

Percepción del sentido de la vida en futbolistas de alto rendimiento

Lic. Francisco Japaze

Introducción [\[arriba\]](#)

La pregunta por el sentido de la vida fue tradicionalmente interés de las psicoterapias existenciales, pero en la actualidad su relación con el bienestar, afectos positivos, afrontamiento adecuado, y la felicidad hacen que sea un constructo de interés para la psicología en general (Greenglass y Fiksenbaum, 2009; Ho, Cheung y Cheung, 2010; Vella-Brodrick, Park y Peterson, 2009).

Estos factores resultan amenazados en el contexto vital de los deportistas que presentan un alto nivel de dedicación ya que el exceso de presión, competencia, esfuerzo, y monotonía pueden limitar el desarrollo integral de la persona (Tamorri 2004, Morán 2018). El presente estudio explora en qué medida los deportistas de alto rendimiento se plantean la pregunta del sentido de la vida, si buscan un sentido en lo que hacen o desarrollan su dimensión espiritual para descubrirlo. De esta manera busca contribuir al desarrollo teórico de los aspectos psicológicos del deporte, buscando la humanización de la actividad y en especial del deportista. Con este fin se abordarán conceptos básicos como el sentido de la vida comprendido desde la visión de la logoterapia y el análisis existencial de Viktor Frankl y se profundizará en el deporte de alto rendimiento como fenómeno humano y psicológico. Por último, se desarrollará el PIL-Test como prueba para medir la percepción del sentido de vida y se analizarán sus resultados a la luz de los objetivos planteados.

Viktor Frankl y el sentido [\[arriba\]](#)

La logoterapia y análisis existencial es una escuela de psicología creada por Viktor E. Frankl (1905-1997) que parte del sentido como eje de interpretación e intervención. Así, la logoterapia y el análisis existencial componen una psicoterapia con orientación a lo espiritual y centrada en la búsqueda del sentido (Del Río, 2018). Esta aspira a contribuir a la capacidad de las personas para que, mediante el uso de la conciencia, descubran valores inherentes a cada situación (Del Río, 2018). Reconoce que lo propio de la persona humana es su libertad espiritual, y, por tanto, su posibilidad de superarse frente a las carencias; y su capacidad creadora tanto de cultura como de una vida plena contribuyendo a su existencia de una manera significativa consigo mismo (Ovejas, 2011, Castellanos et al., 2012).

Según Martínez (2011) el sentido de la vida es la percepción afectiva y cognitiva de los valores que llevan a la persona a actuar de determinada manera ante situaciones específicas o en la vida general, dando coherencia e identidad personal. Tiene que ver con encontrar y descubrir un porqué y un para qué vivir (Gottfried, 2016).

El sentido es personal e intransferible, una misma experiencia puede dar diferentes significados de acuerdo con la persona y su contexto (Martínez, Trujillo, Díaz del Castillo y Jaimes Osma, 2011). El sentido está ligado a situaciones únicas e irrepetibles, los universales en el mundo del sentido son los valores; ellos nos dan amplias posibilidades de sentido (García Pintos 2007, Frankl, 1994).

La pregunta por el Sentido es esencial en el ser humano en tanto que implica su motivación primaria, su deseo más profundo y el fundamento de su plenitud (Risco

Lázaro et al., 2015; Aquino et al., 2017). El sentido de vida como un factor fundamental para una vida sana; protector y preventivo ante el vacío existencial que es justamente el resultado de la ausencia de sentido: el vacío. Al ser un porqué y un para qué las motivaciones primeras de la persona para vivir, su ausencia es un riesgo para la vida (Gottfried 2016, De Barbieri 2018).

El complejo contexto del deportista de alto rendimiento [\[arriba\]](#)

Que la práctica deportiva tenga como objetivo la superación y el vencer a un contrario (Blázquez 1999) le genera una orientación que se rige por el principio de selectividad, el deporte de alto rendimiento se convierte en algo de élite, lo que se distingue por un grado máximo de dedicación, sacrificio y compromiso personal (tiempo, capacidad de actuación, disposición para la actuación) que son necesarios para acercarse a las normas máximas o absolutas marcadas por los récords, campeonatos, y otros estándares (Aquesolo Vegas 1993, Sánchez Bañuelos 2000). El alto rendimiento es la expresión máxima de las capacidades del deportista que traen consigo el obtener importantes resultados (Billat 2002). Jugar a este nivel implica comprender la responsabilidad que conlleva -entrenar, nutrirse, descansar, etc.- para evitar caer en el profesionalismo llevado al extremo, relacionado con la pérdida de valores y el espíritu deportivo. Así el deporte de alto rendimiento es la intersección entre el juego/la salud y el negocio/la enfermedad, siendo el juego un amateurismo extremo -irresponsable- y el negocio un profesionalismo extremo -riesgo de perder los valores-. (Saccone, 2017).

