



# **Universidad de la República**

## **Facultad de Psicología**

### **Trabajo Final de Grado**

#### **Ensayo Académico**

*Entre el anhelo y la incertidumbre: Un recorrido por los diversos condicionantes en las trayectorias de futbolistas juveniles*

Estudiante: Piero Mariano Piaggio Churi

C.I: 5.391.135-9

Tutora: Asist. Mag. Sandra Tort Gómez

Revisor: Prof, Adj. Dr. Javier Romano Silva

Montevideo  
Octubre, 2025

### **Agradecimientos**

*A mi familia por ser el apoyo incondicional a lo largo de todos éstos años,  
A mis amigos por incentivar me en aquellos momentos que todo parecía cuesta arriba,  
A todos los compañeros y docentes que me ayudaron a crecer en el recorrido por la Universidad,  
A Sandra por confiar en mí desde el inicio del proceso y brindarme el apoyo necesario durante la tutoría,  
A la Facultad de Psicología por formarme como persona y como profesional,*

*“No te rindas, que la vida es eso, continuar el viaje, perseguir tus sueños”*

*Guillermo Mayer*

*A todos, Gracias.*

## Índice

<b>Agradecimientos.....</b>	<b>2</b>
<b>Índice.....</b>	<b>3</b>
<b>Resumen .....</b>	<b>4</b>
<b>Abstract.....</b>	<b>5</b>
<b>Introducción.....</b>	<b>6</b>
<b>¿Cómo influye el factor económico en la etapa formativa de los futbolistas adolescentes?.....</b>	<b>8</b>
<b>El fútbol juvenil: La transformación de un juego hacia un trabajo .....</b>	<b>12</b>
<b>Expectativas vs realidad en las trayectorias futbolísticas de adolescentes.....</b>	<b>16</b>
<b>Motivaciones Futbolísticas .....</b>	<b>18</b>
<b>Presiones familiares y grupos de pares .....</b>	<b>21</b>
<b>La influencia de las frustraciones y ansiedades en las trayectorias juveniles .....</b>	<b>25</b>
<b>El rol del psicólogo entre el fútbol juvenil y lo académico .....</b>	<b>28</b>
<b>La Psicología como herramienta de promoción de salud integral en el fútbol juvenil .....</b>	<b>31</b>
<b>Reflexiones finales .....</b>	<b>35</b>
<b>Referencias .....</b>	<b>38</b>

## Resumen

El siguiente ensayo académico tiene como objetivo realizar un recorrido por algunos de los condicionantes más importantes que repercuten en la etapa formativa de futbolistas juveniles. A medida que transcurre el tránsito por las divisiones juveniles, la visualización del fútbol para los adolescentes se ha ido modificando, donde la posibilidad de la salvación económica, se convierte en muchos casos en una vía de escape, dejando de lado el divertimento y el disfrute. La posibilidad de un crecimiento económico, genera expectativas fundamentalmente en el entorno del jugador, que no se ajustan a la realidad, teniendo un impacto directo en las motivaciones al momento de la práctica futbolística. A su vez, esto se visualiza a través de presiones fundamentalmente externas ejercidas por familiares, así como también, grupo de pares, desencadenando síntomas frecuentes como frustraciones y ansiedades que se dan a lo largo del trayecto juvenil. Desde este lugar, radica la importancia del rol del psicólogo como una figura que promueve habilidades psicológicas, para que el joven, pueda sobrellevar de una mejor manera momentos de inestabilidad emocional. Por lo tanto, el acompañamiento, la gestión de emociones y la incentivación de un proyecto alternativo de vida, serán algunas de las premisas básicas por las que el profesional deba trabajar con el deportista en su recorrido previo hacia Primera División. En ese sentido la Psicología como disciplina, será clave para el bienestar del jugador, interviniendo desde una perspectiva de salud integral, donde la importancia radique en la integridad del adolescente más allá de la práctica deportiva.

**Palabras claves;** Adolescentes, trayectorias futbolísticas, condicionantes, Psicología del deporte.

## Abstract

The following academic essay aims to explore some of the most important factors that impact the development of youth soccer players. As they progress through the youth divisions, adolescents' perception of soccer has changed. The prospect of financial survival often becomes an escape route, neglecting fun and enjoyment. The prospect of economic growth generates expectations, primarily in the player's environment, that do not match reality, directly impacting their motivations for playing soccer. This, in turn, manifests itself through primarily external pressures exerted by family members and peer groups, triggering common symptoms such as frustration and anxiety that occur throughout the youth journey. From this perspective, the importance of the psychologist's role lies in promoting psychological skills so that young people can better cope with moments of emotional instability. Therefore, support, emotional management, and the encouragement of an alternative life plan will be some of the basic premises that the professional must work with the athlete on their journey toward the First Division. In this sense, psychology as a discipline will be key to the player's well-being, intervening from a holistic health perspective, where the importance lies in the integrity of the adolescent beyond their sports practice.

**Keywords:** Adolescents, football careers, determinants,

Sports psychology.

## Introducción

La realización del siguiente trabajo final de grado de la Licenciatura de Psicología de la Universidad de la República, en su modalidad de ensayo académico, propone comprender los diferentes condicionantes que influyen en la vida de los adolescentes en el ámbito futbolístico tomando en cuenta los contextos del fútbol internacional y uruguayo.

Para la elaboración, se tendrán como referencia algunos autores, como son los casos del reconocido psicólogo deportivo argentino Marcelo Roffé y el sociólogo Diego Murzi, especialista en el entorno deportivo. Además, se utilizarán determinados repositorios de búsqueda como Google Scholar, ResearchGate, Dialnet, Scielo, Redalyc, así como también, medios de comunicación escritos, tales como el diario El País, El Observador, ESPN, entre otros. A su vez, será de mucha importancia, la implementación de investigaciones locales como forma de contrastar datos nacionales con información a nivel internacional.

A partir de lo mencionado y de los datos recopilados, se buscará realizar una síntesis desde una perspectiva crítica, sobre algunos condicionantes importantes en los que el fútbol repercute en la vida de los adolescentes. Entre los aspectos más relevantes que se indagarán, se encuentra el factor económico, como uno de los elementos que posee mayor injerencia en las cotidianidades de dicha población. En ese sentido, cuando el juego se transforma en un trabajo, incide en las motivaciones que va desarrollando el futbolista a lo largo de la carrera deportiva, generando un contraste entre las expectativas de llegar a un lugar de privilegio y las frustraciones que se dan en el tránsito de la práctica futbolística y que conllevan a un estado de confusión en el jugador. Las emociones poseen un rol importante en las trayectorias juveniles, ya que se convertirán en un impulso o en un obstáculo por el cual deban atravesar. Desde este lugar, el buen manejo de las ansiedades pre-competitivas y competitivas, impactarán de manera positiva en el futuro del joven.

A lo largo del tiempo, se puede ver cómo la dedicación de los futbolistas ha pasado a ser casi que exclusiva, donde la presión de los entornos por verlos competir al máximo de las posibilidades y la exigencia por obtener resultados inmediatos, tienen un rol preponderante, repercutiendo en sus cotidianidades. No obstante, este tipo de condicionantes, genera que el jugador apueste todo su futuro a la práctica futbolística como una salida económica viable, sin tomar en cuenta las posibilidades del fracaso como algo

que pueda llegar a darse. Más allá de eso, la realidad marca que la incertidumbre por la que atraviesa el joven a medida que transcurre su carrera deportiva, motiva a que se cuestione algunas premisas que se encontraban como dadas. Aquí se despliegan algunas preguntas como por ejemplo: ¿ahora qué voy hacer?, ¿debo estudiar?, ¿cómo será mi futuro?.

Por otra parte, esto nos hace reflexionar sobre el rol que ocupa el psicólogo entre la actividad académica y la práctica futbolística de los jóvenes en sus etapas formativas y cómo el imaginario social opera y funciona bajo determinados prejuicios, repercutiendo negativamente en muchos casos, en el accionar diario de estos. Desde este lugar, el profesional posibilitará las condiciones para que el adolescente pueda construir su propia identidad más allá de la práctica deportiva, permitiendo comprender cómo es la carrera dual por la etapa juvenil. En sus trayectos, el factor económico se encuentra de manera explícita, donde el contexto del que parte cada joven, será el parámetro para entender el papel que desempeña el profesional en la vida de los futbolistas.

No obstante, y pese a la injerencia de lo económico en casi todos los planos de los futbolistas, a nivel nacional, se han logrado impulsar políticas y convenios como por ejemplo, la implementación del programa Gol al Futuro, el cual, incentiva a los adolescentes a formarse al mismo tiempo que realizan la práctica deportiva. Desde su creación, ha habido un incremento muy marcado, donde se pasó de un 50% a un 95% de futbolistas que no solamente se encuentran afiliados al sistema educativo, sino que logran culminar sus estudios (Aguerre, 2025). Esto posibilita que los jóvenes tengan un plan b, en caso de que sus aspiraciones por consolidarse en la élite, no se concreten. Además, el beneficio de continuar con sus estudios, no solo radica en el post fútbol, sino que le permite al jugador, tener un mayor discernimiento al momento de la toma de decisiones en el campo de juego.

