

Intervención psicológica con deportistas paralímpicos

Trabajo psicológico situado que relaciona demandas deportivas, recursos y condiciones de cada atleta paralímpico mediante evaluación, adaptación de procedimientos y revisión de resultados dentro de competencias pertinentes.

Autoría: EDUFISICA

Publicación: 2026-10-13

Versión del contenido: 2026-10-13

Módulo: Cultura, inclusión y ética social

Nivel propuesto: Intermedio

Lectura estimada: 24 min · 5167 palabras de cuerpo

Resumen

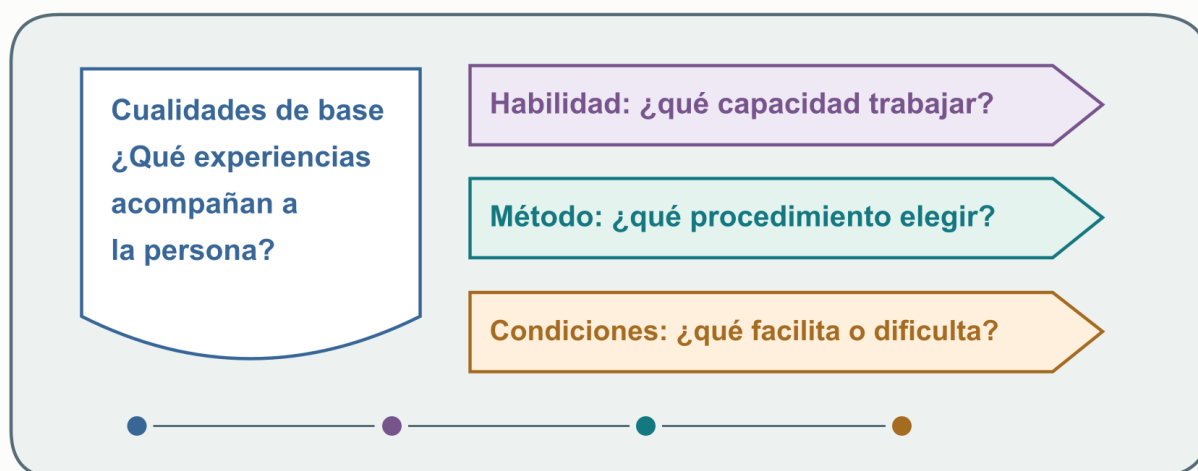
La intervención psicológica con deportistas paralímpicos requiere comprender a cada atleta, su deporte y las condiciones de participación. Esta lectura examina el modelo de desarrollo personal, preparación profesional, estereotipos, clasificación, motivaciones, lesión y dolor. Distingue adaptar el formato de entrega de elegir una estrategia y revisa programas multimodales, instrumentos y seguimiento. La doble evaluación conserva cambios psicológicos y desempeño como resultados diferentes. Colaboración, confianza y prioridades se comparan con un marco general de evaluación e intervención. Las posibilidades de mindfulness y gratitud mantienen sus poblaciones de origen y su carácter de investigación pendiente, sin transferencia automática de eficacia. El enfoque cultural aporta preguntas sobre posición y voz como comparación general. Los ejemplos originales organizan decisiones; no ofrecen clasificación, diagnóstico, tratamiento individual ni reglas clínicas actualizadas.

Palabras clave: deporte paralímpico; adaptación de intervención; desarrollo personal; clasificación; entrenamiento psicológico; accesibilidad; evaluación; consulta profesional

<https://edufisica.com/enciclopedia/psicologia-deportiva/intervencion-psicologica-con-deportistas-paralimpicos.html>

Cuatro preguntas para comprender una situación

Un organizador propio a partir del modelo de desarrollo personal



El organizador no asigna un déficit por discapacidad.
Las relaciones concretas necesitan evaluación.

[Inferencia] Composición original de preguntas derivadas del modelo, sin reproducir la figura 17.1 ni convertir sus categorías en una predicción causal de rendimiento.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Michelle D. Guerrero, Jeffrey J. Martin y Eva Prokesova (2021).

Un contexto específico y personas con historias diferentes

La intervención psicológica con deportistas paralímpicos necesita comprender deporte, persona y condiciones de participación. Guerrero, Martin y Prokesova organizan su capítulo alrededor de la relación de consulta, adaptación del entrenamiento de habilidades y posibilidades de investigación. Su exposición utiliza tanto ejemplos paralímpicos como investigaciones más amplias con atletas con discapacidad. Conservar esa diferencia permite aprender del campo sin describir a toda persona con discapacidad como paralímpica ni atribuir a participantes de un estudio el nivel competitivo de otro.^[1]

El capítulo sostiene un principio: las personas con discapacidad que practican deporte son atletas, con fortalezas, dificultades y objetivos propios. Su experiencia puede incluir clasificación, accesibilidad o dolor, pero no se reduce a esos asuntos. Personalidad, deporte, familia y trayectorias también intervienen en la consulta. Esta diversidad cambia el punto de partida: comprender lo que una persona quiere trabajar resulta más preciso que asignarle de antemano un problema a partir del nombre de su discapacidad.^[1]

Ezquerro García-Noblejas aporta un marco general de evaluación e intervención interdependientes. La información sobre conducta y condiciones permite formular hipótesis y objetivos; la intervención requiere después nuevas evaluaciones para revisar cambios esperados e imprevistos. El marco no es una investigación paralímpica específica, pero ayuda a organizar preguntas sobre una demanda concreta. La relación entre capacidades, oportunidades, expectativas y funcionamiento necesita establecerse en la situación estudiada, en lugar de deducirse de una categoría.^[3]

El nivel competitivo también modifica qué se pregunta. Guerrero y colaboradores sitúan los Juegos Paralímpicos como el nivel más alto del deporte de discapacidad y describen exigencias adicionales de viajes, medios y procedimientos. Esos ejemplos pertenecen a contextos de competición de alto nivel. Un programa recreativo o una investigación clínica con lesión medular puede aportar información diferente, pero no contiene automáticamente datos sobre preparación de atletas para los Juegos ni sobre rendimiento dentro de ellos.^[1]

[Inferencia] En un ejemplo hipotético, una deportista solicita ayuda para retomar la concentración después de una espera larga. La entrevista puede examinar qué ocurre durante la espera, qué sabe sobre el horario y qué recursos utiliza al volver a la tarea. Su condición forma parte del contexto si afecta esas circunstancias, pero la demanda inicial sigue siendo una experiencia deportiva concreta. El ejemplo permite formular preguntas sin inventar una dificultad clínica ni convertir la consulta en evaluación médica.