Alto rendimiento, exigencias y estilo de vida [\[arriba\]](#)

Existe una relación directa y fundamental entre la actividad física y el bienestar psicológico y físico a partir de una práctica regular y orientada (Romero Carrasco et al. 2007). Incluso se afirma que la práctica de actividad físico-deportiva mejora la calidad de vida y genera estados emocionales positivos que se vinculan al bienestar psicológico (Cantón, 2001; Guillén, Castro y Guillén, 1997). Aparentemente la dificultad aparece cuando se antepone el rendimiento por sobre la persona y el bienestar. El rendimiento es el resultado de la absoluta intencionalidad e individualidad. Una correcta interacción entre psique y cuerpo dan como resultado el logro de un estado de forma óptimo y este produce a su vez el mejor rendimiento. La ambición con la superación orienta a la ciencia del deporte a generar un conocimiento sobre los límites físicos y mentales del hombre-atleta, para después buscar una superación de esos límites (Tamorri 2004). Todo el estudio detrás del deportista le genera una presión constante por conseguir la victoria, que, sumado a los elevados esfuerzos y exigencias de rendimiento físico y mental, el sobre entrenamiento, y el aburrimiento provocado por la monotonía y la repetición de los entrenamientos, junto con el agotamiento orgánico llevan a los deportistas y entrenadores al burn out (Tamorri 2004). Así como también se producen índices elevados de ansiedad que traen como consecuencia el colapso bajo presión (fenómeno que deteriora el rendimiento atlético), generalmente cuando su rendimiento es más bajo que lo esperado en situaciones que ellos perciben como importantes (Moran 2018; Jordet 2009).

Este estilo de vida subordinado al deporte, se convierte en una forma de vida en sí mismo (Stambulova, 1994) basado en un compromiso físico y emocional (Wylleman et al., 1993) que lleva a que el deporte se vuelva un componente crucial en su vida cotidiana (Durand-Bush y Salmela, 2002) y es normal que lo nombren motivo de satisfacción con la vida en general (Loland, 1999). La consecuencia de esto es que no imaginan una vida sin los entrenamientos y las competencias (Ungerleider, 1997).

En cuanto a las atribuciones, le dan gran importancia a los sentimientos y experiencias que surgen en el deporte de alto nivel (Drahota y Eitzen, 1998), disfrutan de la atmósfera y ambiente deportivo en que viven (Stambulova, 2001), así como también de la intensidad que supone el estilo de vida en el alto nivel (Gearing, 1999). La mayoría de los atletas manifiestan un elevado bienestar subjetivo debido al efecto de la euforia que supone el ejercicio (McAllister, Motamedi, Hame, Shapiro y Dorey, 2001). Para el estudio de las consecuencias que tiene el estilo de vida de los deportistas de AR es de gran utilidad remitirse a las consecuencias, que se manifiestan especialmente a la hora de los fracasos y el retiro. Al final de la carrera pueden ocurrir cambios dramáticos de índole personal, social y en la vida profesional, y esto les puede afectar cognitiva, emocional y conductualmente (Garcés y Carlin, 2011). Los deportistas de AR mantienen un estilo de vida orientado a resultados para el medio deportivo que luego generan una sensación de poco control sobre sus carreras, incluso indicando que entrenadores y clubes son quienes controlan sus vidas. El nivel de dedicación trae como consecuencia que en la transición -de la dedicación profesional al retiro- experimentan insatisfacción vital, presión en la toma de decisiones y dificultad para reencontrarse y encontrar una nueva vida tras su carrera deportiva (Garcés y Carlin, 2011). Por todo ello, pueden expresar un evidente sentimiento de vacío en sus vidas (Stambulova, 1997), e incluso obtener valores superiores a la prevalencia de la población general acerca de la ansiedad y la depresión (Gouttebarga et al., 2015; Gouttebarga et al., 2015b).

La práctica deportiva así planteada convoca a la psicología con una doble vertiente planteada generalmente en la bibliografía de la psicología del deporte. Por un lado, estudiar el efecto de los factores psicológicos y sus principios en el rendimiento deportivo, y por otro lado estudiar en qué forma la participación en actividades deportivas afecta al desarrollo psicológico, la salud, emociones y el bienestar de una persona (Morán 2018; Weinberg 2010; Cox 2009; Williams 1991).

En este inter juego entre el ayudar al deportista a utilizar los principios psicológicos para mejorar su rendimiento y la comprensión de cómo su práctica y desempeño deportivo influye en su ciclo vital, muchas veces se implementan intervenciones que buscan mejorar el rendimiento (Cox 2009) pero la verdadera psicología deportiva se interesa más en el deporte como un medio de enriquecimiento humano. Desde esta mirada la actitud exitista centrada en el resultado no es compatible con las aspiraciones del psicólogo del deporte que busca que cada persona alcance su máximo rendimiento como deportista sin descuidar su potencial humano (Cox 2009).