Como último punto, se buscará detallar la posición que adopta la Psicología como herramienta de promoción de salud integral en el fútbol formativo. Desde este lugar, dicha disciplina promoverá el bienestar del joven a través de tres grandes dimensiones como lo son: lo psicológico, social y físico. Aquí la importancia radica en comprender y actuar conforme a la vida del adolescente más allá de la práctica futbolística, interviniendo sobre estos tres aspectos por medio de un buen acompañamiento, lo cual generará seguridad en el deportista sobre las acciones que desempeñará en el futuro. A su vez, la generación de estrategias adecuadas, permitirá incentivar una fortaleza mental e incorporar mayores recursos internos en la cotidianidad de este.

## **¿Cómo influye el factor económico en la etapa formativa de los futbolistas adolescentes?**

El siguiente apartado, se enfoca en la influencia que posee el factor económico para los futbolistas adolescentes en las etapas formativas. A lo largo de la historia del fútbol, este aspecto, ha cobrado mayor relevancia, ya que posee una repercusión mayúscula en las trayectorias futbolísticas de los jóvenes. No obstante, si trasladamos esta variable al contexto uruguayo, se puede visualizar cómo se ha ido modificando el paradigma que ha imperado durante muchos años en nuestro fútbol, en el que, lo económico interpela a otros factores como lo educativo, social, entre otros. A su vez, este cambio se ha comenzado a ver en algunas políticas que están implementando determinados clubes deportivos de nuestro medio. Según D'Acosta (2007) en su tesis, remarca que los futbolistas juveniles de Defensor Sporting proceden en su mayoría de contextos socioeconómicos bajos. Por su parte, el autor señala que desde el club y a medida que los jóvenes avanzan de categorías, se les brinda apoyo e incentivación para que puedan estudiar, generando un impacto positivo en los adolescentes.

En el otro extremo, se encuentran los jugadores que se desempeñan en las formativas de Nacional, en este caso, desde el club se imparte un modelo en el que todo aquel joven que proceda de sectores vulnerables económicamente no se adecua al perfil de la institución (D'Acosta, 2007). El autor remarca que esto se da, ya que desde la entidad, se impulsa la concepción de un deportista integral que posea todos los recursos a nivel intelectual, físico y familiar, dando como resultado, un óptimo desarrollo en el campo de juego.

Si trasladamos esta interrogante al contexto del fútbol chileno, José Luis Carreño en una entrevista incluida en la investigación de Morales & Moreno (2018), relata que la mayoría de los futbolistas provienen de sectores empobrecidos, lo que genera un impacto directo en el ámbito educacional. Los mencionados testimonios, no hacen otra cosa que recalcar la influencia que posee el aspecto económico, sobre los deportistas en sus etapas formativas.

Para comprender en profundidad cómo estas condiciones afectan a los futbolistas adolescentes, es necesario considerar algunos conceptos claves trabajados por diversos autores, como es el caso del término adolescencias. Desde sus inicios, el psicólogo social Erikson plantea que la etapa adolescente se caracteriza por la velocidad en que se dan cambios a nivel físico, genital y de la conciencia sexual (como se citó en Sureda, 1998, p. 161). Siguiendo esta línea, Cassullo (2016) afirma que la relevancia de los factores biológicos y psicosociales en la adolescencia deben pensarse siempre en relación con el contexto histórico y social del individuo.

Por otro lado, de acuerdo a la (Organización Mundial de la Salud [OMS], s.f.) se plantea que la adolescencia es la fase evolutiva que transcurre desde los 10 a los 19 años y a su vez, la misma, será la que genere los soportes adecuados para lograr una salud óptima a lo largo de la vida. Como se puede visualizar, el concepto adolescencia, se ha ido transformando con el paso del tiempo, hasta llegar al día de hoy, que se lo designa como adolescencias debido a las singularidades de las características por las que se ven atravesadas las trayectorias de los adolescentes.

En ese sentido, los jóvenes se encuentran en un proceso de construcción identitaria, donde existen encrucijadas propias de la edad, las cuales, generan fluctuaciones en los comportamientos de estos. Esto se complejiza aún más, cuando interviene el factor económico dentro del fútbol, influyendo en la toma de decisiones de los futbolistas. Según Ciampa et al., (2010) afirman que para los jugadores trascender en dicho deporte, implicará minimizar problemas a nivel económico.

Por lo tanto, esto permite comprender la importancia que le atribuyen muchos adolescentes al fútbol, donde lo visualizan como una vía de escape para transformar sus realidades económicas y la de sus entornos más cercanos. Según Díaz & Gutiérrez (2021) y tomando como referencia un estudio realizado en Colombia, evidenció que “algunos deportistas pasan situaciones de vulnerabilidad económica. Debido a esto, ingresar a un club de prestigio es una solución a su vida y la de su familia, convirtiéndose en su principal opción de vida y fuente de ingreso económico” (p.6). La ponderación de este aspecto, genera que se excluyan elementos como el divertimento que genera la práctica futbolística en etapas formativas, así como también, la pasión que se da en el camino hacia Primera División.

En ese sentido, se desprende el concepto de formación, el cual ha sido trabajado de manera minuciosa por el máximo organismo futbolístico que rige en Sudamérica que es la CONMEBOL (2019) y plantea en su artículo de Estrategias de Selecciones Juveniles, que lo formativo, debe ser el vehículo para que el proceso madurativo y sociocultural de los futbolistas adolescentes trascienda el simple ejercicio del juego como tal. Desde este lugar, se destaca la importancia de formar personas, más allá de la concepción de futbolista. El interés por parte de las diversas instituciones que conforman el fútbol, deberá ser generar las condiciones para que los jóvenes puedan tener mayores herramientas a nivel emocional al momento de la toma de decisiones sobre sus futuros. No obstante, resultará un desafío poder amalgamar los intereses en juego por parte de los clubes y futbolistas.

Por otro lado, un aspecto que en muchas ocasiones pasa desapercibido y que resulta importante poder analizar, es el de las vicisitudes económicas que poseen los adolescentes en sus recorridos hasta la consolidación o no en el fútbol de élite. Según Roffé & Bracco (2003) señalan que uno de los obstáculos por los que se ven atravesados fundamentalmente los jóvenes de clases sociales bajas, es la imposibilidad de obtener viáticos diarios. Entre los más destacados se pueden encontrar, el acceso al transporte para concurrir a los entrenamientos, la escasa o defectuosa alimentación, así como también la vestimenta y útiles para una adecuada práctica futbolística. Estos, son algunos de los tantos elementos que se ven condicionados por la limitación de recursos que poseen la mayoría de adolescentes de contextos carenciados. Por lo cual, la generación de un entorno favorable, hará la diferencia para que el deportista se desarrolle óptimamente y consecuentemente, tenga una adecuada Salud Mental.

Tomando en cuenta lo anteriormente explicitado, el factor económico incide de manera excluyente en las etapas formativas de los adolescentes en el ámbito del fútbol, ya que repercute en otras áreas como por ejemplo, lo nutricional, social, familiar, educativo, físico. Por lo tanto, poder lograr la estabilidad adecuada en estos aspectos, permitirá que el joven tenga el sostén necesario a nivel psicológico para sobrellevar diversas situaciones que se le presenten a lo largo de la trayectoria futbolística

Siguiendo la misma línea, Roffé & Murzi (2020) expresan que la dimensión económica, posee un rol preponderante en las ambiciones y trayectorias de los futbolistas adolescentes en Argentina, teniendo como objetivo final, la salvación de sus familias. Esto se puede evidenciar en el estudio descriptivo que realizó Murzi (2020) en el club

Estudiantes de la Plata, en el que refleja, que la mitad de los jóvenes se proponen como primer objetivo, poder reunir dinero suficiente para comprarles una casa a sus padres. Asimismo, el deseo por mejorar en dicho ámbito, genera en el deportista un aceleramiento de los procesos madurativos a nivel psíquico.

Desde este lugar, surge la interrogante de ¿cómo influye lo económico sobre lo psicológico?. En ese sentido, se verá reflejado de manera directa, ya que la exigencia que genera el tránsito por la etapa formativa desembocará en comportamientos como desesperación, ansiedad y en algunos casos extremos, la retirada prematura de la actividad futbolística. Además, como remarca Chalela (2022), el manejo de lo psicológico se puede evidenciar en la escasez de recursos internos que poseen muchos futbolistas de contextos vulnerables, al momento de recibir grandes cantidades de dinero, generando incertidumbre en la toma de decisiones.