El modelo de desarrollo personal organiza varias preguntas

Guerrero y colaboradores utilizan el modelo de desarrollo personal de Martin para organizar la consulta. Distinguen cualidades de base, habilidades psicológicas, métodos y factores que facilitan o dificultan funcionamiento deportivo. La distinción evita reunir todo en una lista de técnicas. Un método es algo que se utiliza; una habilidad es una capacidad que se pretende desarrollar o emplear. Las condiciones de vida y participación pueden influir en ambos, sin convertirse por ello en habilidades que el atleta deba entrenar.^[1]

Entre las cualidades de base, el capítulo menciona autoestima global y su posible relación con comportamientos adaptativos de entrenamiento. No es una medida exclusiva del deporte ni un atributo que pueda deducirse de ganar una prueba. Considerar este nivel permite preguntar por experiencias que acompañan la vida de la persona y su relación con las demandas deportivas. El modelo no implica que todos los deportistas con discapacidad tengan autoestima baja ni que cada consulta deba tratar ese aspecto.^[1]

Los métodos psicológicos incluyen procedimientos como establecimiento de objetivos; las habilidades pueden incluir concentración. Su relación se plantea dentro de una propuesta de intervención, cuyo resultado debe evaluarse. Aprender un procedimiento y utilizarlo de manera pertinente son cuestiones distintas. Esta diferencia resulta práctica al conversar sobre una sesión: el profesional puede comprobar si la persona comprende el recurso, qué pretende conseguir con él y cómo lo utiliza en condiciones reales de entrenamiento o competición.^[1]

Los factores facilitadores y debilitantes amplían el modelo. El capítulo menciona descanso y nutrición entre condiciones fuera de la experiencia deportiva inmediata, y discriminación o dolor crónico entre dificultades relevantes. No son componentes equivalentes ni justifican una explicación única de rendimiento. Su presencia en el modelo invita a examinar qué condiciones importan para una persona y a qué profesionales o recursos corresponde abordarlas. Una consigna de concentración no reemplaza una oportunidad accesible de entrenamiento.^[1]

[Inferencia] En un caso hipotético, una atleta conoce una rutina de preparación, pero debe realizarla en un espacio donde continuamente la interrumpen. El análisis puede distinguir comprensión de la rutina, habilidad para usarla y condiciones materiales. Practicarla más quizá no aborde la interrupción. Este organizador relaciona preguntas del modelo con una situación concreta, sin representarlo como una ecuación que prediga rendimiento ni atribuir el resultado a un componente aislado antes de evaluarlo.

Prepararse para consultar incluye examinar los propios supuestos

Antes de la consulta, Guerrero y colaboradores proponen revisar creencias acerca de discapacidad, aprender del deporte y buscar mentoría formal o informal de profesionales experimentados. La preparación incluye leer trabajo aplicado y reconocer juicios sobre importancia o valor de modalidades deportivas. Estas propuestas se refieren a competencia profesional y a la relación que se construye con atletas. Conocer un procedimiento psicológico no aporta por sí solo conocimiento sobre el deporte, las condiciones de participación o la experiencia de cada persona.^[1]

El capítulo analiza el estereotipo Supercrip: presentar la vida con discapacidad como una tragedia que exige heroísmo cotidiano para superarla. Los autores distinguen reconocimiento por logros deportivos de elogios heroicos por actividades ordinarias. Describen que estos últimos pueden provocar incomodidad o molestia, aunque sean bien intencionados. La distinción permite examinar qué comunica un elogio y cómo lo recibe una persona, sin considerar que cualquier referencia favorable equivalga a respeto o reconocimiento deportivo.^[1]

Otro supuesto señalado es considerar el deporte de discapacidad como de segunda categoría. Los autores invitan a identificar si el propio profesional reproduce ese juicio. El problema tiene consecuencias para la consulta: si se interpreta la participación únicamente como hazaña personal, pueden quedar fuera objetivos técnicos, competencia, preparación y trayectoria atlética. Examinar el lenguaje y las expectativas permite formular una relación que reconozca la experiencia deportiva, además de aprender cómo la persona quiere ser comprendida.^[1]

Middleton y colaboradores ofrecen una comparación metodológica general mediante reflexividad: reconocer la propia posición y el papel de decisiones en la producción del conocimiento. Su capítulo trata cuestiones culturales y no constituye una prueba de intervención paralímpica. [Inferencia] Como comparación, ayuda a formular preguntas sobre quién decide los temas y cómo la posición del profesional puede influir en la conversación. La aplicación a una consulta concreta tendría que conservar la voz y las circunstancias del atleta.^[2]

[Inferencia] Un profesional hipotético comienza una entrevista preguntando cómo la persona logró superar su discapacidad. La pregunta ya propone una historia de superación que quizá no corresponde a su demanda. Revisarla podría abrir una conversación sobre qué quiere trabajar como deportista y qué experiencias considera relevantes. El ejemplo examina una decisión de lenguaje; no establece una frase obligatoria ni supone que todos los atletas reciban de la misma forma una pregunta o un elogio.

