

Pensamiento crítico para estudiar psicología deportiva

El pensamiento crítico en psicología deportiva es la evaluación cuidadosa de conceptos, argumentos y evidencias para formular conclusiones justificadas, reconocer límites y considerar explicaciones alternativas. Combina disposición a cuestionar y revisar las propias ideas con habilidades de análisis, evaluación e inferencia.

Autoría: EDUFISICA

Publicación: 2026-10-13

Versión del contenido: 2026-10-13

Módulo: Fundamentos e historia

Nivel propuesto: Básico

Lectura estimada: 25 min · 5320 palabras de cuerpo

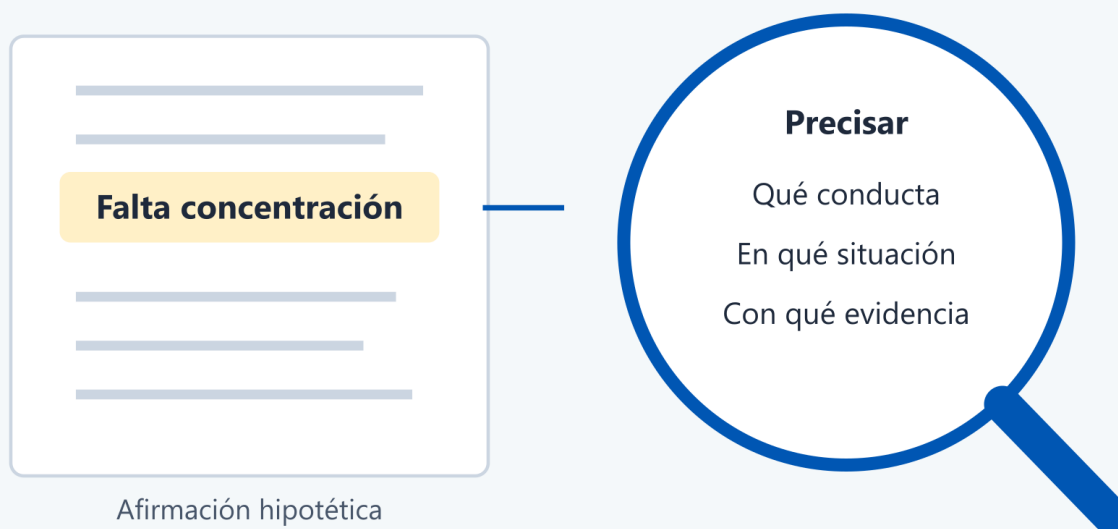
Resumen

El pensamiento crítico permite examinar afirmaciones sobre conducta, rendimiento e intervenciones sin confundir una explicación atractiva con evidencia suficiente. Este artículo desarrolla herramientas para precisar constructos, reconocer definiciones circulares, diferenciar medición y concepto, distinguir asociación de causalidad y valorar el alcance de entrevistas, encuestas y experimentos. Parte del capítulo introductorio de Moran y Toner, contrasta sus preguntas con las cautelas de Terry, Bertollo y Filho, y utiliza el capítulo de ética de Watson, Harris y Byrd para analizar muestreo, deseabilidad social y decisiones profesionales. Los ejemplos son hipotéticos y las secuencias de lectura son propuestas didácticas propias. El objetivo es aprender a formular conclusiones proporcionadas a las fuentes, identificar preguntas pendientes y comunicar qué se sabe, qué se interpreta y qué todavía requiere comprobación.

Palabras clave: pensamiento crítico; constructos; validez; evidencia; causalidad; evaluación de intervenciones; ética profesional

<https://edufisica.com/enciclopedia/psicologia-deportiva/pensamiento-critico-para-estudiar-psicologia-deportiva.html>

Qué afirma exactamente el texto



Una etiqueta familiar no contiene por sí sola una explicación causal.

Ilustración original de una actividad didáctica propuesta. La frase es hipotética. Base conceptual: secuencia de pensamiento crítico de Moran y Toner (2018), capítulo 1.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Aidan Moran y John Toner (2018).

1. Evaluar una afirmación antes de aceptarla o rechazarla

Moran y Toner presentan el pensamiento crítico como capacidad y disposición para evaluar afirmaciones con cuidado. Distinguen un componente motivacional, relacionado con curiosidad y apertura, y otro cognitivo, que reúne habilidades de análisis, evaluación, inferencia y razonamiento. La distinción explica por qué conocer una lista de preguntas no basta si quien lee solo busca confirmar una opinión previa. También explica por qué una actitud de duda necesita herramientas: desconfiar de todo sin examinar argumentos no produce por sí mismo una conclusión justificada.^[1]

La pregunta central del artículo es cómo evaluar una afirmación para reconocer su significado, el apoyo que recibe, las alternativas y los límites. En psicología deportiva se encuentran expresiones sobre confianza, resistencia mental, concentración y preparación que parecen familiares. Esa familiaridad facilita una conversación, pero puede ocultar que dos personas usan una misma palabra para conductas distintas. Antes de discutir si una idea es verdadera, resulta necesario precisar qué se afirma y a qué situación se refiere.