Como se conoce, el fútbol es una industria que genera mucho dinero y cuando solemos escuchar que un joven quiere dedicarse a la práctica de este deporte, en lo primero que se piensa, es en la eminente posibilidad de un crecimiento económico, dejando por fuera todo tipo de ambiciones y metas deportivas. Lo que nos hace reflexionar si el verdadero sentido del fútbol, tiene que ver con una lógica meramente monetaria o valores como la pasión y la gloria deportiva tienen un componente más relevante aún. En ese sentido, se hace imperiosa la necesidad de que el joven pueda lograr desde lo psicológico, una transformación de ese pensamiento, donde exista un mejor posicionamiento con creencias más adaptativas que acompañen el proceso madurativo.

Otro posible aspecto que debemos preguntarnos y que se encuentra muy arraigado a lo que se viene planteando en este ensayo, es, ¿en qué momento de la trayectoria del adolescente, el fútbol se transforma en un trabajo?. Esta cuestión se abordará en el siguiente apartado de manera detallada.

## El fútbol juvenil: La transformación de un juego hacia un trabajo

*“La historia del fútbol es un triste viaje del placer al deber. A medida que el deporte se ha hecho industria, ha ido desterrando la belleza que nace de la alegría de jugar porque sí.”*

Eduardo Galeano, 1995

En el tránsito de los futbolistas adolescentes por la etapa juvenil, se genera el fenómeno de la transformación, donde el fútbol pasa de ser una actividad que divierte y genera pasión, a un deporte de máxima exigencia que produce un gran rédito económico. Según De Marziani (2008), la concepción de juego con el paso del tiempo se ha ido transformando de un entretenimiento, a una vivencia poco placentera. En ese contexto, los jóvenes se ven inmersos en un gran problema que comprende, por un lado, las fantasías y el deseo por ser valorizados por sus compañeros, técnicos, profesionales del fútbol y por otro lado, se encuentra la imposición de la sociedad, medios de comunicación, familia y representantes, en los que muchas veces se antepone lo económico como un fin en sí mismo por delante de lo futbolístico, generando una mercantilización sobre la figura del adolescente. En ese sentido, se genera un proceso de subjetivación en el que para Arias Tobón (2015) significa, posicionar al futbolista “en un lugar de objeto de deseos de los otros” (p.86).

A su vez, esto se acrecienta aún más, cuando los jóvenes provienen de contextos desfavorables, lo que los lleva a tener mayor incertidumbre al momento de la toma de decisiones sobre sus futuros. Esto se complejiza, cuando surge la imagen del representante, muy importante en este apartado, ya que en muchos casos funciona como un dispositivo normalizador, brindándole tranquilidad y seguridad al adolescente que se encuentra en un momento de indecisión. Tomando en cuenta los testimonios recopilados por De León (2021) entre juveniles de clubes como Nacional, Peñarol y Defensor Sporting, se observa, que los contratistas ocupan un rol central en la vida de los jugadores, llegando incluso a ser considerados figuras de confianza, cercanas e incluso familiares. Así, los representantes no solo median intereses económicos, sino que también pasan a desempeñar un papel casi tutelar, donde se expone al futbolista a una forma de vulnerabilidad particular, generando dependencia afectiva y cuyo beneficio económico está directamente relacionado con el rendimiento y la proyección del jugador.

Desde esta lógica, el representante se enfoca en generarle expectativas al joven, remarcando las condiciones que posee y las posibilidades de llegar lejos en el fútbol, promesas que en muchos de los casos, quedan sin efecto alguno, dejando al futbolista en una situación de fragilidad. No obstante, en éste ámbito, la figura del representante cobra mayor relevancia, ya que no solo el joven, sino que sus familias, depositan sus futuros económicos en la posibilidad de que este, logre que el jugador se convierta en profesional. Siguiendo este planteo, desde la psicología, se impulsa a cambiar esta situación en el adolescente, generando los soportes adecuados frente a este tipo de obstáculos, para que pueda proyectarse de una manera más informada y realista sobre su futuro.

Pero entonces, ¿qué lugar ocupa la profesionalización del fútbol en la etapa juvenil?. Si tomamos como referencia el contexto del fútbol formativo de Chile, según Reyes (2022), este proceso comienza aproximadamente a los 10 años, momento en el cual los adolescentes, se insertan en clubes profesionales. Esto genera que nos cuestionemos sobre cómo la formación del joven, queda relegada producto del contexto abrumador que exige inmediatez de resultados deportivos, dejando de lado las características singulares de la etapa adolescente.

Siguiendo este planteamiento, ¿dónde se ubican los procesos formativos de los adolescentes en la etapa juvenil hacia Primera División?. Si trasladamos esta interrogante al ámbito de Uruguay, no se aleja demasiado del común denominador que prevalece en Latinoamérica, donde el joven puede ser visualizado como una mercancía a explotar para obtener un rédito económico. Según lo citado por Venanzetti Pereyra (2013), Ciganda (2008) remarca que los futbolistas adolescentes uruguayos suelen posponer diversas actividades extra futbolísticas en el camino hacia la adultez. Esto genera que la dedicación sea total, dejando de lado el aspecto educativo y de socialización, los cuales, son necesarios para la formación integral.

Arnett (1995), Maccoby (2007) y Grusec y Hastings (2007), citados por Simkin y Becerra (2013), señalan que los procesos de socialización están asociados a normas, valores internos, propias creencias y roles que la persona adquiere en función del contexto socio-histórico que se encuentre inmerso. Desde la psicología, resulta imprescindible entender este concepto, ya que los jóvenes, desarrollan todas sus

capacidades, a partir no solamente de sus condiciones innatas, sino también, en relación a los vínculos y experiencias que generan en sus trayectos hacia Primera División.

En ese sentido, se debe reflexionar si dichos procesos se prescinden o si realmente lo que sucede como bien expresa Venanzetti Pereyra (2013), se convierten en una resocialización de valores y obligaciones que el adolescente debe poder internalizar en la etapa pre profesional. Es decir, comienzan a surgir nuevos hábitos en la vida de los jóvenes, como por ejemplo, no acudir a cumpleaños de quince, la privación al momento de juntarse con sus amigos, entre otros. Este tipo de comportamientos, dan lugar a rutinas rígidas que limitan y condicionan la trayectoria vital del jugador. Asimismo, dichos aspectos no son más que sacrificios que se dan en el pasaje del juego hacia el intento por la consolidación del deportista.

Para esto se hace imprescindible conocer, ¿en qué momento se considera al fútbol como un trabajo en etapas juveniles?. En base a esto, La Mutual Uruguaya de Futbolistas Profesionales (2019), señala que un futbolista puede ser considerado profesional en Uruguay, si se dan ciertas premisas. En primer lugar, el club por el cual firma el contrato debe estar afiliado a la Asociación Uruguaya de Fútbol (AUF). Los contratos deben estar registrados en el Ministerio de Trabajo y Seguridad Social (MTSS). Además existen ciertos requisitos legales como por ejemplo: que el contrato debe establecerse por un tiempo mínimo el cual cubra toda la temporada, de acuerdo a la Ley N.º 19.20. De tal manera, estas condiciones no solo tratan de formalizar la relación laboral del jugador con el club, sino que garantizar derechos laborales básicos y proteger al futbolista.

Por otro lado, el concepto de competitividad influye directamente en el proceso de transformación y se encuentra ligado a la elevada exigencia por la que se ve atravesado el adolescente. Tomando como referencia a Cesana (2022), señala que la competitividad en el fútbol juvenil parte del énfasis que se le deposita a la competencia, dándole relevancia a la influencia del contexto sobre la toma de decisiones del jugador en el terreno de juego. Desde este lugar, los futbolistas son percibidos por sus entornos como personas que deben rendir al máximo de sus posibilidades, dejando por fuera todo tipo de emocionalidad.

Si tomamos en cuenta el contexto del fútbol uruguayo, este aspecto se puede apreciar en algunas entrevistas realizadas por De Léon (2021), en las cuales destaca que los jugadores describen que poseen una rutina exigente, donde se les asignan horas dedicadas al estudio, así como también en función de los entrenamientos. A su vez, también expresan sus deseos por llegar a Primera División sin dejar de lado lo académico como forma de tener un respaldo, en caso de que sus sueños no se concreten.

A partir de lo mencionado, surge la interrogante: ¿ganar y obtener resultados deportivos, tiene mayor injerencia que la formación de personas en el proceso de transición que se encuentra el joven?. Fernando Curutchet (2022) sostiene que:

las dos cosas van de la mano. Tratar de ganar está implícito en el propio juego, nadie juega o compite para no ganar. La formación del jugador te acerca a la posibilidad de ganar, cuando uno está formando tiene mayores herramientas para ganar los partidos. (párr. 3)

Siguiendo la misma línea, Jorge Giordano, director de selecciones de la AUF, sostiene que la formación depende en gran medida de la competitividad que se le imprima a los torneos domésticos, es decir, cuanto más “parejos” sean los partidos en la liga, mayor será el aprendizaje de estos jóvenes (Giordano, 2024).