Aportes de Viktor Frankl al deporte [\[arriba\]](#)

Frankl plantea que no hay que mirar al deporte desde un modelo antropológico anticuado según el cual el hombre tiende a satisfacer sus necesidades para evitar tensiones y mantener el equilibrio interno. Su antropología y concepción de la motivación está centrada en la trascendencia y si un deportista carece de un porqué, de metas vitales, de un sentido, aunque esté en la sociedad de la abundancia, el bienestar y el éxito puede, producto de su ausencia de necesidades y tensiones, no saber soportar ambas cosas; baja la tolerancia a la frustración, la renuncia, el sufrimiento. La sociedad niega al hombre estas necesidades de exigencia y entrega trascendente entonces es el hombre quien debe auto procurarla por medio del exigirse algo a sí mismo y esta es la función del deporte: que no es una catarsis moderna, sino que es ascética. Como invención de necesidades artificiales que buscan forzar la frontera de lo humanamente posible intentando descubrir posibilidades, busca desplazar esa frontera, el hombre amplía y trasciende, se trasciende a sí mismo. Por tanto, en el deporte competitivo el hombre debe rivalizar

consigo mismo, ser su propio competidor y desde esta actitud puede alcanzar el máximo rendimiento, evitando la hiperintención que lleva a la rigidez y al fracaso. Logrando que el rendimiento y el placer sean lo que son; una consecuencia y no un fin (Frankl, 1994).

Objetivos e hipótesis [\[arriba\]](#)

Objetivo general: Explorar la percepción del sentido de la vida en futbolistas de alto rendimiento en Argentina y Chile.

Objetivos específicos: • Comparar la percepción del sentido de la vida entre futbolistas de alto rendimiento y una población de no futbolistas con características sociodemográficas similares. • Analizar la relación entre la categoría en la que juega el club y la percepción del sentido de vida del jugador. • Explorar en qué se diferencian las puntuaciones de los futbolistas profesionales de las del grupo control.

Hipótesis: • No se encontrará una diferencia significativa en la percepción del sentido de la vida entre los futbolistas profesionales y el grupo control. Por un lado, se cree que el hecho de medir percepción aumenta los puntajes reales de los futbolistas que, por lo general, se auto perciben exitosos. Y, por otro lado, se considera que el nivel de estudios alcanzados en la muestra puede resultar indiferente para quienes son futbolistas pero bajo para quienes no han dedicado su vida al deporte y se encuentran allí por circunstancias económico-culturales. • Se encontrará un aumento en las puntuaciones de los jugadores a medida que es más alta la categoría en la que juegan. La percepción del sentido y valor de la propia vida va a disminuir en los jugadores que no sean parte de equipos de Primera por considerar menos significativos sus logros.

Metodología [\[arriba\]](#)

La presente investigación es un estudio de alcance exploratorio-descriptivo, debido a que no existen estudios previos que midan el sentido de la vida en una población de futbolistas de alto rendimiento. Los estudios exploratorios tienen la función de familiarizarnos con fenómenos relativamente desconocidos y así generar información inicial para luego tener la posibilidad de desarrollar otras investigaciones más completas a futuro buscando conocer nuevos problemas y sugerir afirmaciones o postulados (Hernández Sampieri et. als, 2010).

Por otra parte, los estudios descriptivos buscan hacer más específicas las propiedades, características y perfiles de personas, grupos, procesos, o cualquier fenómeno que se pueda someter a un análisis (Hernandez Sampieri et. Als, 2010).

Población y tamaño muestral [\[arriba\]](#)

Se trabajó con una población de 119 personas de sexo masculino entre 18 y 40 años. El 48,7% (n=58) son futbolistas profesionales de diferentes clubes y categorías y el 51,3% (n=61) no son futbolistas profesionales. El criterio para definir las categorías de los clubes es el de las asociaciones de fútbol de Argentina (AFA) y Chile (FFCh). Se investigó con la modalidad de grupo control para poder comparar los puntajes del grupo de interés (futbolistas de alto rendimiento) con el grupo control (población general), para eso estos grupos deben ser similares en su composición

sociodemográfica con el fin de poder adjudicar las diferencias en las puntuaciones a la variable de interés y no a otras variables intervinientes.

El promedio de edad del grupo de futbolistas es de 25,1 años mientras que el promedio de edad del grupo control es de 26,8 años, esta pequeña diferencia no es significativa ($t= ,161$, $p> ,05$). La edad fue la variable que más se tuvo en consideración a la hora de emparejar los grupos ya que es la variable que se ha demostrado más influye en la percepción de sentido. Frankl (1994) menciona que la edad es importante en la búsqueda del sentido; ya que la madurez y las etapas de la vida hacen que el sentido cambie de persona a persona y de situación en situación. Gottfried (2016) expresa que las personas a partir de los 31 años puntúan significativamente por encima de las personas de entre 18 y 30 años ($p=0,0001$). Luego, en cuanto a su nivel de estudios, en ambos grupos hay personas de los siguientes niveles y distribuidos de la siguiente manera:

Finalmente, en la variable “estado civil” se agrupó según las siguientes categorías: soltero, conviviente, casado y divorciado. También se buscó una distribución similar.

