamentales, ya que favorecen la seguridad, la toma de decisiones, el compromiso y la mejora continua en los deportistas. Por otro lado, la concentración y el control del estrés presentan un (40%) de recurrencia, lo que también refleja una importancia significativa. Estas variables permiten mantener la atención, mejora la precisión técnica y gestionar adecuadamente la presión competitiva, aspectos clave durante el rendimiento en competencia. En cuanto a la ansiedad competitiva y la cohesión grupal (20%), aunque tienen menor presencia en los estudios, siguen siendo relevantes. La ansiedad puede afectar negativamente en el rendimiento si no se controla, mientras que la cohesión grupal contribuye positivamente al trabajo en equipo y la coordinación.

5. Discusión

Considerando el objetivo de investigación, el cual fue *analizar las características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas, a través de una revisión bibliográfica, con el fin de identificar los principales factores psicológicos que influyen en su desempeño y aportar fundamentos teóricos que contribuyan al fortalecimiento de la práctica profesional en el ámbito del deporte*, los resultados obtenidos evidencian de manera consistente que las variables psicológicas desempeñan un papel determinante en el rendimiento deportivo de los futbolistas, lo cual concuerda con lo que se ha propuesto en varias investigaciones. En este contexto, variables como la motivación, autoconfianza, control del estrés, la concentración, la cohesión grupal y la

ansiedad, se reconocen como elementos claves que inciden directamente en el desempeño de los futbolistas, tanto en situaciones de entrenamiento como en contextos de competencia.

En primer lugar, la motivación se convierte en uno de los elementos más relevantes porque tiene una estrecha relación con la persistencia y el compromiso con el entrenamiento, como afirman Jimbo (2024) y Plazuelo (2024). Estos resultados concuerdan con lo demostrado en la investigación de Calle y Pillco (2025), en la que se resalta que los atletas con más altos grados de motivación tienen un desempeño superior y una mayor constancia en sus procesos de formación. Por otro lado, la autoconfianza se destaca como un factor esencial en la ejecución deportiva porque afecta la toma de decisiones, la seguridad durante el juego y la habilidad para manejar situaciones estresantes. En esta línea, el metaanálisis de Jekauc et al. (2023) demuestra que hay una correlación positiva significativa entre la confianza en uno mismo y el rendimiento deportivo, algo con lo que también están de acuerdo investigaciones como las de Hutomo (2025) y Kaplánová (2024), quienes muestran que altos grados de confianza benefician la actuación competitiva.

Asimismo, el control del estrés y la ansiedad competitiva se manifiestan como elementos determinantes en el rendimiento deportivo. Varios estudios (Chicaiza et al., 2024; Nasevilla, 2023; Ardura y Moral, 2025) concuerdan en que la concentración, la toma de decisiones y la ejecución técnica pueden verse perjudicadas por niveles elevados de ansiedad. No obstante, el deportista puede mantener un rendimiento estable incluso en circunstancias de alta presión cuando desarrolla estrategias apropiadas para la regulación emocional. En relación con la concentración y las habilidades mentales, los resultados indican que estas posibilitan que el jugador de fútbol mantenga su atención en actividades

correctas del juego y responda con eficacia a las exigencias del entorno competitivo. Esto coincide con lo que han presentado Muñoz et al. (2023) y Gómez et al. (2025), quienes enfatizan que el desarrollo de las capacidades mentales ayuda a la toma de decisiones y a controlar las emociones en el transcurso de la competencia.

Por otro lado, la cohesión grupal adquiere especial relevancia en deportes colectivos como el fútbol, ya que influye en la coordinación, comunicación y funcionamiento del equipo. Investigaciones como las de Muñoz et al. (2023) y Olmedilla et al. (2021) muestran que los equipos más cohesivos tienen un rendimiento superior, lo cual destaca la relevancia del trabajo psicológico no solo a nivel individual, sino también en conjunto. A pesar de estos hallazgos, se identifica una limitación importante en la literatura analizada, relacionada con la escasa aplicación práctica de los componentes psicológicos en los procesos de entrenamiento deportivo. Tal como señala Jekauc et al. (2023) y Jeffries et al. (2020), aún existe una brecha entre el conocimiento científico y su implementación en contextos reales, especialmente en niveles formativos.

Los resultados de esta revisión indican que el desempeño en el deporte no se basa únicamente en aspectos técnicos y físicos, sino que está fuertemente determinado por variables psicológicas. Por lo tanto, es crucial incorporar de forma sistemática el entrenamiento psicológico en planificación deportiva para impulsar el desarrollo integral del futbolista y optimizar su desempeño competitivo.

6. Conclusiones

Se concluye que las características psicológicas como la autoconfianza, motivación, concentración, control del estrés, ansiedad competitiva y la cohesión grupal son fundamentales en el rendimiento deportivo de los futbolistas. Estas influyen en la toma de decisiones y en la capacidad de afrontar la presión competitiva. Su adecuada gestión

favorece el desempeño, mientras que su ausencia puede limitarlo. Por ello, es necesario integrar el entrenamiento psicológico en la preparación deportiva.