Estos conceptos no solamente se visualizan a nivel local, sino que también a nivel internacional arrojando datos llamativos. Tomando como ejemplo una liga juvenil de Argentina, más precisamente en la localidad de Mar del Plata, Gil et al., (2021) destacan que existen incongruencias en los discursos de los diversos actores en dicho torneo. Es decir, por medio de las entrevistas se expresa que el fútbol, debe poseer un fin meramente educativo, donde el adolescente pueda utilizar ese espacio como un lugar de divertimento. No obstante, y a medida que transcurre el tiempo, esa narrativa se modifica ya que lo que se pregonó es inculcarle al joven el deseo por competir, jugar a ganar, así como también, la obtención de un rédito económico. Por lo tanto, podemos apreciar cómo la oposición en los discursos es un factor común en Uruguay, así como también, se evidencia internacionalmente repercutiendo y condicionando las trayectorias formativas de los adolescentes.

## **Expectativas vs realidad en las trayectorias futbolísticas de adolescentes**

Como es sabido, los conceptos de expectativas y realidad dentro de las trayectorias de futbolistas adolescentes, tienden en muchos casos a generar tensiones en el proceso de transición hacia Primera División. Schlossberg (1981) define la transición como “un evento o no-evento que lleva a un cambio en los supuestos sobre uno mismo y el mundo, lo cual requiere un cambio correspondiente en sus comportamientos y relaciones” (p.5). Si trasladamos este concepto al deporte, nos encontramos que “el éxito en la transición de junior a profesional vendrá acompañado por la medida en que los deportistas jóvenes se adaptan a los cambios deportivos, psicológicos, psicosociales y académico/laborales que se les presentan en la nueva etapa” (Chamorro et al., 2016, p.82).

Por lo tanto, esto nos hace reflexionar sobre cómo las condiciones por las que los adolescentes se encuentran atravesados, son singulares, así como también las diversas trayectorias deportivas. En muchas ocasiones, el deseo de superación representa uno de los factores más relevantes que impulsan a las aspiraciones del joven. A su vez, este enfoque invita al lector a cuestionarse, cuáles son las expectativas que poseen los adolescentes. Según Murzi et al., (2020) en algunos casos, no comienzan a jugar al fútbol con la intención a priori de convertirse en profesionales, sino que es el trayecto dentro de la propia institución y la experiencia que van adquiriendo sobre el recorrido, lo que los impulsa a querer llegar a la élite.

Por otra parte, el fútbol uruguayo no queda por fuera de esta situación de incertidumbre. Gabriel Gutierrez (2021), psicólogo deportivo del Club Nacional de Football, señaló que las expectativas de los jóvenes, pasan por ser transferidos al exterior, pero también destaca, que se genera un interjuego de emociones, en los que por un lado y en la medida que no logran situarse en una posición de privilegio, devienen en frustraciones. Pero por otro lado, se encuentran que en el caso de tener un buen rendimiento, los inunda una ansiedad profunda y a partir de esa situación, se generan interrogantes vinculadas a sus posibles contratos y futuros futbolísticos. En este contexto, podemos ver cómo los adolescentes en sus recorridos hacia Primera División, independientemente de los clubes y las condiciones por las que se ven atravesados, depositan todos sus esfuerzos en poder consolidarse en la élite.

Siguiendo esta línea, resulta imprescindible comprender la capacidad que poseen los jóvenes al momento de gestionar sus expectativas. En palabras de Gabriel Gutierrez (2021), los futbolistas no deben eliminar sus expectativas en relación a sus futuros, sino que para este, lo importante, es que los adolescentes puedan incorporar nuevas actividades por fuera de sus entrenamientos, como por ejemplo, estudiar, aprender idiomas, entre otras. Esto les permitirá mantenerse ocupados, liberándolos de la posible carga emocional que conlleva la práctica deportiva.

Desde dicha postura, cobra mayor relevancia el concepto de adaptación, el mismo, impulsa a los jóvenes a poder implementar diferentes hábitos, ayudando a mantener sus expectativas controladas. La autogestión de las mismas, implica un desafío grande para el cual muchos futbolistas, no se encuentran preparados psicológicamente para afrontarlas, por lo que resulta necesario que los adolescentes, logren generar sus propias herramientas intelectuales, con el afán de tener una mayor estabilidad emocional a lo largo de la carrera deportiva.

No obstante, resulta necesario pensar las expectativas en función de las realidades que acontecen en el fútbol formativo. Según Alejandro Garay ex entrenador de selecciones juveniles de Uruguay, señaló que a la élite llega solamente el 1% y el porcentaje desciende a 0,14% para aquellos que se consolidan a lo largo del tiempo. A su vez, reafirma que de cada 1000 jóvenes, solamente llega al 1,4% (Tapia, 2023). Esto nos da la pauta, de que las expectativas que poseen los adolescentes, así como también, sus entornos, no condicen con la realidad donde en muchas oportunidades, es la propia ilusión del futbolista la que sostiene la esperanza de tener un futuro exitoso en el deporte. Ante esto, se desmonta la falsa creencia de que todos pueden llegar a Primera División.

## Motivaciones Futbolísticas

La motivación en general, es una temática que incide en todos los contextos para la realización o no de una determinada tarea o el sostenimiento de la misma. Esto no escapa al ámbito futbolístico juvenil, en el que se dan fundamentalmente dos tipos de motivaciones, una intrínseca y otra extrínseca, con diversos elementos que las caracterizan. En ese sentido, la Teoría de la Autodeterminación creada por Deci & Ryan (1985), aborda algunos conceptos importantes como el de autonomía y competencia.

La teoría analiza el grado en que las conductas humanas son volitivas o autodeterminadas, es decir, el grado en que las personas realizan sus acciones al nivel más alto de reflexión y se comprometen en las acciones con un sentido de elección. (Deci & Ryan, 1985, como se citó en Moreno & Martínez, 2006, p.40)

Si trasladamos este concepto psicológico al contexto del fútbol juvenil, se puede evidenciar como para Roffé (2009), la motivación “es el proceso de desarrollar en los deportistas la resolución y el empuje de hacer las cosas por sí mismos y por el equipo, sin intervención, refuerzo y dirección constante de los otros” (p.2). A su vez, observamos cómo a través de la motivación, se pueden comprender determinados comportamientos de los deportistas (Usán et al., 2016). Para eso, es importante hacer una distinción, sobre los tipos de motivaciones que intervienen en la cotidianidad del adolescente. Entre los cuales, se destacan la motivación intrínseca y la extrínseca. La primera y en palabras de Ryan & Deci (2000), alude a la realización de una determinada actividad, por el hecho de ser desafiante y generar satisfacción en el individuo. Siguiendo esta línea, Roffé (2009) plantea que la motivación intrínseca en el ámbito deportivo, se asocia a causas internas, como por ejemplo elementos que tienen que ver con la autoconfianza, autoestima, la posibilidad de hacer amigos, entre otros.

Desde esta postura, se coloca el foco en la importancia del esfuerzo del propio sujeto, por delante de otros aspectos al momento de avanzar en la práctica futbolística. En este ámbito, se puede apreciar como no siempre se tiene como punto de partida dicha premisa, ya que existen otros elementos que condicionan el accionar del adolescente. Algunos de los factores que impulsan al joven a desarrollarse en la trayectoria deportiva, son el deseo de

superación y la capacidad de autonomía del futbolista. Es decir, el joven en el transcurso de la etapa formativa, se encuentra con diversos obstáculos que lo sitúan en una posición de superación constante para poder llegar al objetivo. Además, estos elementos impactan de forma transversal en el rendimiento deportivo del jugador.

A su vez, se puede observar como en los trayectos formativos del adolescente, este tipo de motivación sufre transformaciones desde sus inicios. Tomando como referencia las teorías de meta de aprendizaje/orientación a la tarea y meta de rendimiento/orientación al ego de Dweck (1999), se intenta comprender cómo el joven en sus primeras etapas como futbolista, tiene una concepción vinculada al disfrute de la práctica futbolística. Según Scanlan et al., (1993) este concepto, se asocia al estado de satisfacción por realizar esa actividad en sí misma (p.7). Esta mentalidad, se transforma a medida que transcurre el tiempo, evolucionando hacia un sentimiento de competitividad extrema, generando un afán en el adolescente por llegar a consolidarse en Primera División (pp. 16-17). Por lo cual, esto, trae aparejadas situaciones de ansiedad, así como también, la aparición de pensamientos intrusivos como por ejemplo: tengo que exigirme entrenando para llegar a mi objetivo.