Ejemplo hipotético: una entrenadora dice que su equipo perdió por falta de concentración. La frase puede funcionar como comentario general, como descripción

de ciertos errores o como explicación causal de la derrota. Cada uso exige información diferente. Si se refiere a errores, conviene identificar cuáles y cuándo ocurrieron. Si afirma una causa, hace falta valorar qué evidencia relaciona la atención con el resultado y qué otras explicaciones existen. La tarea crítica comienza por separar esas posibilidades, sin asumir que la frase ya contiene un diagnóstico preciso.

La lectura también debe reconocer argumentos bien fundamentados. Moran y Toner advierten que los autores pueden interpretar mal la evidencia o destacar resultados débiles, pero señalan que el lector debe reconocer las afirmaciones que reciben buen apoyo. El objetivo no es acumular objeciones hasta que ninguna conclusión sea posible. Consiste en ajustar la conclusión a lo que el material permite sostener. Una limitación puede reducir el alcance de una idea sin volver inútil todo el estudio que la propone.^[1]

Este recorrido utiliza tres capítulos, no una revisión independiente de todos los estudios citados en ellos. Moran y Toner aportan la explicación directa del pensamiento crítico; Terry, Bertollo y Filho ofrecen cautelas sobre prioridades históricas y avances en entrenamiento mental; Watson, Harris y Byrd muestran cómo las preguntas éticas requieren distinguir normas, propuestas y resultados empíricos. Los ejemplos que siguen son propios e hipotéticos. Las secuencias de lectura se proponen como recursos educativos, no como instrumentos cuya validez haya sido comprobada mediante una investigación.^[3]

2. Precisar constructos y detectar explicaciones circulares

Un constructo es un concepto elaborado para representar un fenómeno psicológico que se estudia mediante definiciones e indicadores. No equivale a una palabra que resulte convincente en una conversación. Moran y Toner utilizan la resistencia mental para mostrar problemas de conceptualización: el término tiene muchas definiciones, se vincula con atributos diversos y suele recibir gran importancia en explicaciones del éxito deportivo. La popularidad de una expresión y el acuerdo sobre su significado son cuestiones distintas.^[1]

El recuadro crítico del capítulo pregunta si es válido definir la resistencia mental solo por ganar y si esa operación genera una definición circular. La circularidad aparece cuando el resultado sirve a la vez para identificar una supuesta causa y para demostrar su presencia. Ejemplo hipotético: se declara que una jugadora gana porque es resistente mentalmente y se justifica su resistencia únicamente porque ganó. La segunda afirmación repite el criterio de la primera; no ofrece una observación independiente que explique el resultado.^[1]

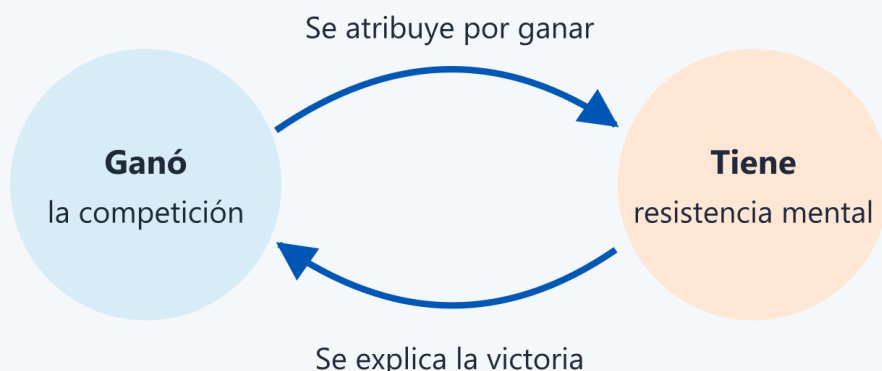
Para explorar el problema, puede preguntarse qué conductas permitirían reconocer el constructo antes de conocer el desenlace. Esta es una propuesta didáctica propia. Tal vez el argumento mencione respuestas ante un error, persistencia en una tarea o

decisiones bajo presión. Esas posibilidades no constituyen una definición validada de resistencia mental. Muestran qué tipo de precisión faltaba en el razonamiento circular y permiten discutir si los indicadores elegidos representan realmente el concepto.

Otra dificultad surge cuando un constructo reúne demasiados atributos sin explicar sus relaciones. Si una definición incluye confianza, perseverancia, atención, regulación emocional y adaptación, el lector necesita saber qué aporta el conjunto a la explicación de cada uno por separado. Moran y Toner plantean justamente si una conceptualización compleja y poco definida puede perder eficiencia explicativa. La complejidad no es un defecto por sí misma: puede responder a un fenómeno con varias dimensiones. El problema consiste en invocarla para evitar preguntas sobre delimitación y prueba.^[1]

También hay que examinar los opuestos del término. Los autores preguntan qué implica llamar débil o blando a quien no recibe la etiqueta de resistente. El contraste puede introducir juicios sociales además de una descripción psicológica. Una crítica del concepto debe separar ambas funciones. Una persona que detiene una actividad por dolor no queda clasificada de manera científica mediante un adjetivo valorativo. El capítulo plantea preocupaciones éticas sobre promover la entrega mediante dolor o lesión; aquí se conserva esa advertencia como pregunta conceptual y ética, sin convertirla en una valoración individual.^[1]

Cuando resultado y explicación se repiten



Qué falta preguntar

¿Qué observación identifica el concepto antes del resultado?

Ejemplo de circularidad; no define el constructo ni evalúa a una persona.