Este muestreo realizado por conveniencia se basa en artículos previos -ya citados anteriormente- en los que se investigan temáticas similares. Como no hay antecedentes en esta misma combinación de variables (Sentido de la vida y futbolistas profesionales) y que los estudios similares se realizan sin medición del tamaño del efecto, no es posible realizar el cálculo acerca del tamaño de muestra necesaria de otra manera.

Para la selección de los futbolistas participantes se realizó el contacto con algunos clubes por medio de sus entrenadores o preparadores físicos que fueron quienes facilitaron el acceso a la muestra. Otros jugadores fueron contactados de manera directa por distintas redes sociales. A su vez se da una selección de muestreo “en cadena”, es decir, que estos participantes consiguen nuevos participantes que cumplan con los criterios de inclusión. En cuanto a la población de no deportistas la selección se realizó de manera intencional, por conveniencia. Buscando que las personas que componen este grupo control tengan características sociodemográficas similares a las de los futbolistas.

Instrumentos y materiales [\[arriba\]](#)

Se le administró a la muestra total de participantes un breve cuestionario sociodemográfico indagando sobre el sexo, edad, estado civil, nivel de estudios, y categoría de su club a los futbolistas; y el PIL-Test (Purpose in Life Test de Crumbaugh & Maholick, 1969), en su versión adaptada y validada en Argentina en el año 2014.

El PIL-Test tiene como objetivo medir el sentido de la vida en contraposición al vacío existencial. Las puntuaciones que se obtienen indican la presencia o carencia de Sentido de Vida. Es el instrumento más difundido y utilizado en investigaciones en el área de la Logoterapia y Análisis Existencial (Gottfried, 2016). Su versión argentina (2014) consta de 20 ítems en los cuales la persona debe situarse a sí mismo en una escala de tipo Likert Del 1 al 7 entre dos sentimientos extremos (Gottfried, 2016).

En su versión original el test se compone de 3 secciones en total, dos partes tienen como fin recabar información cualitativa para la interpretación clínica y, en consecuencia, no fueron incluidas en la adaptación del test en su versión argentina (Gottfried, 2016).

Los participantes recibieron un enlace que contiene información sobre la investigación, el consentimiento informado, una planilla con los datos sociodemográficos y el Test de Sentido de la vida, todo por medio de Google Forms. Este archivo con los datos requeridos permaneció bajo el único acceso de los investigadores. Todos los datos se manejaron de manera anónima y fueron enviados desde Google Forms a una base de datos en el programa estadístico SPSS donde fueron analizados.

La corrección del test se realiza mediante la suma de las puntuaciones dadas en cada ítem (Risco Lázaro et al., 2015), siendo que la puntuación bruta mínima del test es de 20 puntos y la máxima de 140 puntos (Gottfried, 2016). Este puntaje es luego traducido mediante una tabla de baremos teniendo en cuenta la edad del participante (Gottfried, 2015). Alcanzar mayores puntajes indica una mayor percepción del Sentido de Vida.

Se realizaron comparaciones entre el grupo de estudio y el grupo control en su puntaje general (como enfoque principal) y luego una comparación en cada uno de los ítems que componen la prueba, buscando la existencia de alguna diferencia significativa en los aspectos que estos miden: percepción de sentido, experiencia de sentido, metas y tareas y dialéctica destino/libertad (como análisis secundario). Todos los análisis de datos se realizaron utilizando el método estadístico software IBM SPSS Statistics; comparación de medias con prueba T para muestras independientes.

Resultados [\[arriba\]](#)

Los resultados del PIL-Test oscilaron entre un puntaje mínimo de 42 y un máximo de 137 siendo la media total 111,517. En los futbolistas la media en sus 7 puntuaciones fue de 113,53 mientras que en el caso de la población de no futbolistas la media fue de 109,59. La distribución de las puntuaciones según los percentiles y sus interpretaciones en cada grupo fue la siguiente:

En comparación los futbolistas se destacaron y se agrupan mayormente en la Zona de indefinición de Sentido (32,7%), y por su parte la población de no futbolistas obtuvo un porcentaje superior en puntuaciones respecto del Vacío existencial (8,2%).

El resultado de la comparación de medias de los percentiles en los dos grupos fue el siguiente:

Estos resultados reflejan que la media obtenida por los futbolistas profesionales no difiere de manera estadísticamente significativa de la media obtenida por el grupo control de no futbolistas $t(118) = ,896$, $p = ,37$. Por lo tanto, las variables ser o no futbolista profesional y la percepción del sentido de vida pueden entenderse como independientes sin que necesariamente una influya a la otra.

En cuanto al análisis de los puntajes de los futbolistas según la categoría de su club tampoco se han encontrado diferencias significativas, en la comparativa entre jugadores de Primera A y jugadores de la B Nacional $t(38) = -,503$, $p = ,618$, entre jugadores de Primera A y jugadores de la B metropolitana $t(28) = ,888$, $p = ,382$ y finalmente, el puntaje de los jugadores de Primera A con respecto a la Primera C $t(35) = ,696$, $p = ,491$. Por tanto, se puede afirmar que tampoco hay una significación estadística para poder relacionar estas variables y de esta manera la categoría en la que juega el club del jugador no influye en su percepción del sentido de vida a pesar de tener un nivel más alto de presión y dedicación.