Por otro lado, se encuentra la motivación extrínseca, la misma en palabras de Ryan & Deci (2000) se asocia a realizar una determinada acción con el objetivo de lograr un resultado a cambio (p.6). Tomando en cuenta a dichos autores, muchas actividades que realizan las personas, parten en gran medida por el impulso del entorno que las rodea (p.5). Esta lógica, tiene sentido en el ámbito del fútbol juvenil, ya que el adolescente en el último trayecto en su etapa formativa, busca lograr el rédito económico y por consiguiente, poder ser reconocidos por el público como figuras en la élite del fútbol. De la mano de esto, se generan las expectativas del entorno del futbolista por verlo triunfar.

Como se puede observar, ambas motivaciones poseen un rol clave en el desempeño del joven, las cuales, tienen efectos que fluctúan de acuerdo al contexto y a las necesidades del futbolista. A su vez, las mismas funcionan desde un lugar de complementariedad. En un estudio realizado por Rodrigues et al., (2023), donde se valoraban las motivaciones que se presentaban en el tránsito de una temporada con jugadores adolescentes, arrojó, que en el momento clave de la misma y debido al aumento de expectativas y presiones, el grado de motivación extrínseca era mayor. Por lo cual, en este tipo de circunstancias, la motivación intrínseca tiende a disminuir.

Por otro lado, es necesario comprender el lugar que ocupa la desmotivación en este apartado. Según Ryan & Deci (2000), se asocia al escaso valor que se le proporciona a una actividad. Siguiendo esta línea y tomando como referencia el fútbol juvenil, Pulido et al., (2018) remarcan que uno de los aspectos por los cuales en el adolescente se ve una disminución de la motivación, son las condiciones que genera el entrenador en los entrenamientos. Es decir, las mismas deberán ser óptimas para captar la atención del joven y poder ver cómo despliega todo su talento. En cambio, de no ser así, puede generar que el futbolista a nivel psicológico se frustre rápidamente, afectando en el compromiso deportivo que tenga con sus compañeros.

Desde la psicología, la responsabilidad del joven, posee una connotación mayúscula, ya que genera mayores niveles de adherencia en el rol que tiene éste dentro del equipo, lo que genera, emociones como por ejemplo, mayor autoestima con respecto al futuro deportivo. Según Leo et al., (2012), señalan que el aumento del compromiso en los futbolistas, se ve potenciado por estrategias que promuevan valores como una cohesión a nivel grupal, así como también, un clima motivacional óptimo para el ejercicio de la tarea. Esto también se verá reflejado, en las relaciones sociales que existan dentro de un equipo de fútbol, es decir, la existencia de comportamientos que promuevan aspectos como compañerismo, respeto y comunicación, potenciarán tanto el rendimiento individual como colectivo (Castellano et al., 2009, p. 72).

En síntesis, la motivación en el deporte, es un aspecto relevante para que el adolescente pueda tener un crecimiento óptimo no solo a nivel de su talento, sino en función de sus expectativas por llegar a consolidarse en Primera División. Las motivaciones fluctúan en la trayectoria del joven, dependiendo de los factores que se han detallado. No obstante, un punto que repercute en dicha temática y que se abordará a continuación, son las presiones familiares y de grupo de pares por las que se ve atravesado el futbolista.

### **Presiones familiares y grupos de pares**

Como es sabido, las presiones a las que se enfrentan los jóvenes es un tema amplio y que engloba a casi todos los aspectos vinculados al mundo del fútbol. En el siguiente apartado, se buscará entender qué tipo de presiones familiares y de grupos de pares influyen en las etapas formativas de los adolescentes y además, cómo inciden las mismas en estos. Para eso, resulta imperiosa la necesidad de comprender qué significa la presión en el ámbito futbolístico, la misma, representa “exigirle al otro más de lo que el otro puede dar” (Roffé et al., 2004, párr. 19).

En términos generales, la presión suele asociarse a factores negativos, no obstante, la misma posee algunos aspectos que resultan positivos para el sostenimiento emocional del jugador. Según Pallares (1998), algunos de los agentes psicosociales más influyentes en la vida de los jóvenes deportistas son los padres, compañeros y amigos respectivamente. Para el autor, el autoestima del adolescente, se conforma en gran medida en base a estas redes de apoyo social, lo que genera en el futbolista, una mayor capacidad de adaptación en las competiciones que disputa (p.276). Resulta de vital importancia que pueda tener el respaldo de familiares y amigos como forma de reforzar valores relacionados a su seguridad interna. En ese sentido, Torregrosa et al., (2007) plantean que el compromiso de los futbolistas en sus trayectorias deportivas, se ve beneficiado por el apoyo y comprensión de los padres.

Los amigos también suelen tener un rol preponderante en aquellos momentos en que la presión puede más sobre el jugador. Es decir, funcionan como un dispositivo normalizador, en el que, ayudan a canalizar el estrés que se produce debido a la exigencia diaria por la cual se ven sometidos los futbolistas. Habitar un espacio distendido, con charlas, juegos y diversión de por medio, reduce la ansiedad competitiva y ayuda al adolescente a evitar una posible deserción prematura del fútbol. Las palabras de aliento de las personas más cercanas, ayudan a realzar la propia autoimagen del jugador, influyendo de manera positiva sobre su rendimiento deportivo.

No obstante, la presión puede impactar en muchos casos de manera negativa sobre el desempeño del futbolista en el campo de juego y se puede visualizar en el ámbito familiar, vinculada a los sueños frustrados que proyectan los padres sobre sus hijos y que

representan en muchos casos, una imposición por verlos realizar una actividad que en el pasado, ellos no lograron llevar adelante (Pacheco-Arias et al., 2020). Desde esta concepción, la familia en muchos casos, actúa desde una posición de egoísmo inconsciente, dejando de lado la capacidad de decisión que pueda llegar a tener el joven sobre su futuro. La presión psicológica por alcanzar triunfos y victorias, genera en el futbolista, decepción y aburrimiento, quién asiste a los entrenamientos por el mero hecho de ser una obligación, más que una satisfacción (Pacheco-Arias et al., 2020). Desde este lugar, y debido a las condiciones por las que se ven atravesados los adolescentes, propias de su edad, genera un estado de indecisión en estos, quiénes terminan cediendo ante las presiones que ejercen sus entornos familiares.

A su vez, todo esto se refuerza cuando los padres deciden incorporar las figuras parentales de hermanos o de futbolistas exitosos que se encuentran consolidados en la élite, colocándolos en un sitio de superioridad sobre el adolescente, que lejos de ser una motivación, termina condicionando el desempeño de este. Las comparaciones son inevitables en el ámbito familiar, pero el inconveniente radica cuando esto se transforma en un tipo de reforzamiento negativo para con el joven, generando más incertidumbre que expectativas deportivas.

Existe otro tipo de presión que ejercen los familiares de los jugadores y que se asocia, al control excesivo o a un sobreinvolucramiento desmedido en función del rendimiento deportivo que el adolescente realiza y que interfiere en la dinámica del entrenador. Según Roffé et al., (2004), a este tipo de padres los describen como invasivos y pesados. Para Torregrosa et al., (2007) cuanta más implicación desmesurada exista por parte de las figuras paternas sobre los futbolistas, más comportamientos directivos y presión ejercerán sobre estos.

Esa sobreimplicación, se visualiza en muchos casos durante y post partidos de los deportistas, donde la lógica que impera por parte de los padres, es la imposición de que deban ganar bajo cualquier circunstancia, lo cual, genera un reforzamiento positivo si esto sucede. No obstante, en muchas oportunidades lo que termina prevaleciendo son críticas desmedidas tras defectuosas actuaciones que pueda llegar a tener el adolescente en el campo de juego. Según Lobinger et al., (2021), en su trabajo realizado en el fútbol juvenil de Alemania, observaron la presión que ejercían los padres sobre los jugadores a través de gritos y comentarios negativos

Estas diversas presiones se encuentran fundamentadas sobre un trasfondo de índole económico, es decir, este factor termina siendo el impulsor de los comportamientos de los padres sobre el futbolista adolescente. Según Amaya et al., (2021) para las figuras paternas, se entiende el pasaje de sus hijos por la etapa formativa, como una plataforma que los pueda catapultar hacia el profesionalismo, con el objetivo de llegar a ser objeto de lucro prematuramente. Según Dunn et al., (2016), otro elemento que tiene incidencia sobre los jóvenes, es, la inversión económica que realizan las figuras parentales sobre estos a lo largo de las trayectorias futbolísticas, generando una presión adicional y que se da de manera indirecta. A su vez, se puede visualizar a nivel del fútbol uruguayo, donde Venanzetti Pereyra (2013), en su estudio con jugadores juveniles de Danubio, analizó el caso de Gonzalo (sub19), en el que expresa la presión que tuvo por devolverle a su familia todo el esfuerzo que hicieron por él (p.48).