Esquema original de un razonamiento circular hipotético. Las flechas representan pasos de argumentación, no causas psicológicas comprobadas. Base: preguntas críticas de Moran y Toner (2018), físicas 21-22.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Aidan Moran y John Toner (2018).

3. La existencia de una medida no resuelve el significado del concepto

Moran y Toner describen modelos y cuestionarios relacionados con la resistencia mental y señalan que datos psicométricos alentadores no bastan para dar por establecida la validez de un constructo poco claro. La psicometría estudia propiedades de mediciones psicológicas. En una lectura crítica, la pregunta no es únicamente si existe un cuestionario, sino qué intenta medir, cómo se construyó y qué interpretación pueden recibir sus puntuaciones. El nombre de un instrumento no constituye una respuesta a esas preguntas.^[1]

Confiabilidad y validez cumplen funciones diferentes. La confiabilidad se relaciona con la consistencia de una medición; la validez, con el respaldo de la interpretación que se hace de ella. Esta distinción puede explicarse mediante un ejemplo hipotético: un conjunto de preguntas podría producir respuestas consistentes acerca de cuánto desea ganar una deportista. Eso no demostraría que mida adecuadamente su capacidad de responder a todas las situaciones de presión. La consistencia del registro no decide por sí sola si la interpretación es pertinente.

El capítulo español menciona relaciones entre medidas de resistencia mental y otros conceptos, como autoeficacia. Esa información puede contribuir a valorar una interpretación, pero el lector todavía debe preguntar qué significa la relación. Dos medidas asociadas podrían representar dimensiones relacionadas o contener preguntas semejantes. El pasaje no permite resolver todas esas posibilidades para cualquier instrumento. Por eso este artículo no ofrece baremos, puntuaciones de corte ni instrucciones de diagnóstico. Su objetivo es mostrar cómo se examina un argumento de medición.

Otro punto es la correspondencia entre población, contexto y uso. Una medida aplicada en un estudio específico no justifica todas las decisiones que alguien quiera tomar con sus resultados. Ejemplo hipotético: utilizar respuestas de una encuesta para describir un grupo de entrenamiento difiere de usarlas como único criterio para seleccionar a una persona. La segunda decisión exige justificar un uso con consecuencias distintas. La crítica debe identificar esa modificación del propósito, incluso si las preguntas de la encuesta siguen siendo las mismas.

Watson, Harris y Byrd añaden que la investigación ética del campo afronta desafíos en evaluación y medición. Observan que muchos códigos contienen poca información específica sobre esos procesos y plantean la necesidad de investigarlos mejor. Su discusión muestra que escoger un indicador tiene implicaciones profesionales: qué información se solicita, cómo se interpreta y qué decisiones se apoyan en ella. La calidad de una medida y las condiciones éticas de su aplicación se deben examinar conjuntamente, aunque no sean la misma cuestión.^[3]

Como ejercicio hipotético de análisis, pueden compararse dos interpretaciones de una misma respuesta: «La participante dice que suele permanecer tranquila» y «La participante controla de forma adecuada todas las exigencias de la competición». La primera se limita a una declaración; la segunda amplía situaciones y capacidades. Para justificarla haría falta un respaldo que la frase aislada no aporta. La diferencia ayuda a valorar la distancia entre un reactivo y una conclusión. No consiste en desconfiar de toda respuesta, sino en preguntarse qué parte del concepto representa y qué información debe añadirse antes de usarla para decidir.

4. Separar datos, hipótesis, interpretaciones y propuestas

Un dato es información obtenida o registrada; una hipótesis es una afirmación que se propone examinar; una interpretación ofrece una explicación del material disponible; y una propuesta plantea una actuación o una investigación. Estas distinciones organizan la lectura que Moran y Toner recomiendan: identificar qué se pide creer, examinar la evidencia y valorar alternativas. No todos los enunciados de un capítulo científico tienen la misma función, aunque compartan vocabulario técnico.^[1]

Ejemplo hipotético: en un grupo se registra que quienes declaran más confianza completan mejor una tarea. Esa descripción de una asociación no demuestra que elevar la confianza cause el cambio. La explicación podría proponer que la confianza facilita la ejecución; otra, que una ejecución previa satisfactoria aumenta la confianza. También podría haber diferencias de experiencia relacionadas con ambas. La existencia de alternativas no decide cuál es correcta; indica qué preguntas deben resolverse antes de una conclusión causal.

Una recomendación tampoco queda demostrada por aparecer junto a un resultado. Si el texto propone incorporar una estrategia, hay que comprobar si esa estrategia fue aplicada y evaluada o si se deriva de una interpretación. Moran y Toner advierten que ciertos argumentos teóricos pueden presentarse como hechos antes de ser sometidos a pruebas. La crítica no rechaza las teorías por ser teorías: reconoce su función y evita describir una predicción como resultado observado.^[1]

La introducción de Terry, Bertollo y Filho ofrece un ejemplo de lenguaje que debe conservar sus límites. Describe evidencia equívoca sobre la eficacia de intervenciones dirigidas a desarrollar resistencia mental y, en otros apartados, presenta futuras posibilidades tecnológicas. Una posibilidad no es una aplicación comprobada, y una eficacia descrita como equívoca no debe convertirse en una certeza al resumir. En una ficha de estudio, conviene registrar términos que expresan el grado de seguridad, porque pueden contener una parte esencial de la conclusión.^[2]