El significado de un elogio también se examina

Dos frases hipotéticas para discutir lo que comunican

«Tu nueva marca
merece atención
como logro deportivo».

Reconocimiento referido
a una actuación deportiva

«Tu vida es
una hazaña diaria
por tener discapacidad».

Relato de heroísmo cotidiano
que la fuente problematiza

¿Qué comunica la frase?
¿Cómo la recibe esta persona?

La recepción se conoce conversando; no se deduce de la intención del profesional.

[Inferencia] Ejemplo hipotético original para analizar el estereotipo Supercrip descrito por la fuente. Las frases no son citas de atletas o profesionales reales ni representan reacciones universales. Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Michelle D. Guerrero, Jeffrey J. Martin y Eva Prokesova (2021).

Conocer la vida deportiva y las condiciones de funcionamiento

Guerrero y colaboradores recomiendan conversar con atletas acerca de vivir con su condición y de cómo esta afecta entrenamiento, competición y estilo de vida. El conocimiento no se obtiene únicamente mediante un nombre diagnóstico. La demanda deportiva concreta puede depender de desplazamiento, utilización de material, horarios o recuperación. El capítulo relaciona esta conversación con credibilidad y empatía del profesional, manteniendo la experiencia del atleta como una fuente central para comprender su situación.^[1]

Ezquerro distingue características personales y ambientales. Sus tablas incluyen recursos técnicos y tácticos, estado de salud, descanso, historia de lesiones, condiciones materiales, relaciones, trabajo y estudios. Es un marco general del deporte. Al utilizarlo en una consulta paralímpica, habría que determinar qué elementos son pertinentes y cómo se relacionan con la conducta estudiada. Añadir todas las variables a un formulario no sustituye conocer cuándo aparece una dificultad ni qué circunstancias la acompañan.^[3]

La interacción entre persona y situación guía el análisis funcional descrito por Ezquerro. Datos observados e indicadores permiten formular hipótesis; su comprobación organiza la intervención. Una hipótesis puede cambiar cuando aparece información nueva o una condición no considerada. Esta lógica evita atribuir automáticamente una dificultad al atleta cuando el material, una instrucción o el acceso ofrecen otra explicación que merece examinarse. También evita asumir que modificar el ambiente resolverá todo problema sin observar su relación concreta con la demanda.^[3]

El capítulo paralímpico identifica barreras vinculadas con categoría de discapacidad, momento de aparición, socialización deportiva, instalaciones y clasificación. Se presentan como posibilidades a considerar, no como una lista que describe a todos los participantes. El inicio reciente de una condición y una larga trayectoria deportiva pueden acompañarse de experiencias diferentes. Comprenderlas requiere preguntar por historia y prioridades, mientras se conservan también conocimientos, recursos y formas de participación que la persona ya utiliza.^[1]

[Inferencia] En un caso hipotético, dos atletas presentan dificultades para seguir una instrucción. Uno no accedió al formato del material; otro comprendió la consigna, pero la utilizó en un momento distinto del previsto. La respuesta adecuada necesitaría examinar esas diferencias. El registro de conducta puede ser parecido mientras el problema es distinto. Esta comparación organiza evaluación de una demanda, sin adjudicar capacidades a partir de una discapacidad ni decidir una intervención individual mediante una descripción general.

Clasificación: una experiencia deportiva que puede generar incertidumbre

La clasificación ocupa un lugar específico en el deporte de discapacidad. Guerrero y colaboradores la describen, en su balance de 2021, como un procedimiento que organiza competición mediante capacidades para realizar pruebas físicas. Personas con discapacidades diferentes pueden competir dentro de una misma clasificación. Esta descripción académica sitúa una experiencia relevante para consulta; no proporciona criterios actuales de elegibilidad, una guía para clasificar a alguien ni reglas completas de una modalidad deportiva.^[1]

El capítulo señala varias condiciones que pueden producir estrés: aviso con poca antelación, esperas prolongadas y posibilidad de reclasificación. La incertidumbre sobre con quién se competirá puede ocupar la atención del atleta, además de la evaluación misma. Son experiencias descritas por la fuente, no una reacción obligatoria. El interés psicológico consiste en conocer qué parte del procedimiento resulta difícil para la persona y cómo se relaciona con su preparación y actuación.^[1]

La cuestión necesita distinguir información administrativa y experiencia subjetiva. Comprender fechas o procedimientos puede requerir interlocutores responsables de la organización; examinar preocupación o preparación pertenece a otra pregunta. El psicólogo no determina una clasificación por el hecho de escuchar a un atleta. El capítulo presenta el procedimiento como posible estresor que puede requerir apoyo, manteniendo la actividad psicológica ligada a cómo se vive y afronta una situación deportiva concreta.^[1]

Tampoco conviene convertir una clasificación en identidad total. La fuente insiste al final en variación entre atletas y en atender fortalezas, personalidad, deporte y familia. Una categoría de competición organiza un aspecto de participación, mientras la consulta necesita comprender metas y circunstancias propias. Su utilización como dato contextual puede orientar preguntas; no permite deducir motivación, personalidad, competencia psicológica o necesidad de una técnica únicamente a partir de la categoría asignada.^[1]

[Inferencia] En un ejemplo hipotético, un atleta considera difícil esperar una decisión porque desconoce cuándo podrá organizar su preparación. Una conversación podría distinguir qué información falta, qué está bajo control de la organización y qué recursos utiliza durante la espera. El ejemplo muestra cómo formular una demanda sin inventar reglas clasificatorias ni recomendar acciones para obtener una categoría. La evaluación posterior tendría que observar si el apoyo utilizado corresponde a la dificultad identificada.