Las características psicológicas influyen directamente en el desempeño individual y colectivo durante el entrenamiento, al favorecer la concentración, la disciplina y la toma de decisiones. A nivel individual, permiten al deportista mantener un rendimiento constante y adaptarse a las exigencias del entrenamiento. A nivel colectivo, fortalecen la comunicación, la coordinación y trabajo en equipo. Por tanto, su desarrollo es clave para optimizar el funcionamiento integral del equipo.

La evidencia empírica confirma la influencia significativa de las características psicológicas en el desempeño de los deportistas, tanto en entrenamiento como en competencia. Los estudios analizados demuestran que estas variables condicionan la ejecución, la toma de decisiones y la adaptación presión. Además, su impacto se mantiene de forma consistente en distintos contextos deportivos. Por ello, su consideración es clave para comprender y mejorar el rendimiento deportivo.

7. Referencias bibliográficas

- Alkasasbeh, W., & Akroush, S. (2025). Sports motivation: a narrative review of psychological approaches to enhance athletic performance. *Frontiers in Psychology*, 16. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1645274>. Álvarez, E., et al. (2025). Cuestionario de características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo. *Sportis*. <https://doi.org/10.17979/sportis.2025.11.4.11872>
- Ardura-González, G., & Moral-Jiménez, M. de la V. (2025). Ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en futbolistas profesionales: relación con categoría y supervisión psicológica. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 10(1), e3. <https://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org/art/rpadef2025a3>
- Brignardello-Petersen, R., Santesso, N., & Guyatt, G. H. (2024). Systematic reviews of the literature: An introduction to current methods. *American Journal of Epidemiology*, 194(2), 536–542. <https://doi.org/10.1093/aje/kwae232>
- Casares del Olmo, Laura (2022). Factores psicológicos que afectan al rendimiento deportivo en futbolistas adolescentes y/o adultos jóvenes. <https://oa.upm.es/74553/>
- Calle Estrella, G. A., & Pillco Chuqui, S. C. (2025). Descripción de las características psicológicas de los deportistas del club de fútbol U Cuenca de la Universidad de Cuenca. <https://dspace.ucuenca.edu.ec/handle/123456789/46178>
- Caselles, L. G., Gutiérrez, B. F., Redondo, A. B., & Zafra, A. O. (2025). Características psicológicas y estado de ánimo en jugadores jóvenes de élite de rugby. *JUMP*, (12), e9667-e9667. <https://doi.org/10.17561/jump.n12.9667>
- Chicaiza, L., Suárez, V., & Fonseca, S. (2024). Características psicológicas y rendimiento deportivo en adolescentes de la Asociación de Taekwondo de Pichincha durante la COVID-19. *Journal of Science and Research: Revista Ciencia e Investigación*. <https://zenodo.org/records/10795348>
- Domínguez-González, J., Reigal, R., Morales-Sánchez, V., & Hernández-Mendo, A. (2024). Análisis del perfil psicológico deportivo, la ansiedad competitiva, la autoconfianza y el estado de flujo en jóvenes futbolistas. <https://doi.org/10.3390/sports12010020>.
- Gomez, C., Tapanan, M., Raganas, J., Obando, J., Abella, T., Pepito, S., Alicaya, R., & Vence, A. (2025). Los factores psicológicos que influyen en el rendimiento deportivo de los atletas. *Revista Internacional de Investigación y Estudios Multidisciplinarios Avanzados*. <https://doi.org/10.62225/2583049x.2025.5.4.4762>
- González, J., García, C., Sánchez, V., Mendo, A., & Garrido, R. (2024). El clima empoderador y desempoderador generado por los entrenadores se asocia con un control de afrontamiento negativo y un control atencional en jugadores de fútbol:

El papel mediador de la autoconfianza y la ansiedad competitiva. International Journal of Sports Science & Coaching, 19, 2249 - 2260. <https://doi.org/10.1177/17479541241269315>