El capítulo de ética de Watson y sus colaboradores plantea investigaciones mediante encuestas, entrevistas, procedimientos Delphi y experimentos. Estas son propuestas para responder preguntas abiertas. El método Delphi reúne respuestas de expertos en rondas orientadas a desarrollar consenso. Un consenso elaborado de ese modo no equivale a un resultado experimental que pruebe que una intervención causa un efecto. El propio capítulo propone evaluar después los modelos desarrollados. Al leerlo, es necesario mantener la secuencia entre construir una propuesta y estudiar su funcionamiento.^[3]

También es útil revisar el papel de las citas. Un texto puede respaldar que alguien propuso una teoría, sin demostrar que la teoría fue confirmada. Puede mostrar que un profesional recomienda una actuación, sin aportar un estudio de sus efectos. Citar correctamente requiere mantener el tipo de afirmación que la fuente realmente sostiene. Como propuesta de revisión, el estudiante puede sustituir mentalmente «se ha demostrado» por «la fuente describe», «la fuente propone» o «la fuente interpreta», y comprobar cuál expresión corresponde al pasaje. Este ejercicio editorial ayuda a identificar cuando la redacción añade una certeza ausente en el material.

5. Qué permite concluir cada diseño de investigación

Moran y Toner distinguen investigación descriptiva, correlacional y experimental. La descriptiva registra aspectos de conducta o experiencia; la correlacional examina asociaciones entre variables; la experimental manipula una variable y controla condiciones para estudiar sus efectos. La diferencia es central cuando una afirmación contiene verbos causales. No se puede valorar una conclusión sin preguntar cómo se obtuvo la información que la respalda.^[1]

Ejemplo hipotético: una encuesta encuentra que deportistas que dicen utilizar una rutina también informan mayor sensación de preparación. Puede describir una relación entre respuestas. No permite saber, por ese dato aislado, si la rutina produjo la preparación, si las personas más preparadas adoptan rutinas o si otro factor interviene. Reemplazar asociación por efecto causaría un cambio en la afirmación, aunque los resultados numéricos de la encuesta no se modifiquen. El problema sería interpretativo, no necesariamente un defecto de la encuesta.

Un experimento adecuado para esa pregunta requeriría definir la rutina, elegir un resultado y comparar condiciones de manera que las diferencias relevantes puedan atribuirse con mayor fundamento a la intervención. Esta es una explicación didáctica de la lógica que presenta el manual, no el diseño de un ensayo autorizado para realizarse aquí. También deben examinarse límites: una tarea de laboratorio puede facilitar control y, a la vez, diferir de una competición. Moran y Toner incluyen esa dificultad de generalización entre las limitaciones del experimento.

Los estudios de caso ofrecen otra clase de información: un examen profundo de una persona, grupo o acontecimiento. Su detalle puede ayudar a formular preguntas y comprender procesos particulares. Ese valor no transforma una experiencia individual en prueba de que todas las personas responderán igual. Los autores distinguen, además, diseños de caso único que permiten examinar de manera organizada el curso y variabilidad de una respuesta a una intervención. Caso descrito y diseño de caso único no son etiquetas intercambiables.^[1]

Watson, Harris y Byrd proponen experimentar con formación para decisiones éticas y utilizar escenarios para comparar respuestas de grupos. También sugieren entrevistas para comprender los factores que las personas consideran al decidir. La comparación ilustra cómo una misma área puede necesitar métodos diferentes. Saber qué motivos expresan los participantes y evaluar si un programa cambia su desempeño son preguntas relacionadas, pero no idénticas. La elección crítica de un diseño comienza por el tipo de respuesta buscada, no por una preferencia general por números o narraciones.^[3]

El resultado observado y el mecanismo que lo explicaría también deben distinguirse. Un estudio podría examinar si una intervención coincide con un cambio de

desempeño, mientras que atribuirlo a atención, confianza u otro proceso exigiría información adicional. Este es un ejemplo hipotético de niveles de pregunta. El lector debe comprobar si el estudio midió ese proceso o si aparece solo como explicación propuesta. Un mecanismo plausible orienta investigaciones y aplicaciones, pero su plausibilidad no equivale a verificación en la situación estudiada. La lectura precisa conserva esa separación al resumir los resultados.

La pregunta determina el alcance

Pregunta	Método	Conclusión
Qué ocurre y cómo se vive	Descripción y entrevistas	Conducta o experiencia registrada
Qué variables se relacionan	Investigación correlacional	Asociación sin causa establecida
Qué cambia por una intervención	Manipulación y control	Efecto estudiado bajo esas condiciones

Describir, asociar y atribuir una causa requieren justificaciones distintas.

Matriz didáctica original basada en Moran y Toner (2018), físicas 30–32. Son correspondencias conceptuales, no una jerarquía universal ni datos de un estudio.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Aidan Moran y John Toner (2018).