Motivación y carrera: objetivos que no se agotan en competir

Guerrero y colaboradores reconocen motivos compartidos entre atletas con y sin discapacidad, como rendir bien o ganar. También describen que algunas personas pueden participar por motivos que trascienden resultados: ajustar su vida a una condición adquirida, afrontar discriminación o contribuir al movimiento deportivo de discapacidad. La palabra algunas es importante. La exposición amplía lo que puede investigarse, sin convertir esas posibilidades en motivos obligatorios para toda persona ni interpretar toda carrera mediante activismo.^[1]

El capítulo recoge investigación de Smith, Bundon y Best de 2016 sobre identidades activistas en atletas de élite con discapacidad. Su inclusión muestra que carrera e identidad pueden relacionarse con acción pública y política. No significa que cada atleta quiera representar una causa o que competir deba justificarse por un beneficio social. La consulta puede preguntar por significado de la participación y conservar objetivos deportivos, personales y colectivos según lo que la persona realmente comparta.^[1]

La motivación tiene consecuencias para formular objetivos de trabajo. Si una persona quiere mejorar preparación competitiva, conviene estudiar esa demanda; si considera

central una transición de identidad, la pregunta es diferente. Guerrero y colaboradores proponen ayudar a explorar motivaciones para comprender una carrera significativa. La propuesta no establece un resultado garantizado. Da una razón para escuchar cómo el atleta valora su trayectoria y para evitar que el profesional imponga una definición única de éxito.^[1]

La individualidad descrita en la conclusión incluye experiencias familiares, decisiones y características del deporte. Estos factores pueden entrar en el significado de continuar, cambiar una meta o priorizar un objetivo durante una temporada. Ninguno reemplaza la explicación de la propia persona. El capítulo invita a sostener lo común de ser atleta junto con condiciones específicas, una relación más precisa que presentar discapacidad como diferencia absoluta o suponer que todo lo vivido es idéntico a cualquier otra trayectoria.^[1]

[Inferencia] En un ejemplo hipotético, una atleta quiere mejorar una marca y también participar en una iniciativa pública sobre acceso. La consulta podría estudiar tiempos y demandas de cada objetivo sin considerarlos incompatibles por definición. Otra persona podría querer concentrarse exclusivamente en competir. La diferencia orientaría prioridades distintas. El ejemplo no atribuye motivaciones a atletas reales ni propone que representar a una comunidad sea un requisito del trabajo psicológico o una prueba de compromiso deportivo.

Lesión y dolor: distinguir experiencias sin convertirlas en autodiagnóstico

El capítulo reconoce lesión y dolor como asuntos relevantes para deportistas con discapacidad. Reseña una tasa de 17,8 lesiones por cada 100 atletas en los Juegos Paralímpicos de Londres 2012, frente a unas 13 en el contexto olímpico citado. Son datos históricos de la reseña de Willick y colaboradores, no una tasa actual ni una predicción para un atleta. Lesiones por cada 100 participantes tampoco equivale necesariamente a porcentaje de personas lesionadas: la unidad registrada debe conservarse.^[1]

Guerrero y colaboradores distinguen dolor vinculado con la condición, con una condición secundaria, con una posible lesión y con fatiga. Esta distinción llama la atención sobre lo que necesita valorarse al escuchar una experiencia. No funciona como un listado para que el lector determine su causa o decida seguir entrenando. El capítulo advierte que confundir situaciones puede acompañarse de decisiones deportivas inadecuadas; una respuesta psicológica y una valoración física requieren preguntas y competencias pertinentes.^[1]

El análisis puede incluir cómo la experiencia influye en preparación, concentración o participación y cómo se comunica al equipo. Atender a ese significado no identifica

por sí mismo el origen corporal del dolor. Ezquerro señala que algunas técnicas e intervenciones requieren cualificación clínica específica y que la actividad debe corresponder a formación profesional. Su discusión de 2015 es un criterio de la fuente, no una delimitación legal actual por país ni una autorización para realizar evaluación médica.^[3]

La conversación también conserva historia y condiciones. Una misma palabra puede utilizarse para experiencias de duración, momento y efecto distintos. Dentro del modelo de desarrollo personal, el dolor aparece entre factores que pueden dificultar entrenamiento y rendimiento, pero su importancia concreta requiere evaluación. Esta precisión permite estudiar lo psicológico sin reducir toda molestia a ansiedad ni considerar que un recurso de atención tenga capacidad para resolver un problema físico.^[1]

[Inferencia] En un ejemplo hipotético, una persona explica que una molestia cambió y ahora interfiere en una tarea que antes podía realizar. Un organizador de consulta puede registrar cuándo ocurrió el cambio, qué actividad coincidió y qué profesionales participan en su valoración. Ese registro no asigna una causa ni indica continuar o suspender una práctica. Sirve para conservar información y coordinar preguntas dentro de las competencias correspondientes, evitando completar lo que todavía no se conoce.

Adaptar la entrega de una técnica mantiene una pregunta individual

Guerrero y colaboradores indican que muchas estrategias cognitivas y conductuales pueden mantener principios comunes al trabajar con atletas con y sin discapacidad. También consideran que algunos participantes necesitan modificaciones de entrega. La diferencia es concreta: el objetivo psicológico no se define automáticamente por el formato de un material. Una persona puede necesitar otro modo de acceso a instrucciones mientras conserva una demanda de preparación similar, y otra puede requerir además revisar la estrategia elegida.^[1]

Los ejemplos de Hanrahan reseñados incluyen trasladar un guion escrito de imaginación a audio o Braille al trabajar con un atleta ciego. Al conversar con una persona sorda o con dificultades auditivas, se mencionan apoyos visuales, hablar con claridad y evitar murmurar. Son opciones de la fuente, no preferencias universales de cada categoría. Su elección requiere conocer qué utiliza y entiende la persona y qué comunicación necesita la tarea deportiva concreta.^[1]