Por otro lado, realizando un análisis por ítems de la prueba se han descubierto diferencias estadísticamente significativas ($p < 0,05$) entre los dos grupos -futbolistas y no futbolistas- en cuatro de los veinte ítems que componen el PIL-Test.

Ítem 6, mide: “motivos y razones para vivir”.

Si pudiera elegir, preferiría:(No haber nacido/ Vivir mil veces más una vida idéntica a la mía)

Ítem 10, mide: “experiencia de sentido”.

Si muriera hoy, sentiría que mi vida: (Valió mucho la pena/ No valió la pena para nada)

Ítem 15, mide: “dialéctica destino/libertad”.

Con respecto a la muerte: (Estoy preparado y no tengo miedo/ No estoy preparado y tengo miedo)

Ítem 19, mide: “metas y tareas” y “experiencia de sentido”.

Enfrentarme a mis tareas diarias es: (Una fuente de placer y satisfacción/ Una experiencia aburrida y penosa)

Discusión [\[arriba\]](#)

Este trabajo surge a raíz del interés en la población de deportistas profesionales, se ha dicho con o sin fundamentos que es una población alejada del sentido y los valores por estar sumergida en la superficialidad de los logros y el éxito deportivo. El PIL-Test es una herramienta adecuada para medir la percepción de sentido que, como se ha mencionado, está íntimamente unida a los valores ya que estos son la manera efectiva de concretar el sentido en aquello que hacemos. Este trabajo es un aporte para contribuir científicamente a conocer si los futbolistas están inmersos en el mundo deportivo persiguiendo el éxito sin sentido o, por el contrario, son capaces de percibir satisfacción de sus valores y sentido en aquello que hacen.

Se ha partido del concepto de Sentido de Vida como un factor fundamental para una vida sana; protector y preventivo ante trastornos antisociales como la agresión, la drogadicción y el suicidio. Resultó interesante investigar estas variables en futbolistas ya que en la actualidad ha habido casos de depresión, vacío, consumo de sustancias y suicidios. Hay investigaciones que indican tasas superiores a la prevalencia de la población general acerca de la ansiedad y la depresión en Futbolistas Profesionales (FP) (Gouttebarga et al., 2015; Gouttebarga et al., 2015b).

A pesar de que gran parte de la bibliografía mencionada se inclina hacia la presencia de indicadores desfavorables en cuanto a salud mental en deportistas y concretamente en futbolistas, en este estudio los resultados no les puntuaron de manera negativa. Se sabe que el sentido de la vida es un indicador de salud o bienestar psicológico, pero no es la totalidad de este. El presente estudio demuestra que los futbolistas no presentan puntajes inferiores al grupo control, que representa a la población general, en cuanto a la percepción del sentido de la vida. Lo que autores anteriores caracterizan como deficitario en su desarrollo vital integral (Tamorri 2004, Morán 2018) no está ligado a cuestiones existenciales o a la vivencia de sus valores. Se analizó esta conclusión en profundidad y sobre la base de los resultados se consideró la posibilidad de justificar una percepción elevada de sentido por parte de los FP.

Es decir, que a partir de los ítems en los cuales la puntuación fue significativamente favorable para la población de estudio se comprende que se auto perciban con sentido. El sentido de la vida es también vitalidad, movimiento, cotidianeidad, tener metas y proyectos concretos alineados con los propios valores. Y son justamente estas variables aquellas que emergen como cualidades dentro de los futbolistas profesionales y que les dan una autovaloración positiva de sus acciones en relación con un sentido.

En el ítem 19 se postula “Enfrentarme a mis tareas diarias es:” y los polos de la escala enuncian 1: “una experiencia aburrida y penosa” y 7: “una fuente de placer y satisfacción”. Los FP tienen a su alcance una motivación cotidiana hiper estimulada ya que se encuentran rodeados por gente que está apoyando y validando su esfuerzo y rendimiento, especialmente por entrenadores y cuerpo técnico que está trabajando sobre los entrenamientos y demás estímulos que el jugador recibe al mismo tiempo que realizan un seguimiento de todo lo mencionado. También tienen tareas diarias orientadas a metas y resultados en el corto plazo, como por ejemplo entrenar determinada destreza o estrategia porque el rival de la siguiente fecha juega de tal manera. Por tanto, hay una clara conexión entre las tareas diarias y el placer como ya se citó es normal que nombren al deporte y los entrenamientos como un motivo de satisfacción con la vida general (Loland, 1999).