6. Valorar muestras, contextos y respuestas de los participantes

La evidencia procede de participantes y contextos concretos. Moran y Toner describen investigaciones cualitativas sobre resistencia mental y advierten sobre muestras pequeñas y un rango limitado de deportes. Esa advertencia no significa que una entrevista carezca de utilidad. Indica que una experiencia detallada y una afirmación sobre toda la población tienen alcances diferentes. Para leer con precisión, hay que registrar a quién se estudió y qué parte de la conclusión se refiere a sus percepciones.^[1]

Las entrevistas pueden explorar cómo las personas comprenden una situación, interpretan dificultades o explican sus decisiones. Sus respuestas son material

relevante para estudiar significados. Si una atleta atribuye su éxito a una estrategia, la entrevista documenta esa atribución. No demuestra por sí sola que la estrategia causara el éxito. Esta distinción evita dos errores: descartar la experiencia personal porque no es un experimento y convertir cualquier relato convincente en una explicación causal confirmada.

Watson y sus colaboradores señalan problemas de muestreo en estudios sobre ética profesional: tasas bajas de respuesta, predominio de integrantes de una organización y escasa presencia de personas con distintos antecedentes de formación o entornos de trabajo. También explican que ciertas listas profesionales pueden alcanzar más a estudiantes y académicos que a profesionales dedicados a la práctica de tiempo completo. Una encuesta difundida ampliamente puede seguir ofreciendo una imagen parcial si no llega a los grupos relevantes para la pregunta.^[3]

Ejemplo hipotético: se pregunta a una asociación qué dilemas aparecen en el trabajo con deportistas y responde sobre todo un grupo de estudiantes. Los resultados podrían describir las respuestas recibidas, pero no deberían presentarse directamente como frecuencia de dilemas de todos los profesionales. No se resuelve el problema afirmando que el cuestionario estuvo disponible para muchas personas. Importa quién respondió, quién quedó fuera y cómo esas diferencias limitan la interpretación.

El capítulo ético añade la deseabilidad social: la posibilidad de responder de una manera que proyecte una imagen aceptable, especialmente al hablar de conductas sensibles. Los autores consideran relevantes las medidas para proteger el anonimato, sin declarar que esas medidas resuelvan todo el problema. Esta cautela afecta tanto a números como a relatos. Al interpretar respuestas, conviene distinguir lo que alguien declara, la conducta que podría observarse y la información que no se obtuvo. Una mayor variedad de participantes y métodos puede ampliar la comprensión, pero cada material conserva sus limitaciones.^[3]

La representatividad tampoco se decide únicamente por el tamaño. El capítulo ético insiste en diversidad de formación, países y entornos de práctica. Una respuesta detallada procedente de un grupo específico puede tener valor para comprender ese grupo, aunque no describa todos los contextos. Una colección más amplia de respuestas puede seguir dejando fuera participantes importantes. La pregunta crítica debe relacionar selección y objetivo: para qué población se pretende concluir y qué vías de participación ofreció el estudio. Esta comparación permite escribir límites concretos, en lugar de añadir una frase genérica sobre muestras que no explique sus consecuencias.^[3]

Quién responde cambia la interpretación



Las formas no representan cantidades. La conclusión conserva el alcance.

Esquema original de límites de participación y alcance. Las anchuras son didácticas, no cantidades ni tasas. Base: Watson, Harris y Byrd (2021), capítulo 23, preguntas sobre muestreo.

Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Jack C. Watson II, Brandonn S. Harris y Megan Byrd (2021).

7. Evaluar intervenciones sin confundir satisfacción, cambio y eficacia

Preguntar si la psicología deportiva funciona es demasiado amplio para evaluar un servicio concreto. Moran y Toner distinguen preparación para el rendimiento, consejería y cuestiones clínicas, y presentan un recuadro sobre evaluación de consultas. La pregunta necesita especificar qué intervención se ofrece, a quién, para qué objetivo y con qué resultado se juzga. Sin esa delimitación, una respuesta favorable podría referirse a satisfacción con la conversación, mejora de una habilidad o cambio competitivo, dimensiones que no son equivalentes.^[1]

Ejemplo hipotético: una deportista valora positivamente a una consultora porque escucha y explica con claridad. Esa respuesta aporta información sobre la experiencia del servicio. Si se quisiera concluir que aumentó el rendimiento gracias a la consulta, haría falta otra evaluación. A la inversa, un cambio en una marca deportiva no describe necesariamente la calidad de la relación profesional. El capítulo menciona un instrumento que pregunta por aspectos del servicio y plantea cómo podría

validarse; no convierte esos indicadores en sustitutos de todos los resultados relevantes.

Para interpretar un cambio también hay que considerar explicaciones alternativas. Una mejora posterior puede coincidir con entrenamiento físico, experiencia competitiva, recuperación, cambios de tarea o variación habitual. Esta lista es una ilustración didáctica, no una atribución sobre un caso real. La pregunta crítica consiste en comprobar qué alternativas examina el diseño. Una secuencia antes y después permite registrar un cambio, pero su atribución requiere valorar cómo se organizaron la intervención y la comparación.