El capítulo también menciona modificar una relajación muscular al trabajar con algunos atletas con parálisis cerebral, debido a posibles espasmos. Este ejemplo histórico señala que la adaptación puede afectar el procedimiento, no solo el medio

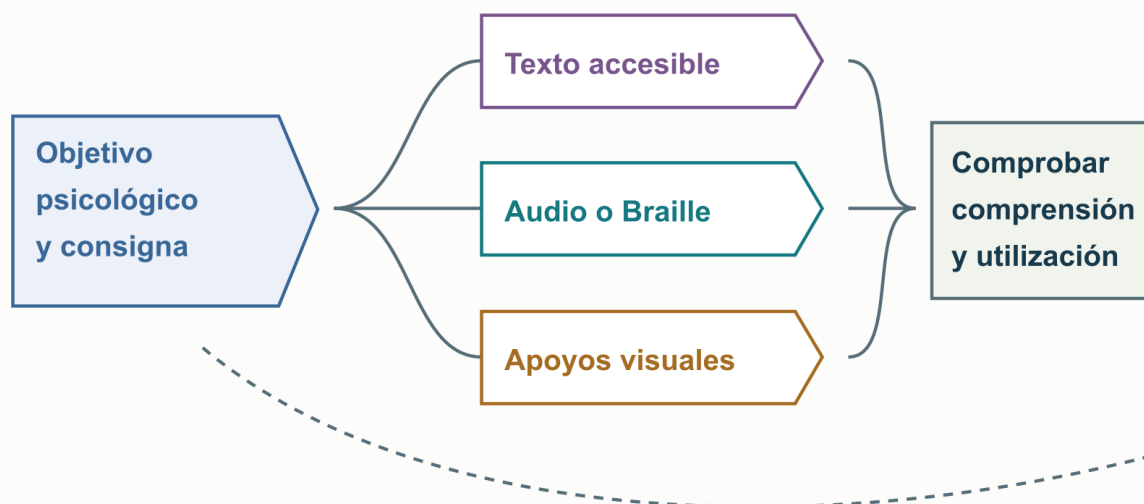
de comunicación. No se presenta aquí una pauta de aplicación individual. Su importancia conceptual es recordar que instrucciones corporales requieren conocimientos pertinentes y que el nombre de una técnica no resuelve su adecuación a condiciones o necesidades particulares.^[1]

La adaptación incluye oportunidades de entrenamiento y competición, además de un guion. Guerrero y colaboradores mencionan accesibilidad de instalaciones, socialización y momento de aparición de la condición como posibles barreras. Un programa que cambia material escrito pero conserva obstáculos de acceso puede dejar una parte de la demanda sin examinar. La propuesta de los autores es diseñar y acomodar entrenamiento según la persona, conservando tanto recursos existentes como condiciones que dificultan utilizarlo.^[1]

[Inferencia] En un ejemplo hipotético, una consigna se entrega en un formato que el atleta puede consultar de manera autónoma. Durante el seguimiento se pregunta si la comprende, cuándo la usa y si resulta pertinente para su tarea. Acceso y uso se registran por separado. El ejemplo no supone que toda persona prefiera audio ni que un cambio de formato produzca mejora psicológica. Muestra cómo evaluar una decisión de entrega en lugar de dar por completada la adaptación al convertir un archivo.

Acceso al material y uso de la habilidad

Rutas de entrega ilustrativas; la elección depende de la persona.



Cambiar el formato no demuestra por sí solo mejora psicológica.
El seguimiento conserva acceso, significado y aplicación.

[Inferencia] Organizador original de alternativas de entrega reseñadas. No prescribe formato por categoría ni reproduce Braille codificado; el trazado de vuelta representa revisión, no eficacia garantizada.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Michelle D. Guerrero, Jeffrey J. Martin y Eva Prokesova (2021).

Programas multimodales y alcance de la investigación aplicada

El entrenamiento de habilidades psicológicas se describe como práctica sistemática y consistente para desarrollar capacidades relacionadas con rendimiento, disfrute o satisfacción en la participación. El capítulo reúne autodiálogo, imaginación, regulación de activación y objetivos entre recursos utilizados. En programas multimodales se emplean varias técnicas. Ese rótulo describe composición del programa; no demuestra que todas sean necesarias para cada atleta ni permite atribuir el resultado de un conjunto a una técnica individual.^[1]

La investigación aplicada reseñada incluye atletas con discapacidad visual, lesión medular o amputaciones. El capítulo señala menor número de intervenciones frente al trabajo con atletas sin discapacidad y una orientación frecuente hacia consideraciones prácticas de entrega. Estos antecedentes permiten estudiar utilidad y dificultades, mientras el alcance depende de diseño y población. Una intervención con una modalidad o condición concreta no aporta automáticamente un efecto para todos los deportistas paralímpicos.^[1]

Lim y colaboradores de 2018 son reseñados mediante un programa con autodiálogo, imaginación, reestructuración cognitiva y rutina. La bibliografía lo identifica con tenis de mesa paralímpico. De Bressy de Guast y colaboradores de 2013 aparecen con imaginación, relajación, manejo de lesión y confianza; su referencia corresponde a un estudio de caso de un atleta de esquí acuático en silla de ruedas. El capítulo ofrece información sobre esos conjuntos, sin establecer aquí eficacia independiente de cada componente.^[1]

Los Juegos presentan demandas adicionales descritas en la reseña: atención mediática, desplazamientos, transferencias, viajes prolongados, accesibilidad de aseos y clasificación previa. Esos elementos sitúan preparación dentro de logística y organización. No todos los participantes afrontan la misma combinación ni un paquete de habilidades elimina por sí solo una barrera material. El estudio de un programa necesita explicar qué demandas trató, qué se entregó y qué resultados se observaron en aquel contexto.^[1]

[Inferencia] En un programa hipotético se proponen dos recursos, pero el atleta utiliza uno con regularidad y el otro casi no lo comprende. Si cambia su desempeño, habría que conservar información sobre exposición, utilización y otras condiciones de entrenamiento. El resultado no permite afirmar que cada recurso funcionó igual. Este organizador ayuda a revisar un programa multimodal sin sumar técnicas por acumulación ni deducir eficacia de un componente a partir del nombre del paquete.