- Hutomo, A. (2025). Análisis de la autoeficacia y la fortaleza mental en el máximo rendimiento de los atletas de fútbol sub-16 de Koni, ciudad de Bekasi. *Jurnal Indonesia Sosial Sains*, 6 (1), 44–53. <https://doi.org/10.59141/jiss.v6i1.1566>
- Jeffries, A., Marcora, S., Coutts, A., Wallace, L., McCall, A., & Impellizzeri, F. (2020). Desarrollo de un marco conceptual revisado del entrenamiento físico para la validación de mediciones y otras aplicaciones. <https://doi.org/10.31236/osf.io/wpvek>
- Jekauc, D., Fiedler, J., Wunsch, K., Mülberger, L., Burkart, D., Kilgus, A., & Fritsch, J. (2023). El efecto de la autoconfianza en el rendimiento deportivo: un metaanálisis y una revisión narrativa. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 18, 345-371. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2023.2222376>
- Jimbo Quizhpe E.P. (2024) Factores psicológicos que afectan al rendimiento deportivo. Universidad Católica de Cuenca <https://dspace.ucacue.edu.ec/handle/ucacue/18004>
- Kaplánová, A. (2024). Preparación psicológica de los futbolistas para el partido y su conexión con la autoestima y la ansiedad competitiva. *Heliyon*, 10. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e27608>
- Lochbaum, M., Sherburn, M., Sisneros, C., Cooper, S., Lane, A., & Terry, P. (2022). Revisiting the Self-Confidence and Sport Performance Relationship: A Systematic Review with Meta-Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116381>
- Muñoz, A. R., Vega-Díaz, M., & González-García, H. (2023). Team cohesion profiles: influence on the development of mental skills and stress management. *Journal of sports science & medicine*, 22(4), 637. <https://doi.org/10.52082/jssm.2023.637>
- Nasevilla, K. (2023). Estrés percibido y características psicológicas del rendimiento deportivo. *Revista Científica Arbitrada Multidisciplinaria PENTACIENCIAS*, 5(7), 93–107. <https://doi.org/10.59169/pentaciencias.v5i7.913>
- Nwabuko, O. (2024). Una visión general de los diseños de estudios de investigación en la metodología de investigación cuantitativa. *American Journal of Medical and Clinical Research & Reviews* . <https://doi.org/10.58372/2835-6276.1169>
- Olmedilla, A., Cánovas, M., Olmedilla-Caballero, B., & Ortega, E. (2021). Características psicológicas relevantes para el rendimiento deportivo en jugadores y jugadoras de fútbol juvenil. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21(2), 44–56. http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1578-84232021000200011

- Plazuelo Jiménez, P. (2024). Análisis de los aspectos psicológicos más influyentes en el deporte de alto rendimiento (Trabajo Fin de Grado). *Universidad Politécnica de Madrid, Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte (INEF)*. <https://oa.upm.es/82222/>
- Quintero-Ovalle, C., Madiedo-Parra, M., Torres-Avendaño, M. J., Londoño-Salazar, J., Toro-Marín, M. P., Latorre-Niño, S., & Riveros, F. (2023). Relación entre características psicológicas asociadas al rendimiento deportivo, con variables sociodemográficas y deportivas, en una muestra de deportistas colombianos. *Journal of Sport and Health Research*, 15(1), 215–240. <https://doi.org/10.58727/jshr.86272>
- Ramírez, A., & Prieto, J. (2021). Análisis de las habilidades psicológicas en los deportistas promesas y talentos guipuzcoanos, (39), 465–470. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7602495>
- Ríos-Garit, J., Berengüí, R., Solé-Cases, S., Pérez-Surita, Y., Cañizares-Hernández, M., & Cárdenaz Rodríguez, R. (2024). Ansiedad, estados de ánimo y habilidades psicológicas en jóvenes deportistas lesionados en proceso de rehabilitación. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 9(2), e10. <https://doi.org/10.5093/rpade2024a10>
- Sánchez, R. A. y Puebla, T. L. (2024). Fundamentos de Psicología del Deporte. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 9(2), Artículo e15. <https://doi.org/10.5093/rpade2024a13>
- Ursino, D. J., Abal, F. J. P., Ciriaco, L., & Barrios, R. M. (2020). La evaluación del rendimiento deportivo en Psicología del Deporte: Una revisión sistemática. *Anuario de Investigaciones, Universidad de Buenos Aires*, 26, 413–421. https://www.psi.uba.ar/publicaciones/anuario/trabajos_completos/26/ursino.pdf
- Véliz Burgos, A., Moreno Leiva, G., Soto Salcedo, A., & Álvarez Zúñiga, M. Ángel. (2020). Características psicológicas de deportistas de alto rendimiento según entrenadores. *Revista Observatorio Del Deporte*, 6(1), 74 - 82. Recuperado a partir de <https://www.revistaobservatoriodeldeporte.cl/index.php/odep/article/view/16>
- Walton, C., Gwyther, K., Gao, C., Purcell, R., & Rice, S. (2022). Evidencia de desequilibrio de género en muestras de psicología del deporte y el ejercicio. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17, 1337-1355. <https://doi.org/10.1080/1750984x.2022.2150981>

AUTORIZACIÓN DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Fanny Lizbeth Tenesaca Alvarez portador(a) de la cédula de ciudadanía N° **0302543905**. En calidad de autor/a y titular de los derechos patrimoniales del proyecto de titulación **“Características psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo en futbolistas: revisión bibliográfica”** de conformidad a lo establecido en el artículo 114 Código Orgánico de la Economía Social de los Conocimientos, Creatividad e Innovación, reconozco a favor de la Universidad Católica de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos y no comerciales. Autorizo además a la Universidad Católica de Cuenca, para que realice la publicación de este proyecto de titulación en el Repositorio Institucional de conformidad a lo dispuesto en el artículo 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Azogues, 07 de julio de 2026



Fanny Lizbeth Tenesaca Alvarez

C.I. 0302543905