Moran y Toner resumen revisiones y metaanálisis de intervenciones psicológicas. Aquí se trata de evidencia presentada por el libro: los estudios originales no fueron consultados directamente para esta monografía. Una síntesis de resultados puede ser relevante, pero el lector necesita saber qué intervenciones, poblaciones y resultados reúne, y qué límites reconoce. Una afirmación sobre un conjunto de programas no demuestra que cualquier técnica anunciada bajo la etiqueta entrenamiento mental tenga el mismo respaldo.^[1]

La introducción de Terry y sus colaboradores recuerda que la valoración social puede superar la claridad de la evidencia, como ocurre en su descripción de intervenciones para resistencia mental. Moran y Toner añaden el riesgo de que se publiquen principalmente experiencias exitosas de consultoría. La lectura crítica debe observar qué resultados se conocen y qué información sobre dificultades, falta de seguimiento o efectos no deseados falta. Una conclusión responsable puede reconocer apoyo parcial, dudas o necesidad de una evaluación mejor delimitada. No necesita elegir entre aceptar todas las promesas o rechazar el campo completo.^{[2][1]}

El seguimiento aporta otra pregunta que conviene registrar: ¿durante qué periodo se observó el resultado? Una valoración hecha al terminar una sesión responde algo distinto a observar el uso de una habilidad a lo largo del entrenamiento. El ejemplo es hipotético y no presupone que un efecto desaparezca o se mantenga. Señala que el tiempo forma parte de la afirmación. Si una fuente describe solo una evaluación inmediata, la conclusión debe conservar ese límite. Del mismo modo, aprender una estrategia, utilizarla de forma habitual y obtener un resultado competitivo son pasos diferentes que necesitan indicadores acordes con cada objetivo.

8. Las decisiones éticas también requieren análisis y evidencia

Watson, Harris y Byrd distinguen principios éticos aspiracionales, que orientan hacia un ideal profesional, y estándares que especifican conductas apropiadas o inapropiadas. Esta diferencia permite separar una orientación normativa de una afirmación empírica. Una norma puede establecer cómo debe tratarse la información de un cliente; una investigación puede estudiar cómo interpretan o cumplen esa norma los profesionales. La existencia de la primera no demuestra automáticamente el comportamiento que examina la segunda.^[3]

Los autores explican que el trabajo deportivo puede realizarse fuera de entornos tradicionales, en horarios y lugares condicionados por viajes, encuentros y entrenamiento. A veces resulta difícil identificar al cliente o definir el rendimiento relevante. Estas circunstancias importan al analizar una intervención: quién solicita el servicio, quién participa, quién recibe información y qué responsabilidades tiene el profesional. El contexto no es un elemento ornamental que se pueda quitar del argumento sin modificarlo.^[3]

Ejemplo hipotético: un entrenador solicita conocer todo lo conversado entre un profesional y una atleta para mejorar la preparación del equipo. La situación permite analizar una tensión entre intereses organizativos y manejo de información personal. No se ofrece aquí una resolución jurídica ni se presupone qué acuerdo existe entre las partes. El capítulo describe conflictos entre deberes profesionales, reglas organizativas y exigencias de terceros. La función del ejemplo es mostrar que el beneficio competitivo invocado no responde por sí solo a la pregunta ética.

Moran y Toner plantean también un problema al promover resistencia mental mediante etiquetas que pueden alentar jugar con dolor o lesiones. La evaluación de una idea necesita preguntar qué conducta fomenta y qué consecuencias se consideran aceptables. Una intervención podría parecer coherente con un objetivo competitivo y, aun así, exigir revisión de su significado, alcance o condiciones profesionales. La evidencia sobre un resultado y la justificación ética de una práctica se relacionan, pero no son la misma prueba.^[1]

Watson y sus colaboradores reconocen que buena parte de la literatura ética que revisan ofrece sugerencias prácticas y que existen pocos estudios empíricos en esa área. Por eso formulan preguntas de investigación sobre decisiones, competencias y factores estructurales. La afirmación está delimitada a su revisión de 2021; no se extiende a toda la investigación posterior. El uso crítico del capítulo consiste en estudiar sus propuestas como propuestas y sus valoraciones del conocimiento como valoraciones atribuidas. Citar un código o un modelo no sustituye la investigación sobre cómo se aplica en situaciones concretas.^[3]

Valorar una aplicación concreta



Guía editorial propuesta; no es una escala ni un modelo experimental.

Diagrama original de una guía de lectura propuesta. Los ámbitos reúnen criterios discutidos por Moran y Toner (2018) y Watson, Harris y Byrd (2021); la intersección no es un modelo validado de eficacia. Esquema didáctico original de EDUFISICA. Bases conceptuales: Aidan Moran y John Toner (2018); Jack C. Watson II, Brandon S. Harris y Megan Byrd (2021).

9. Examinar novedades y transferencias a otros contextos

Terry, Bertollo y Filho presentan una variedad de tecnologías vinculadas con entrenamiento mental: dispositivos móviles, seguimiento ocular, biofeedback, neurofeedback, estimulación cerebral y realidad virtual. El capítulo introductorio anuncia que otras contribuciones del libro examinan evidencia, posibilidades y límites. Esa descripción permite identificar una agenda de trabajo, pero no proporciona por sí sola una evaluación completa de cada recurso. Una introducción editorial y una revisión detallada de eficacia cumplen funciones diferentes.^[2]

La novedad de una herramienta puede generar preguntas relevantes sin responderlas. Ejemplo hipotético: un dispositivo ofrece información sobre una señal fisiológica durante el entrenamiento. Primero habría que precisar qué registra y con qué interpretación. Después, si esa información ayuda a aprender una habilidad o modificar una conducta. Por último, si el cambio se relaciona con el objetivo deportivo para el que se propone. No se inventan datos del dispositivo; el ejemplo diferencia niveles de afirmación que podrían confundirse en una presentación promocional.