Desde este lugar, es necesario comprender el rol que ocupa la Psicología en las presiones familiares sobre el futbolista juvenil. El trabajo debe estar sustentado desde una concepción integral del adolescente, abordando todos los aspectos que puedan llegar a influir negativamente en este. La psicóloga Natalia Dancuart en una entrevista en el diario Dancuart (2024) señaló, que primeramente es necesario poder trabajar la comunicación con los padres del joven, para evitar así, todo tipo de exitismo que pueda perjudicar el proceso formativo. La figura del psicólogo/a resulta importante en este apartado, ya que, permite ayudar al entorno del jugador a que tenga expectativas realistas sobre este, evitando todo tipo de imposición económica que pueda surgir en su recorrido por las divisiones juveniles. De aquí se desprende explícitamente, que lo importante, es el bienestar del adolescente, colocando énfasis en que este, pueda tener un desarrollo conforme a su etapa vital, por encima del rendimiento y del resultado deportivo.

Por otro lado, se encuentran las presiones vinculadas a los grupos de pares. Estas se conforman en gran medida por compañeros y amigos respectivamente. El factor de la competencia interna dentro de un equipo, es un común denominador que siempre ha existido, no obstante, resulta interesante conocer cómo se perciben los futbolistas entre ellos dentro de un mismo entorno. En ese sentido, se evidencia el caso de Omar, futbolista (sub 19) de Danubio, quién por intermedio de la investigación de Venanzetti Pereyra (2013), relató, que todos los jugadores quieren jugar y por lo cual, genera que exista presión en estos, dificultando en muchos casos que se produzca un vínculo más allá del fútbol (p.35).

Aquí entran en escena dos grandes elementos, que son la rivalidad por la titularidad dentro de un equipo y por otro lado, las comparaciones que resultan inevitables y que se acrecientan debido a los aspectos madurativos propios de la edad por la cual se ven atravesados los jóvenes. Desde este lugar, Pacheco-Arias et al., (2020) señalan que este tipo de comportamientos se evitan, cuando en el futbolista, predomina un interés grupal por encima de su propio rendimiento, lo que fomenta una mayor cohesión dentro del vestuario.

En un estudio realizado en Argentina con jugadores juveniles en un equipo de la ciudad de Mendoza, Lafalla (2015), planteó que la inestabilidad propia de la etapa adolescente, genera preocupación de estos por objetivos personales, descuidando las metas colectivas. Esta situación radica y se acrecienta en gran medida, por la presión de rendir para consolidarse en Primera División rápidamente y además cuando aparece el temor a ser excluido si no se destaca en la práctica futbolística, lo que puede llevar a conductas de riesgo como el bullying, impulsadas por compañeros y amigos. Aquí, subyacen presiones compartidas en ambos grupos que rodean al joven como por ejemplo, el hecho de que este, deba encajar para ser aceptado socialmente, evidenciando que en el seno de un equipo, las bromas pesadas surgen como moneda corriente, dejando al adolescente en una posición de vulnerabilidad ante ese tipo de presiones.

Las amistades, suelen ser un factor predisponente a la presión, ya que en muchos casos, se instala la expectativa de tener un amigo futbolista exitoso, lo que conlleva al joven, a intentar sostener un lugar de privilegio por el mero hecho de no decepcionar esa concepción que se tiene sobre él. Así como en diversas ocasiones, los amigos son personas que motivan el ejercicio de una determinada actividad, en otros casos, sucede que la influencia que poseen en la toma de decisiones, genera un impacto significativo sobre la trayectoria deportiva del jugador.

Las presiones mencionadas anteriormente, son algunas de las más importantes y condicionantes para el recorrido del futbolista por su etapa juvenil. No obstante, las mismas, se pueden convertir o no en realidades negativas para el joven, en tanto este, tenga los recursos necesarios para gestionarlas adecuadamente. La no asimilación correcta, puede desencadenar en muchas ocasiones, frustraciones y ansiedades en diferentes ámbitos de la vida del adolescente. Estos aspectos, se detallarán con precisión en el siguiente apartado

## **La influencia de las frustraciones y ansiedades en las trayectorias juveniles**

Las frustraciones y ansiedades suelen ser dos condicionantes que se dan a lo largo de la trayectoria del futbolista juvenil. En gran medida, ambos aspectos se encuentran vinculados a las diversas emociones que se dan durante el tránsito de la carrera futbolística y que se acentúan aún más en la etapa formativa.

Según González Carballido (2002) la frustración desde un punto de vista psicológico, se asocia, a un estado en el que los resultados obtenidos, no se ajustan a los objetivos propuestos por el deportista. En función de lo expuesto, se pueden clasificar en internas o externas. Las primeras parten de supuestos y falsas creencias que posee el futbolista como por ejemplo, el miedo a equivocarse y a fracasar en el intento por llegar a Primera División. En ese sentido, “el fracaso en la ejecución de la actividad deportiva representa en sí mismo una carga psíquica que puede considerarse stress” (Goschek, 1983, como se citó en González Carballido, 2002, párr. 2). Desde esta concepción, Carina Posse (2022) ex psicóloga de las divisiones juveniles de Wanderers, señaló, que resulta imprescindible poder enseñarle al joven asimilar el fracaso como parte de un proceso lógico. Además, remarcó que se debe acercar dicho concepto, desde una posición en la que el futbolista, no la visualice como una agresión, sino como una posibilidad real. Esto, nos da la pauta de que un trabajo que se realice en instancias prematuras, puede llegar hacer una diferencia importante, evitando que las frustraciones tengan un impacto negativo en la cotidianidad del jugador.

En ese sentido, se despliega un concepto importante como el de baja tolerancia a la frustración y que se asocia a la falta de recursos internos que posee una persona al momento de superar obstáculos que interfieran con su actividad (Avilés, 2021). Además, el autor plantea que las personas que padecen este tipo de síntomas, buscan evitar contrariedades como forma de no exponerse a eso que genera frustración. Esto se puede ver en los casos que el adolescente no juega regularmente en el equipo titular, o no se siente priorizado, generando sentimientos de extrañeza y creencias como por ejemplo: no voy a llegar a mi objetivo o no soy lo suficientemente bueno.

A partir de lo mencionado, se despliega la segunda clasificación, relacionada a las frustraciones externas, las cuales se asocian a pensamientos y acontecimientos que provienen del exterior del futbolista, tal es el caso, de lesiones que se dan a lo largo de la

etapa formativa, así como también, el apartamiento del primer equipo. Según McGlinchey et al., (2022) este tipo de hechos generan síntomas a nivel psicológico como episodios depresivos, pérdida en el propósito de sus vidas, entre otros.

La influencia de este tipo de acontecimientos tanto a nivel interno como externo, genera conflictos en la psique del adolescente, desencadenando respuestas de estrés. Según Lazarus & Folkman (1984) fue conceptualizado como “una relación particular entre la persona y el entorno que la persona considera que sobrecarga o excede sus recursos y pone en peligro su bienestar” (p.19). En algunos casos, la continuidad en el tiempo de éste tipo padecimientos, puede generar patologías más graves como el síndrome de Burnout, el mismo, fue definido por la Real Academia Nacional de Medicina (RANM, 2019) como estar “quemado” y se da debido a la saturación de una determinada actividad. Si trasladamos esta concepción al plano futbolístico, se asocia a un agotamiento tanto a nivel físico como emocional, así como también, una disminución del sentido de logro, trayendo consigo un sentimiento de desvalorización del deporte (Raedeke & Smith, 2001, p.283).

Siguiendo esta línea, cabe preguntarse ¿qué tipo de ansiedades se dan a lo largo de la trayectoria juvenil?, así como también, ¿de qué manera influyen en el desempeño deportivo?. Primeramente resulta necesario definir ¿qué es la ansiedad?, la misma “se refiere a un estado psicológico desagradable en reacción al estrés percibido relacionado con el desempeño de una tarea bajo presión” (Cheng et al., 2009, p. 271). En la práctica futbolística esta situación se puede ver ejemplificada, en el momento que el joven realiza los esfuerzos necesarios para poder llegar a Primera División, como forma de sostener a su familia a nivel económico, cargando con responsabilidades para las cuales no se encuentra preparado psicológicamente.

Existen distintos tipos de ansiedades vinculadas al fútbol, de las cuales, se analizarán fundamentalmente dos, ya que generan un impacto directo en el rendimiento del futbolista:

1. Ansiedad de estado precompetitiva, asociada a una situación de ansiedad que se da antes de un determinado evento competitivo (Cox, 2009). A su vez, suele ocurrir en su estado negativo 24 horas antes de la competición y trae consigo síntomas físicos

como temblores, molestias digestivas y a nivel psicológico tiene su incidencia en aspectos como la sensación de no sentirse preparado para afrontar un partido, así como también, sentir miedo al fracaso y no cumplir con las expectativas que rodean al joven, entre otros (Aragón Arjona, 2006).

2. Ansiedad de estado competitiva, vinculada a una condición de ansiedad que se da durante el transcurso de una situación competitiva (Cox, 2009). Según Martens (1977, citado en Pons et al., 2018), este tipo de ansiedad, genera la “tendencia a percibir las situaciones competitivas como amenazantes y responder a ellas con sentimientos de aprensión y tensión” (p. 23).