En el ítem 10 también fueron los futbolistas quienes obtuvieron puntajes superiores, este plantea “Si muriera hoy, sentiría que mi vida” y las opciones van desde 1: “No valió la pena para nada” a 7: “Valió mucho la pena”. En los FP la edad madurativa y su percepción se encuentra alterada, y no es una edad real o equivalente a la media de sus iguales fuera de ese ámbito. Ya que deben tomar decisiones que afectan a su vida a muy temprana edad y a cambio de eso, en casos de éxito, logran conseguir una estabilidad económica y ciertos logros antes que la media poblacional. Por tanto, un jugador de fútbol a sus 25 años puede mantener a su familia, cambiar de ciudad o país, probablemente sea reconocido y haya obtenido un título deportivo. Estos logros tempranos generan una percepción de la propia vida como lograda, como exitosa y la dificultad yace en que esta percepción es insostenible y por lo tanto pasajera en aquellos casos en los que no esté unida a sus propios valores. Esta afirmación se apoya sobre las investigaciones acerca de los ex deportistas que afirman que estos experimentan insatisfacción vital al retirarse ya que al final de la carrera pueden ocurrir cambios dramáticos en los ámbitos social, personal y profesional, esto les puede afectar cognitivamente, emocionalmente y conductualmente (Garcés y Carlin, 2011). Este fenómeno es conocido como identificación exclusiva, es decir, que la persona se define únicamente por aquello que es o hace en un ámbito de su vida (Bowen, 1978). De esta manera, el FP se define como tal y es valorado en su entorno por aquello que hace dentro de una cancha de fútbol, y es esperable que en el periodo de pandemia y suspensión de las actividades deportivas por aislamiento la FifPRO (Federación Internacional de Futbolistas Profesionales) declare que el número de futbolistas que presentan síntomas de ansiedad o depresión haya aumentado y doblado su porcentaje de prevalencia. ¿Si no puedo jugar, qué puedo hacer? Dicha Federación realizó una encuesta en abril de 2020 entre 1602 futbolistas profesionales de diversos países en aislamiento, el 22% de las mujeres y el 13% de los hombres presentaron síntomas que corresponden a un diagnóstico por depresión. Y el 18% de las mujeres y el 16% de los hombres presentaron síntomas correspondientes a un diagnóstico de ansiedad generalizada. Por tanto, insistimos, esta percepción de vida lograda es pasajera y como afirma Ungerleider (1997) los jugadores de alto rendimiento no pueden imaginar una vida sin entrenamientos ni competencias.

El ítem número 6 está en línea con las declaraciones anteriores, este plantea el siguiente estímulo: “Si pudiera elegir preferiría: 1, No haber nacido y 7, Vivir mil veces más una vida idéntica a la mía”. Se considera que aquí los FP obtienen puntajes más altos debido al éxito subjetivo percibido ya que al igual que la mayoría de los atletas manifiestan un elevado bienestar subjetivo debido al efecto de la euforia que supone el ejercicio orientado al logro de objetivos deportivos, premios (Mc Allister, 2001). Así como este éxito aparente contribuye a percibir una mayor satisfacción actual con la propia vida, también genera altos niveles de omnipotencia

en los FP, que se encuentran en un periodo de auge vital y les resulta difícil conocer el propio límite.

Es por esto que en el ítem número 15 la significación resulta a favor de la población de no futbolistas. Este plantea: “Con respecto a la muerte: 1, No estoy preparado y tengo miedo y 7, Estoy preparado y no tengo miedo”. Parados en su omnipotencia les resulta difícil concebir la muerte y parados en su éxito subjetivo les resulta difícil aceptar la posibilidad de perderlo todo, dicho de otro modo, podrían llegar a pensar que tienen más para perder.

Limitaciones [\[arriba\]](#)

Con respecto a la muestra se cree que la composición del grupo control no fue objetiva para ser comparada con la población de futbolistas como metodológicamente se había planteado en un principio, buscando equivalencias en las categorías solicitadas. Específicamente desde el nivel de estudios, porque desde el punto de vista de la realización personal, o de la percepción de esta una persona que no tiene estudios universitarios por haberse dedicado a llegar al alto rendimiento deportivo no es equivalente a una persona que no tuvo la posibilidad o la intención de formarse más.

Otra limitación surge a partir del estímulo utilizado, si bien fue un estudio exploratorio se considera que el PIL-Test no está adaptado a una población de deportistas y esto podría alterar los resultados. Por un lado, no posee preguntas acerca de los vínculos, factor en detrimento en deportistas con mucha dedicación. Y, por otro lado, el hecho de que mida autopercepción hace que no se obtenga un resultado sobre el constructo, en este caso sentido de la vida, sino sobre la percepción subjetiva de él.

Por último, dos limitaciones con respecto a la toma de la prueba son la deseabilidad social que, a pesar de ser anónima, permite que los futbolistas al saberse grupo de estudio podrían haber contestado buscando dar una imagen favorable de sí mismos. Y, por otro lado, el hecho de haber sido realizada de manera virtual y remota podría haber generado que se pierda la posibilidad de aclarar cuestiones sobre el test, o ver si la persona realiza el cuestionario con responsabilidad y actitud reflexiva.