El artículo introductorio incluye proyecciones sobre servicios remotos y simulación de condiciones mediante realidad virtual. Una proyección expresa un uso posible desde la perspectiva de 2021. No documenta que esa aplicación haya sido evaluada después ni que todos los usos similares reciban apoyo. En una lectura crítica, términos como potencial o futuro deben permanecer en la ficha de estudio. Quitar esas palabras puede transformar una expectativa en una afirmación de resultado.^[2]

La transferencia entre poblaciones exige otro examen. Terry y sus colaboradores advierten el predominio de literatura en inglés y de perspectivas norteamericanas, europeas y australianas, y presentan temas sobre cultura y poblaciones poco estudiadas. El lector debe preguntar si los participantes del estudio se parecen al grupo para el que se quiere usar el conocimiento y qué diferencias de contexto son relevantes. Una semejanza general entre deportes o edades no demuestra equivalencia de necesidades ni de resultados.^[2]

La ética añade condiciones de uso que no se reducen al funcionamiento técnico. Watson y sus colaboradores explican que la tecnología y los cambios profesionales plantean nuevos dilemas y que factores organizativos, legales, culturales y personales influyen en las decisiones. Este artículo no prescribe reglas actuales para una plataforma específica. Propone leer cualquier afirmación tecnológica separando el registro que produce, el beneficio que promete, la población a la que se dirige y los problemas de uso que deben examinarse. Esa descomposición es un recurso editorial para valorar argumentos, no una certificación de seguridad o eficacia.^[3]

10. Un ejercicio de lectura crítica con dos afirmaciones hipotéticas

La siguiente actividad es una propuesta didáctica propia basada en la secuencia de Moran y Toner. No es una escala validada. Se comparan dos afirmaciones hipotéticas: «Las personas entrevistadas consideran útil una rutina para organizar su preparación» y «La rutina mejora el rendimiento de cualquier deportista». Aunque compartan una técnica, plantean conclusiones diferentes. La primera describe una valoración de participantes; la segunda atribuye un efecto y lo extiende a una población muy amplia.^[1]

El primer paso consiste en precisar la afirmación y su origen. Para la primera habría que conocer quiénes fueron entrevistados, cómo se seleccionaron, qué rutina describieron y qué significa útil en sus respuestas. Para la segunda se necesitaría identificar estudios que examinen resultados de rendimiento y condiciones de comparación. Si la única fuente fueran las mismas entrevistas, habría una distancia entre evidencia y conclusión. Esta evaluación no niega el valor de los relatos: delimita la pregunta que pueden responder.

Después se analiza el método. Las entrevistas permiten explorar experiencias y significados; una afirmación causal requiere otra justificación. También debe revisarse si el término rendimiento designa precisión en una tarea, una marca, una percepción o un resultado competitivo. Dos textos podrían aparentar una contradicción cuando en realidad evalúan resultados distintos. Definir el resultado permite reconocer esa diferencia y discutir cuál corresponde al objetivo que interesa.

La evaluación continúa con alternativas y límites. Ejemplo hipotético dentro de la actividad: quienes usan la rutina podrían contar con más experiencia o recibir otro apoyo. Estas posibilidades no son datos observados; son hipótesis para preguntar qué controla el estudio o qué información falta. El lector puede concluir que la evidencia descrita respalda una valoración de utilidad de ciertos participantes, pero no basta para sostener un efecto general. También puede registrar qué material adicional permitiría revisar esa conclusión.

El ejercicio añade una pregunta ética inspirada en Watson y sus colaboradores: ¿cómo se obtuvo la información y qué responsabilidades surgen de su uso? Si se recogen experiencias personales, hay que comprender cómo se manejan identidad y confidencialidad en el estudio. Si se propone una aplicación, importa quién la ofrece y qué competencia requiere. Estas preguntas no reemplazan el análisis del efecto; amplían la evaluación de la actividad profesional y de la investigación.^[3]

Como producto de la actividad, se puede escribir una conclusión breve que conserve el tipo de evidencia, la población y la incertidumbre. Una formulación didáctica sería: «El material describe cómo ciertas personas valoran una rutina; con esa información no se establece su efecto causal ni su utilidad para todos los grupos». La frase no se atribuye a un estudio real. Su función es mostrar cómo cambia una conclusión cuando se alinea con el alcance de la fuente, en vez de completar lo que falta mediante suposiciones.

11. Preguntas del corpus que deben permanecer abiertas

El capítulo de Watson, Harris y Byrd organiza cinco preguntas sobre ética en psicología del deporte, el ejercicio y el rendimiento. Se presentan aquí en traducción editorial y conservando su carácter interrogativo. La primera pregunta por los desafíos éticos más comunes de los profesionales. Los autores proponen encuestas y estudios cualitativos y recuerdan problemas de representación de las muestras. No presentan un catálogo definitivo de frecuencia mundial de esos desafíos.^[3]

La segunda pregunta cómo deciden los profesionales ante dilemas éticos. El capítulo propone comprender sus procesos mediante entrevistas y desarrollar consenso para un modelo específico usando un procedimiento Delphi. También plantea evaluar modelos mediante investigación posterior. La distinción sirve para el pensamiento crítico: saber qué prácticas existen, acordar una propuesta y estudiar sus efectos son

operaciones separadas. Resumirlas como un modelo ya demostrado introduciría una certeza que la pregunta abierta no contiene.