Evaluar requiere acceso, comprensión y respaldo de la medida

Guerrero y colaboradores identifican una limitación de la investigación: número insuficiente de instrumentos con respaldo de validez y fiabilidad de puntuaciones para evaluar habilidades psicológicas en atletas con discapacidad. También señalan escasez de versiones en lengua de signos u otras formas adecuadas para personas con dificultades auditivas. El balance pertenece a 2021. La observación no acredita que cualquier adaptación sea inválida; reclama evaluar medidas y formas de acceso en las poblaciones pertinentes.^[1]

Ezquerro explica que respuestas a autoinformes son indicadores de constructos, no una lectura infalible de la mente. Comprensión de un ítem, deseabilidad social y circunstancias pueden influir incluso cuando el instrumento tiene buenas propiedades. Esa discusión general permite preguntar por lo que una puntuación representa y por la información que falta. Cambiar formato para hacer una medida accesible exige además comprobar cómo se comprendió y qué correspondencia conserva con el objeto que se pretende evaluar.^[3]

La evaluación puede combinar entrevista, autoinforme, observación e indicadores fisiológicos según la pregunta. Ezquerro presenta sus aportaciones como complementarias y describe la entrevista como espacio para precisar datos y

establecer colaboración. La combinación no convierte toda discrepancia en error del atleta. Un informe de experiencia y una conducta observada pueden corresponder a momentos diferentes. Conservar períodos, contexto y condiciones ayuda a examinar qué describe cada vía de información.^[3]

El seguimiento importa porque las condiciones deportivas cambian. Una puntuación tomada antes de un programa y otra varios meses después pueden verse influidas por numerosos acontecimientos. Ezquerro utiliza estados de ánimo como ejemplo de esa variabilidad. En la investigación paralímpica, los autores piden medidas adecuadas para seleccionar habilidades y monitorear cambios. La evaluación continua relaciona ambos planteamientos, sin convertir un descenso de puntuación en prueba automática de que una técnica produjo el resultado.^{[3][1]}

[Inferencia] Un registro hipotético conserva formato, momento y condiciones de una respuesta, además de la puntuación. Si se modifica el modo de entrega, el informe describe ese cambio y examina comprensión. Otra observación puede recoger cómo se utilizó una habilidad durante entrenamiento. El ejemplo no constituye una nueva prueba validada. Organiza información para estudiar acceso, significado y funcionamiento, evitando que la disponibilidad de un cuestionario sustituya la pregunta sobre pertinencia de su interpretación.

Cambios psicológicos y rendimiento necesitan resultados propios

Ezquerro propone una doble evaluación: examinar cambio psicológico y su relación con desempeño deportivo. Mejorar atención o una forma de utilizar recursos no equivale a ganar todas las competiciones. El resultado depende también de rivales, condiciones y otras variables. Esta separación permite reconocer un progreso pertinente sin adjudicarlo a una medalla ni declarar fracaso de toda intervención porque la clasificación final no cambió. El criterio debe corresponder al objetivo de trabajo realmente formulado.^[3]

La autora recomienda establecer indicadores deportivos relacionados con el contenido de la intervención, en colaboración con entrenadores. Sus ejemplos incluyen decisiones tácticas, errores y acciones oportunas, además de resultado global. El marco es general y necesita especificarse para cada modalidad. Un indicador de tenis no describe automáticamente otra tarea paralímpica. Seleccionar una conducta relevante permite preguntar qué cambió en desempeño y cómo se relaciona con la habilidad que se pretendía desarrollar.^[3]

También debe comprobarse si el recurso se comprendió y utilizó en momentos pertinentes. La propuesta de registro de Ezquerro distingue saber qué se pretende, saber aplicar la técnica, cuándo usarla y qué efectos perciben atleta y profesional. Se

trata de un instrumento propuesto para organizar seguimiento, no una prueba de eficacia por completar casillas. Estas preguntas ayudan a detectar dificultades de entrega o uso que un promedio final de rendimiento puede ocultar.^[3]

En el capítulo paralímpico, las debilidades de investigación incluyen muestras pequeñas, falta de aleatorización y controles poco específicos. Ezquerro añade que entrenamiento deportivo y condiciones competitivas siguen cambiando durante una intervención. Ambos planteamientos invitan a conservar alternativas explicativas al atribuir una mejora. Un cambio antes-después o un estudio de caso puede aportar información útil, mientras la eficacia diferencial frente a otra condición necesita una comparación cuyo diseño la permita.^{[1][3]}

[Inferencia] En un ejemplo hipotético, una atleta aplica una rutina con mayor consistencia y comete menos errores en una tarea definida, pero no gana una prueba con rivales diferentes. El informe puede conservar esos tres resultados y las condiciones de comparación. La interpretación necesitaría conocer también otros cambios de entrenamiento. El ejemplo muestra cómo describir un progreso sin convertir victoria en único indicador ni afirmar que la rutina explica por sí sola toda variación deportiva.

Tres registros que una victoria no resume

Ejemplo hipotético basado en la doble evaluación



[Inferencia] Ejemplo original hipotético, sin datos de un estudio real. Distingue utilización, proceso psicológico y criterio de desempeño; no representa escalas o alturas de efecto y no atribuye cambio a una sola técnica.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Milagros Ezquerro García-Noblejas (2015).