Futuras líneas de investigación [\[arriba\]](#)

Después de haber concluido esta investigación surgen nuevas incógnitas y futuras líneas que quedan por investigar. Dentro de un marco teórico logo terapéutico/ existencial se cree interesante estudiar los valores que estos futbolistas presentan detrás de sus motivaciones y su percepción de sentido. Resulta interesante también seguir ampliando las investigaciones empíricas en Psicología del deporte para llegar al conocimiento científico de la etiología y los factores de riesgo que rodean a los deportistas de alto rendimiento que desencadenan, en alto porcentaje, en cuadros psicopatológicos. Esto debe realizarse por medio de la aplicación de otros instrumentos que miden diferentes variables psicológicas, ya sea el POMS, la escala de recursos noológicos, test de motivación o incluso de rasgos psicológicos para indagar la posibilidad de comorbilidades con los casos de depresión y ansiedad severos. Por otra parte, se considera de interés la realización de un estudio transversal para poder medir las diferencias entre sujetos

o incluso intrasujeto que presentan las futbolistas en su percepción de sentido en periodos de éxito deportivo y en periodos de fracasos.

Conclusión [\[arriba\]](#)

Se puede concluir a partir del presente estudio que, en cuanto a la percepción del sentido de la vida, los futbolistas profesionales en Argentina y Chile no presentan puntajes inferiores al grupo control. Por tanto, se trata de dos variables independientes, es decir, que no se influyen mutuamente de manera significativa.

La categoría en la que juega el club, que trae consigo un mayor nivel de dedicación y presión, pero también de éxito y reconocimiento no influye en la percepción del sentido de vida. Tanto los jugadores de Primera A, de la B nacional y metropolitana, y de la Primera C puntuaron de igual manera en el PIL-Test. Por tanto, la hipótesis de que los puntajes podrían diferir es nula.

Se planteó la hipótesis de que en estos futbolistas no se vería disminuida la percepción del sentido de vida, por pertenecer a clubes que no son absorbentes sobre sus vidas y por considerar que el grupo control no tendría puntajes que representen a la media poblacional.

Se llegó a la conclusión, entonces, de que la hipótesis: “los futbolistas profesionales no puntuarán de manera diferencial al grupo control” fue demostrada y que se logró verificar que los futbolistas profesionales, en Argentina y Chile, sin importar la categoría de su club no sufren una disminución en la percepción del sentido de vida.

Finalmente se demostró que, a partir del objetivo secundario de analizar los ítems que componen la prueba, los futbolistas difieren positivamente en tres de los mismos con respecto al grupo control. Se encontró en los futbolistas una percepción superior con respecto al grupo control en los reactivos vinculados a la estima de la propia vida y la motivación y satisfacción en las tareas diarias.

Referencias [\[arriba\]](#)

Aquesolo Vegas, J., Rodado Ballesteros, P., & Garcia Lopez, C. (1993). Diccionario de las ciencias del deporte. Alemán - inglés - español. Málaga, España: Unisport. Junta de Andalucía.

Aquino, T. A. A. D., Gouveia, V. V., Gomes, E. S., de Sá, M., & Bandeira, L. (2017). La percepción de sentido de la vida en el ciclo vital: una perspectiva temporal. *Avances en Psicología Latinoamericana*, 35(2), 375-386.

Billat, V. (2002). *Fisiología y metodología del entrenamiento. De la teoría a la práctica*. Editorial Paidotribo.

Blázquez, D. (1999). A modo de introducción. En Blázquez (Ed.), *La iniciación deportiva y el deporte escolar* (págs. 19-46). Barcelona: INDE PUBLICACIONES.

Bowen, M. (1978) *Family Therapy in Clinical Practice*. Bowen Center for the Study of the Family.

- Cantón, E. (2001). Deporte, salud, bienestar y calidad de vida. Cuadernos de psicología del deporte, 1, 127-35.
- Castellanos, C., Martínez, E., Hurtado, D., & Estrada, L. (2012). Los recursos psicológicos en estudiantes universitarios de Colombia. Revista Logos & existência: revista da associação brasileira de logoterapia e análise existencial, 1(1), 100-113.
- Cox, R. (2009). Psicología del deporte: Conceptos y sus aplicaciones. Editorial médica panamericana.
- Del Río, G. (2018). Biblioterapia y educación. Buenos Aires, Argentina: Editorial Bonum.
- Drahota, J.T. y Eitzen, D.S. (1998). The role exit of professional athletes. Sociology of sport journal, 15, 263-278.
- Durand-Bush, N. y Salmela, J. H. (2002). The development and maintenance of expert athletic performance: perceptions of world and olympic champions. Journal of applied sport Psychology, 14(1), 154-171.
- Frankl, V. (1994) El hombre doliente: fundamentos antropológicos de la psicoterapia. Editorial herder.
- Frankl, V. E. (1994). El hombre en busca de sentido. Barcelona: Editorial Herder.
- García Pintos, C. (2007). Frankl por definición: consultor temático de logoterapia y análisis existencial. Buenos Aires: San Pablo.
- Garcés, E. J. & Carlin, M. N. (2011). El proceso de retirada y ajuste vital en deportistas de alto rendimiento. Wanceulen editorial deportiva.
- Gearing, B. (1999). Narratives of identity among former professional footballers in the United Kingdom. Journal of aging studies, 13(1), 43-58.
- Gouttebauge, V., Frings-Dresen, M.H.W. and Sluiter, J.K. (2015). Mental and psychosocial health among current and former professional football players. Occupational Medicine 65, 190-196.
- Gouttebauge, V., Backx, F., Aoki, H., Kerkhoffs G. (2015b) Symptoms of Common Mental Disorders in Professional Football (Soccer) Across Five European Countries. Journal of Sports Science and Medicine 14, 811-818.
- Gottfried, A. (2015). Adaptación Argentina del PIL-Test (Purpose in life test) de Crumbaugh & Maholick. Revista de psicología. Mendoza, Argentina.
- Gottfried, A. E. (2016). Adaptación argentina del PIL Test (Test de Sentido en la Vida) de Crumbaugh y Maholick. Revista de Psicología, 12(23), 49-65.
- Guillén, F., Castro, J.J. y Guillen, M.A. (1997). Calidad de vida, salud y ejercicio físico: Una aproximación al tema desde una perspectiva psicosocial. Revista de psicología del deporte, 6, 2, 91-110.