En definitiva, las frustraciones y las ansiedades serán parte del proceso natural de todo futbolista que anhela a llegar a la consolidación en Primera División y poder generar un rédito económico. El efecto que produce a nivel emocional, se convierte en una de las grandes interrogantes por las que se ve atravesado el joven y por las que resulta de vital importancia, que pueda tener la contención necesaria para transitar la etapa juvenil. Sucederán altos y bajos en cuanto a la motivación por el juego y consecuentemente por el futuro, así como también, las expectativas realistas que se propongan. Por lo tanto, un buen acompañamiento del entorno más cercano y una buena toma de decisiones, puede impulsar o estancar la carrera del jugador. Es por eso, que brindarle herramientas al deportista, permitirá que posea un panorama más amplio en cuanto a lo que se proyecta, evitando condicionamientos y presiones vinculadas únicamente a la práctica futbolística.

Desde este lugar, resulta necesario que el adolescente comprenda la necesidad de tener un plan b, como forma de evitar que el impacto del posible fracaso, traiga consigo consecuencias a nivel de la salud mental. Aquí subyace un aspecto importante, relacionado a lo educativo y su influencia en el joven. En ese sentido, se vislumbra una pregunta que se encuentra muy arraigada al mundo deportivo, ¿el fútbol juvenil y lo académico, pueden convivir en un mismo plano de igualdad?. Dicha interrogante se abordará en el siguiente capítulo.

## **El rol del psicólogo entre el fútbol juvenil y lo académico**

El siguiente capítulo tiene como objetivo comprender la incidencia que posee la figura del psicólogo entre el fútbol juvenil y lo educativo. Para eso, resulta importante comprender la relación existente entre ambos entornos, ya que como es sabido, la práctica deportiva junto a la académica, suelen ser en muchos casos temas de discusión que se dan a partir de creencias instaladas en la sociedad, las cuales, apuntan a que los futbolistas no puedan realizar actividades que estén por fuera del ámbito futbolístico.

Desde este lugar, subyace el concepto de carrera dual. El mismo, se asocia a la posibilidad de entrelazar el deporte con los estudios (Stambulova & Wylleman, 2015, como se citó en Stambulova & Wylleman, 2019). Según Vique-Bonino et al., (2024) existen cuatro tipos de trayectorias duales:

- 1) La primera es la lineal, la cual se centra únicamente en el deporte.
- 2) La segunda es la convergente donde se coloca énfasis tanto a la actividad deportiva como al estudio pero en menor grado a éste último.
- 3) La tercera es la paralela, la cual, en términos generales se prioriza el deporte y el estudio de la misma manera, aunque en ciertos momentos una actividad predomina sobre la otra.
- 4) La cuarta es la divergente y se da cuando existe cierta presión que obliga al deportista abandonar una de las labores.

La combinación de ambas actividades, permitirá que el deportista pueda tener una carrera profesional alternativa al momento de su retiro (Torregrosa et al., 2015). Asimismo, resulta imprescindible que los adolescentes tengan un plan b, en el caso de que sus sueños por consolidarse en Primera División, no se materialicen. No obstante, el fútbol desde sus comienzos hasta la fecha, se ha convertido en una vía de acceso para aquellas clases sociales de limitados recursos, donde la profesionalización, ha generado que los futbolistas tengan cierta preferencia por la práctica deportiva, dejando en segundo plano lo académico.

En ese sentido, cabe preguntarse ¿qué rol ocupa el psicólogo en este contexto?, ¿desde qué lugar debe trabajar?, ¿es una figura necesaria en el ámbito futbolístico?. A través de los años, la Psicología ha ido creciendo en el campo del deporte, llegando a la conclusión de la gran importancia que representa al día de hoy. La incidencia en el proyecto

de vida del adolescente, el cual para Izquierdo Moreno (2000, citado en Guamán & Saquipulla, 2010) fue definido como:

Una realidad en permanente construcción, es un continuo hacerse, es una constante búsqueda; razón por la que no todo es claro y definido, lo que implica a cada persona una actitud de apertura, de reflexión, de autoevaluación, de ahondar en el sentido de las diversas realidades que frecuentemente le están invitando a recrear su cotidianidad, a imprimirlle dinamismo y dirección a su vida, a confrontar y afianzar sus valores y motivaciones. (p.29-30)

Asimismo, Vique-Bonino et al., (2024) señalan la importancia que posee desarrollar un proyecto de vida alternativo con respecto a la práctica deportiva, esto, permitirá lograr una identidad más allá del deporte. A su vez, la influencia del psicólogo debe ser la piedra angular para que el joven pueda generar los soportes adecuados, lo que motivará que éste pueda gestionar sus emociones a lo largo de la trayectoria juvenil de la mejor manera. El tránsito por la misma, no debe ser padecido a raíz de presiones o imposiciones externas, sino que debe ser disfrutado. Es desde ese lugar, que el profesional debe poder remarcarle al futbolista que la importancia radica en el proceso formativo por encima del resultado. Aquí subyace una frase célebre del ex director técnico de la selección uruguaya Oscar Washington Tabárez, quién afirma que: “el camino es la recompensa”.

Esto genera que la figura del psicólogo, no solamente deba ser importante, sino que necesaria, tejiendo los vínculos entre los diversos actores que conforman el mundo del fútbol, como clubes, técnicos, familias y jugadores. Desde este lugar, la psicóloga Luz Locatelli (2009) introduce dos conceptos importantes como lo son el de formar y educar. El primero lo asocia a la implicancia que debe existir por parte de toda la estructura organizacional, es decir, todos los miembros que la constituyen. Mientras que el segundo, lo vincula a la voluntad de ejercer una influencia sobre una persona para que ésta se desarrolle. A su vez, la autora plantea la importancia de transmitir valores y aprendizajes a través del deporte como forma de impulsar el progreso personal.

Desde este lugar, el psicólogo trabaja la construcción de identidad del adolescente, la cual, en palabras de Guamán & Saquipulla (2010) afirman que:

Hace referencia al proceso en el cual el individuo se reconoce a sí mismo como una continuidad a través del tiempo, integrando diferentes identificaciones configuradas a lo largo de las experiencias vinculares, los sujetos necesitan de los otros para poder definirse como autónomos. Identidad no solo es quién soy yo, sino quién soy yo para los otros. (p.33)

En función de esto, lo académico cobra un rol importante, ya que se incentiva a visualizar al joven a largo plazo, como alguien que estudia y juega al fútbol, desde una posición integral, alejada de prejuicios y reduccionismos. En ese sentido, la instauración del programa Gol al Futuro, el cual ha sido impulsado por la Secretaría Nacional del Deporte (s.f.), ha motivado a que el jugador pueda recorrer su etapa educativa al mismo tiempo que se desempeña futbolísticamente. Por lo que, la materialización del proyecto, ha ayudado a eliminar brechas que han existido durante años, prevaleciendo un pensamiento asociado a que la educación y el fútbol no pueden coexistir en la vida de un deportista. Hoy en día, esa concepción ha evolucionado hacia un lugar de mayor equidad, donde la Psicología ha adoptado un rol preponderante, entendiendo las complejidades por las cuales son atravesados los adolescentes, pero fundamentalmente, incentivando a que exista un plan alternativo en la cotidianidad de estos.

En síntesis, el rol del psicólogo deberá ser un nexo entre la trayectoria del futbolista juvenil y lo académico, incentivando al joven a pensarse más allá de la práctica deportiva. Aquí radica la importancia del profesional en comprender las diversas necesidades y emociones que puedan darse en el adolescente a lo largo de la etapa formativa.

El aspecto mental y emocional, serán dos de las grandes dimensiones que impulsarán o condicionarán el desempeño del adolescente en el fútbol y en su cotidianidad. Es por eso, que resulta imprescindible conocer el rol que ocupa la Psicología como herramienta de promoción de salud integral en la trayectoria formativa del joven. En el siguiente capítulo, se profundizará sobre dicha cuestión.

## **La Psicología como herramienta de promoción de salud integral en el fútbol juvenil**

La Psicología en el ámbito del fútbol juvenil, apunta a promover la salud integral y el bienestar del futbolista más allá de la práctica deportiva, a través de tres grandes dimensiones:

- 1) Psicológica
- 2) Social
- 3) Física

El equilibrio de los tres aspectos impulsa al deportista a tener un mejor desempeño no solo a nivel futbolístico, sino también en su cotidianidad. Desde este lugar, el rol de la Psicología será implicarse en el desarrollo óptimo de todas las capacidades del joven en su recorrido por la etapa formativa. Tomando en cuenta la noción de implicación, la misma fue definida como un fenómeno que no se da de manera voluntaria, sino que es producto de la adherencia y del sentido de pertenecer a algo de manera inherente (Ardoino, 1997).