Prioridades, colaboración y confianza en el trabajo profesional

La intervención mínima, descrita por Ezquerro, pide analizar cada caso y escoger el trabajo más sencillo que cumpla objetivos. No significa ofrecer apoyo insuficiente. El criterio es relacionar necesidad, procedimientos y coste de tiempo o esfuerzo. Añadir un repertorio amplio de técnicas puede sobrecargar a una persona o interferir con otras prioridades. La elección necesita valorar lo que se deja de hacer para participar en tareas psicológicas, además de su utilidad esperada.^[3]

El principio conecta con Guerrero y colaboradores al diseñar programas según necesidades individuales. El capítulo paralímpico también recuerda que psicólogos pueden trabajar con entrenadores y personal deportivo. La cooperación amplía oportunidades para comprender demandas y ajustar entrega; no sustituye la participación del atleta en la definición del trabajo. Cada interlocutor aporta información desde una posición concreta, y la coordinación necesita distinguir objetivos deportivos, experiencias personales y cuestiones que requieren otra formación profesional.^[1]

Ezquerro considera importante elegir momento y lugar según circunstancias y confianza. Trabajo en entrenamiento, consulta individual y colaboración con técnicos tienen funciones diferentes. Una tarea ligada a ejecución puede necesitar contexto real; una conversación personal puede requerir intimidad y tranquilidad. La fuente propone flexibilidad de entrega. La elección no se resuelve por preferencia general por despacho o pista, sino por la pregunta de intervención y las condiciones que permitan trabajar de forma pertinente.^[3]

La discusión ética de 2015 relaciona confidencialidad con confianza y describe comunicar aspectos pertinentes mediante conversación y consentimiento del atleta, conservando su protagonismo. Es un planteamiento de la autora, no una regla legal actual para todos los países o situaciones. La colaboración estrecha con un entrenador no implica compartir todo contenido personal. Formación, límites de competencia y responsabilidad también forman parte de la elección del trabajo, especialmente cuando aparece una necesidad clínica distinta de entrenamiento de habilidades.^[3]

[Inferencia] En un ejemplo hipotético, el equipo necesita coordinar un cambio de horario y el atleta quiere mantener privada una parte de su historia. La conversación puede distinguir qué información hace falta para resolver el horario y quién participa en esa decisión. El organizador no determina normas de confidencialidad ni sustituye criterio profesional. Permite examinar finalidad de colaboración y protagonismo de la persona, sin considerar que necesitar una adaptación reduce su capacidad de intervenir en el trabajo.

Promesas de investigación y límites de trasladar evidencia

Mindfulness y gratitud aparecen en el capítulo como intervenciones potenciales que merecen investigación en deporte de discapacidad. La fuente distingue sus promesas en otras poblaciones de lo que todavía necesitaba estudiarse con atletas con discapacidad. Esta distinción es central para valorar una propuesta: compartir alguna condición física o una experiencia de malestar no convierte dos poblaciones en la misma muestra, y un resultado de bienestar no describe por sí solo desempeño competitivo.^[1]

Hearn y Finlay de 2018 se reseñan mediante una intervención de mindfulness en internet, de ocho semanas, con personas con lesión medular fuera de un contexto deportivo. La comparación fue con formación psicoeducativa y los resultados incluyeron síntomas, catastrofización del dolor y facetas de mindfulness. El estudio aporta información en esa población. No constituye un ensayo de preparación paralímpica ni permite atribuir los mismos cambios a un programa aplicado a atletas por compartir la expresión lesión medular.^[1]

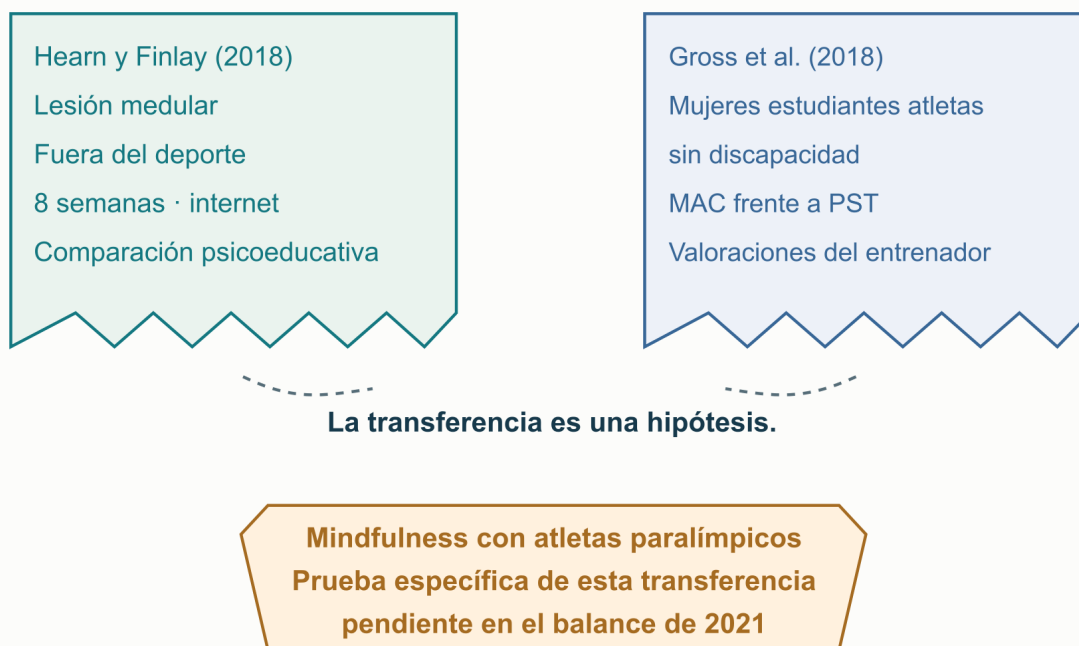
Gross y colaboradores de 2018 compararon MAC y entrenamiento tradicional de habilidades en mujeres estudiantes atletas sin discapacidad, según la reseña. El rendimiento se evaluó mediante valoraciones del entrenador. Los autores del capítulo consideran razonable esperar beneficios semejantes en atletas con discapacidad, pero esa expectativa es una inferencia de transferencia. La comparación consultada no aporta aquí una prueba directa de ese resultado en participantes paralímpicos ni un efecto aislado de cada módulo.^[1]