La tercera pregunta por la competencia para reconocer dilemas y actuar de manera apropiada. Los autores consideran encuestas, escenarios, formación evaluada mediante experimentos y entrevistas a estudiantes o supervisores. El lector puede comparar qué dimensión aborda cada opción. Una persona podría describir conocimientos y otra medida examinar respuestas ante un escenario. Esos materiales no responden de forma automática a cómo se actúa en cualquier situación profesional real. El capítulo plantea esa investigación como una necesidad, no como una clasificación resuelta de profesionales.

La cuarta pregunta qué metodologías se necesitan para estudiar la ética de forma completa. Los autores discuten diseños cuantitativos, cualitativos y mixtos, con sus límites de respuesta y muestreo. La quinta pregunta qué factores estructurales favorecen la aparición de problemas éticos. Incluye reglas organizativas, exigencias legales y factores culturales o personales; propone entrevistas y análisis documental para comprender tensiones. En ambos casos, la elección del método depende de la pregunta específica, no de suponer que un único procedimiento produce toda la información necesaria.^[3]

Moran y Toner añaden preguntas sobre definición de resistencia mental y evaluación de servicios profesionales. Piden considerar índices independientes, sesgos de las respuestas del cliente y formas de validar la evaluación. La utilidad educativa consiste en aprender a conservar el estado de una pregunta. Una cuestión formulada en un libro no es evidencia de que haya sido respondida. Estas agendas corresponden a las ediciones consultadas; no se puede verificar aquí cuáles recibieron respuestas posteriores. Para estudiar críticamente el corpus conviene registrar preguntas, propuestas y resultados en campos diferentes.^[1]

12. Escribir conclusiones proporcionadas y revisar el propio razonamiento

Moran y Toner incluyen autorregulación como parte de la secuencia crítica: consolidar lo aprendido, relacionarlo con otros conocimientos y revisar cómo se piensa. En la práctica de lectura, esa tarea puede comenzar por comprobar si la conclusión conserva los límites identificados durante el análisis. Un lector puede señalar una muestra restringida y, después, escribir una afirmación sobre todos los deportistas. La revisión final permite detectar esa inconsistencia entre evaluación y redacción.^[1]

Una propuesta editorial para la ficha de estudio consiste en registrar el concepto, la afirmación, el tipo de respaldo, los participantes, el resultado y las limitaciones. No hace falta reunir esos campos en una tabla para cada párrafo, pero tenerlos

disponibles facilita comparar dos textos. También debe indicarse si se consultó el estudio original o una descripción hecha por un manual. En esta monografía se consultaron los tres capítulos citados; las investigaciones que estos resumen siguen siendo evidencia indirecta para el lector de este artículo.

La incertidumbre necesita precisión. Se puede desconocer el significado exacto de una medida, la dirección causal de una relación o la transferencia a otra población. Esas son dudas diferentes. Decir simplemente que hace falta más investigación comunica menos que explicar qué pregunta permanece sin responder y qué tipo de información sería pertinente. Terry y sus colaboradores muestran la importancia de conservar expresiones sobre evidencia equívoca o aplicaciones potenciales. El grado de seguridad forma parte de lo que una fuente comunica.^[2]

La revisión también alcanza las propias preferencias. Una estrategia atractiva, una persona reconocida o una explicación familiar pueden orientar qué argumentos se consideran convincentes. Watson y sus colaboradores describen factores personales y culturales que influyen en la interpretación de dilemas, mientras Moran y Toner recomiendan apertura y consideración de explicaciones rivales. La actividad crítica incluye preguntar qué evidencia haría revisar una conclusión propia, además de buscar debilidades en conclusiones ajenas.^[3]

El resultado deseable de la formación es una lectura que pueda expresar su fundamento. Para una afirmación sobre entrenamiento mental, eso implica definir el objeto, reconocer la evidencia, distinguir descripción y causa, valorar participantes y contexto, examinar condiciones profesionales y escribir una conclusión del alcance adecuado. Estas operaciones no convierten un manual en una respuesta completa para cada caso, ni una ficha de lectura en una evaluación clínica. Proporcionan una forma de estudiar con rigor: identificar qué sostiene un argumento, qué parte es interpretación y qué información sigue faltando. El pensamiento crítico se muestra en esas decisiones concretas de lectura y escritura, no en una etiqueta que el lector se atribuya.

Referencias bibliográficas

1. Moran, A., & Toner, J. (2018). Psicología del deporte (J. Cisneros Herrerra, Trad.; 1.^a ed. en español de la 3.^a ed. en inglés). Editorial El Manual Moderno. (Obra original publicada en 2017).

Capítulo 1. Presentación de la psicología del deporte. Disciplina y profesión

2. Terry, P. C., Bertollo, M., & Filho, E. (2021). Advancements in mental skills training: An introduction. En M. Bertollo, E. Filho, & P. C. Terry (Eds.), Advancements in mental skills training (pp. 1-11). Routledge.

Capítulo 1, pp. 1-11

3. Watson, J. C., II, Harris, B. S., & Byrd, M. (2021). Ethics. En E. Filho & I. Basevitch (Eds.), *Sport, exercise and performance psychology: Research directions to advance the field* (pp. 323–335). Oxford University Press.

Capítulo 23, pp. 323–335, según anclas de página EPUB

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