Greenglass, E. y Fiksenbaum, L. (2009). Proactive coping, positive affect, & well-being. *European psychologist*, 14 (1), 29-39.

Hernández Sampieri, R., Fernández Collado, C., Baptista Lucio, P. (2010). *Metodología de la investigación*. México: McFRAW-HILL / Interamericana Editores.

Ho, M., Cheung, F. y Cheung, S. (2010). The role of meaning in life and optimism in promoting well-being. *Personality and Individual Differences*, 48, 658-663.

Jordet, G. (2009) When superstars flop: Public status and choking under pressure in international soccer penalty shootouts. *Journal of applied sport psychology*, 21, 125-130.

Lázaro, A. R., García, V. M., Litago, J. D. U., & Cabaco, A. S. (2015). Logoterapia y Psicología Positiva para mejorar el sentido vital en jóvenes.

Loland, N.W. (1999). Some contradictions and tensions in elite sportsmen's attitudes towards their bodies. *International review for the sociology of sports*, 34(3), 291-302.

Martinez Ortiz, E. (2011). *Los modos de ser inauténtico*. Bogotá: Manual Moderno.

McAllister, D. R., Motamedi, A. R., Hame, S. L., Shapiro, M. S. y Dorey, F. J. (2001). Quality of life assessment in elite collegiate athletes. *American Journal of Sports Medicine*, 29(6), 806-810 Abril, 2012, págs. 85-93.

Morán, A. y Toner, J. (2018). *Psicología del deporte*. Bogotá. Manual Moderno.

Ortiz, E. M., Trujillo, Á. M., del Castillo, J. P. D., & OSMA, J. J. (2011). Desarrollo y estructura de la escala dimensional del Sentido de Vida. *Acta Colombiana de psicología*, 14(2), 113-119.

Ovejas, P. (2011). *Psicoanálisis y Logoterapia en el tratamiento de las neurosis de transferencia*. Buenos Aires: San Pablo.

Romero Carrasco, A. E., Brustad, R. y García Mas, A. (2007) Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Revista iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, vol. 2, núm. 2, julio-diciembre, 2007, págs. 31-52. Editorial deportiva wanceulen.

Saccone, F. (2017). *Rugby mental: radiografía psicológica del juego y su entorno*. Deldragon, club house. (Buenos Aires).

Sánchez Bañuelos, F. (2000). Análisis del deporte en edad escolar y una alternativa para el futuro. *Actas del I Congreso Nacional de Deporte en edad escolar* (págs. 63-79). Dos Hermanas (Sevilla): Excmo. Ayuntamiento de Dos Hermanas.

Stambulova, N. B. (1994). Developmental sports career investigations in Russia: A post perestroika analysis. *The sport Psychologist*, 8 (3), 221-237.

Stambulova, N. B. (2001). Sports career termination of Russian athletes: Readiness to the transition. En A. Papaioannou, M. Goudas e Y. Theodorakis (Eds.), *Proceedings*

of the 10th World Congress of Sport Psychology (Vol. 4., pp 29-31). Skiatos: international Society of sports Psychology.

Tamorri, S. (2004). Neurociencias y deporte: Psicología deportiva. Procesos mentales del atleta". España. Editorial Paidotribo.

Ungerleider, S. (1997). Olympic athletes transition from sport to workplace. Perceptual and motor skills, 84, 1287-1295.

Vella- Brodrick, D., Park, N. y Peterson, C. (2009). Three ways to be happy: pleasure, engagement, and meaning- findings from Australian and US samples. Social Indicators Research, 90, 165-179.

Williams, J. M. (1991). Psicología aplicada al deporte. Biblioteca Nueva.

Wyleman, P., De Knop, P., Menkehorst, H., Theeboom, M. y Annerel, J. (1993). Career termination and social integration among elite athletes. En S. Serpa, J. Alves, V. Y A. Paula-Brito (Eds.), Proceedings of the 8th World Congress of the Sport Psychology (págs. 902-906). Lisbon: Universidade Tecnica de Lisboa.