Los ejemplos de gratitud pertenecen a muestras diversas, como personas con enfermedad neuromuscular, estudiantes y adultos mayores. Los mecanismos se discuten como hipótesis y relaciones propuestas. En la conclusión, los autores mantienen interés por investigar bienestar y funcionamiento además de rendimiento directo. Este balance permite distinguir una vía de investigación de una intervención ya demostrada para una población concreta. Su desarrollo específico requiere conservar constructo, procedimientos y evidencia sin añadirlos por entusiasmo a cualquier programa.^[1]

[Inferencia] Una propuesta hipotética para estudiar un enfoque nuevo tendría que definir quién participa, qué objetivo examina, frente a qué alternativa y durante qué período. Registraría también utilización, comprensión y acontecimientos relevantes. El ejemplo no recomienda practicar mindfulness o gratitud ni promete disminuir dolor. Organiza las comparaciones que faltan para que una posibilidad basada en otras poblaciones pueda examinarse en un contexto deportivo específico, con resultados cuyo alcance quede claro.

Dos contextos de evidencia y una transferencia abierta

Mindfulness: la población y el resultado se conservan.



La transferencia es una hipótesis.

[Inferencia] Composición original del contraste de poblaciones reseñadas. El resultado de Gross utiliza valoraciones del entrenador; las conexiones discontinuas no acreditan eficacia en atletas paralímpicos ni una intervención individual.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Michelle D. Guerrero, Jeffrey J. Martin y Eva Prokesova (2021).

Una agenda centrada en la persona y en condiciones verificables

La conclusión de Guerrero y colaboradores conserva dos ideas: principios de entrenamiento de habilidades siguen siendo relevantes y cada atleta necesita una comprensión individual. La combinación permite evitar extremos. Reconocer condiciones específicas no exige considerar que todo procedimiento psicológico sea completamente distinto; mantener principios comunes tampoco justifica ignorar acceso, clasificación, dolor o discriminación. El trabajo requiere estudiar qué demanda se presenta, con qué recursos y bajo qué condiciones se ofrece la intervención.^[1]

Las preguntas de investigación incluyen instrumentos con propiedades pertinentes, formas accesibles de evaluación, comparaciones más específicas y muestras que permitan examinar resultados. El capítulo reconoce dificultades de diseño y propone explorar enfoques potenciales. Estas prioridades corresponden al balance de 2021. No describen una revisión actualizada externa ni autorizan a completar las pruebas

ausentes mediante resultados de poblaciones generales. La continuidad del campo depende de producir evidencia que conserve capacidades, contextos y objetivos de los participantes.^[1]

La comparación cultural de Middleton y colaboradores añade preguntas sobre posición profesional, participación y aprendizaje guiado por contexto. Su agenda tampoco es una evaluación de atletas paralímpicos. [Inferencia] Puede orientar una propuesta de investigación sobre cómo se escuchan prioridades y se producen datos, siempre que esa propuesta se examine en el contexto pertinente. El marco conserva poder y voz como preguntas, sin imponer una historia cultural única a todas las personas con discapacidad.^[2]

Ezquerro aporta una lógica de revisión continua: hipótesis, objetivos, procedimientos y evaluaciones sucesivas se relacionan y pueden ajustarse. Su marco general permite organizar lo que se observa durante el trabajo, junto a confianza, formación y costes. Esta comparación no sustituye conocimiento del deporte ni valoración especializada de una condición. Ayuda a formular una intervención examinable donde se pueda describir qué se hizo, qué utilizó el atleta y qué resultados permanecen diferentes o todavía no se conocen.^[3]

[Inferencia] Un organizador original de trabajo conserva demanda del atleta, condiciones de acceso, objetivos acordados, procedimientos entregados y medidas de seguimiento. Distingue datos, hipótesis y decisiones de adaptación. No clasifica médicamente a la persona ni determina su elegibilidad deportiva. Su propósito es hacer revisables las decisiones de una intervención situada: reconocer fortalezas, escuchar dificultades y comparar lo que se esperaba con lo que realmente se observó, dejando abiertas las preguntas que los datos no resolvieron.

Referencias bibliográficas

1. Guerrero, M. D., Martin, J. J., & Prokesova, E. (2021). Psychological interventions with Paralympic athletes. En M. Bertollo, E. Filho, & P. C. Terry (Eds.), *Advancements in mental skills training* (pp. 212-223). Routledge.

Psychological Interventions with Paralympic Athletes

2. Middleton, T. R. F., Schinke, R. J., Petersen, B., & Giffin, C. E. (2021). Cross-cultural, multi-cultural, and intercultural issues. En E. Filho & I. Basevitch (Eds.), *Sport, exercise and performance psychology: Research directions to advance the field*. Oxford University Press.

Cross-Cultural, Multi-Cultural, and Intercultural Issues

3. Ezquerro García-Noblejas, M. (2015). Evaluación conductual e intervención psicológica en el deporte. En A. García-Naveira Vaamonde & L. Locatelli Dalimier (Coords.), *Avances en psicología del deporte*. Editorial Paidotribo.

Evaluación conductual e intervención psicológica en el deporte

Fuentes y criterios editoriales: edufisica.com/enciclopedia/psicologia-deportiva/fuentes-y-metodo.html