A partir de la influencia de la Psicología, la primera dimensión le permite al futbolista adquirir habilidades psicológicas a través de la implementación de talleres, ejercicios y demás con el objetivo de incorporar mayores recursos internos. Aquí radica la importancia del entrenamiento mental, el cual fue definido por Sánchez Jiménez & León Ariza (2012) como la posibilidad de brindarle al deportista diversas estrategias psicológicas, como forma de poder enfrentarse a las competiciones de una buena manera. Asimismo, la incorporación de este tipo de herramientas, ayudará a poder tomar decisiones más acertadas y realistas sobre sus futuros, priorizando la salud mental por encima de la necesidad económica. En este caso, la promoción de una estrategia como por ejemplo: la visualización, definida por Weinberg & Gould (2010) como la posibilidad de crear o recrear una determinada experiencia en la mente, genera que el adolescente pueda visualizar su trayectoria formativa, donde el factor económico, no sea el elemento que lo condicione al momento de llegar a Primera División. Por lo tanto, esto impulsa a generar creencias adaptativas sobre su futuro y además, lo motiva a disfrutar de la práctica deportiva.

En ese sentido, la Psicología se encarga de incentivar el disfrute del juego como parte normal del proceso juvenil, ayudando a gestionar de una mejor manera las presiones

que acontecen. Por lo cual, aquí radica la importancia en desmontar creencias erróneas vinculadas a que la práctica del fútbol en etapas formativas, debe ser vista como un trabajo. La incorporación de la psicoeducación, sirve para clarificar expectativas desmedidas que poseen muchos futbolistas y que no condicen con la realidad. Además, ayuda a profundizar sobre la importancia de tener un proyecto de vida alternativo, en caso de que la práctica futbolística no llegue a concretarse.

La redefinición de metas a través de valores trascendentes como la autoconfianza y el autoconocimiento, motiva una perspectiva más amplia sobre el futuro del jugador, quién dispondrá de mayor información al momento de la toma de decisiones. Por su parte, el factor emocional influye en la salud integral del adolescente, quién a partir de la influencia de la Psicología, se verá contenido en aquellos momentos donde existan sentimientos de frustración y de impotencia, como pueden ser, lesiones que se dan en el transcurso de la trayectoria, así como también, creencias asociadas a no poder llegar a la élite.

Asimismo, los estancamientos producidos en gran medida por pensamientos limitantes, generan una explosión de emociones, pasando por momentos de ira y enojo que prevalecen en situaciones asociadas a post partidos, no jugar en el equipo titular, problemas de índole familiar, así como también, lo económico como un factor que fomenta presión en el deportista. Según Peris-Delcampo et al., (2023) señalan que la manera de interpretar los pensamientos, es lo que marca la forma de funcionar de las personas y por ende, las emociones que se despliegan en el tránsito de sus trayectorias. Desde este lugar, la Psicología estimula la creación de buenos hábitos mentales sirviendo como un espacio que brinda seguridad, permitiendo transitar mejores estados de ánimo, así como también, poder reflexionar sobre los mismos sin la necesidad de evitarlos.

Generalmente el acompañamiento suele asociarse a momentos de tristeza, dolor y soledad, sin embargo, los procesos psicológicos también deben vincularse a estados de felicidad y estabilidad. Es por eso, que la potenciación de comportamientos que promuevan alegría y disfrute, serán aspectos por los cuales la Psicología debe trabajar en conjunto con el jugador. Además, tendrá relevancia el concepto de auto-aceptación, impulsado por relaciones de confianza y sostenido por emociones positivas (Romero Carrasco et al., 2007). Esto fomentará actitudes adaptativas para aquellos momentos en los cuales, pueda haber inestabilidad emocional. En ese sentido, impulsará al joven a la práctica deportiva, así como también a la realización de actividades fuera del ámbito

futbolístico, como el mantenimiento de vínculos con amigos, estudiar idiomas o realizar tareas que impliquen el desarrollo y crecimiento intelectual de la persona más allá del deporte.

El segundo aspecto por el cual la Psicología incide de manera directa en la salud integral del deportista, es la dimensión social. La misma se encuentra implicada a través de la resolución de conflictos y por sobre todas las cosas en el relacionamiento de manera positiva del joven con su entorno familiar, así como también, con sus compañeros y entrenador de equipo. Desde este lugar, radica la importancia de trabajar a través de una buena comunicación, valores como la empatía, compañerismo y respeto.

La importancia de actuar sobre esta dimensión, radica en incluir al entorno cercano del futbolista sobre las decisiones que este pueda llegar a tomar. A partir de dicho planteo, Sánchez Jiménez & León Ariza (2012) señalan la relevancia que posee la Psicología Deportiva como un elemento que integra y socializa a las personas. Desde este lugar, los autores plantean la necesidad de estudiar los vínculos que rodean y afectan de algún modo al deportista. Asimismo, el entendimiento de los diversos comportamientos que se dan en las relaciones vinculares del jugador con familiares, amigos, compañeros de vestuario, permite comprender algunos aspectos como las presiones internas y externas en la trayectoria deportiva.

Como último punto, se desprende la dimensión física, donde la Psicología Deportiva desempeña un rol importante a través de la fomentación de hábitos saludables vinculados al plano alimenticio, así como también un descanso adecuado, permitiéndole al deportista mejorar el rendimiento no solo a nivel futbolístico, sino en su cotidianidad. A partir de este planteo, el aspecto físico impacta directamente en el componente emocional, donde los efectos nocivos que pueden desencadenar estar al margen del primer equipo a causa de lesiones, generan en muchos casos síntomas como depresión, ansiedad, entre otros.

Tomando en cuenta lo explicitado, se puede observar como las tres dimensiones se encuentran entrelazadas, donde la importancia será el establecimiento de estrategias adecuadas para la potenciación y equilibrio de una salud integral en el adolescente más allá de la práctica deportiva. En este contexto, cabe destacar la relevancia de actuar desde un lugar ético, teniendo como premisa fundamental, el respeto por los tiempos de los procesos internos de los futbolistas, sin traspasar los límites que resultan necesarios para el funcionamiento correcto de la Psicología.

A su vez, la misma tendrá un rol activo, fomentando las capacidades del jugador y respetando las decisiones que este tenga sobre su presente y futuro. La promoción de la equidad como valor trascendente, será una de las claves que impactará de manera positiva en la trayectoria del joven, generando que el factor económico, no se acentúe como el gran condicionante a lo largo de su recorrido.

En definitiva, la Psicología como herramienta de salud integral en la etapa juvenil, tendrá como desafío, incentivar a construir una fortaleza mental que les permita sobrellevar momentos de adversidad y mantener un equilibrio psico-social en función del aprendizaje de aptitudes psicológicas, garantizando un mayor disfrute de la práctica futbolística (Roffé & Bracco, 2003).

## Reflexiones finales

El presente ensayo académico se ha propuesto realizar un recorrido sobre los diversos condicionantes que influyen a lo largo de la trayectoria futbolística juvenil. La recopilación de información ha sido una tarea compleja, debido a que la bibliografía disponible profundiza otras cuestiones vinculadas al fútbol formativo.

Ahora bien, aquí subyacen algunas interrogantes que permiten reflexionar la temática desde un lugar más profundo como lo son: ¿qué sucede cuando la necesidad del joven y la de su familia es tan apremiante y trasciende otros aspectos de la vida?, ¿existe la posibilidad de pensar un futuro alternativo al fútbol cuando las condiciones en algunos casos son de precariedad? Sigue en muchos casos, que el afán por llegar a Primera División, se da en un contexto donde la motivación por jugar a la pelota pasa a un segundo plano, siendo el joven, rehén de cargas y responsabilidades que no le corresponden como por ejemplo: ser el sustento económico de toda una familia. Aquí se depositan las esperanzas, anhelos, presiones y motivaciones de un núcleo familiar, que con expectativas en muchos casos desmedidas, apuestan todo a la creencia de que su hijo puede ser el salvador. Por supuesto, esto no se da en todos los casos, ya que existen situaciones en las que la estabilidad económica de una familia, no depende exclusivamente del logro personal de un futbolista adolescente, sin embargo, el denominador común que prevalece en el ámbito uruguayo, es el del fútbol visualizado como una vía de escape. En ese sentido, la realidad en general suscita que apelar a un plan b como puede ser, estudiar paralelamente al mismo tiempo que se realiza la práctica deportiva, no es algo que todos puedan elegir y para lo que se encuentren preparados.

A su vez, este largo recorrido se da simultáneamente en el tránsito de una etapa compleja como lo es la adolescencia. La misma en palabras de Cassullo (2016) es conceptualizada desde una perspectiva integral, donde se le da relevancia a cambios producidos fundamentalmente en el plano biológico, social y psicológico. Esto se acentúa más, cuando el factor económico incide directamente en otros elementos que se dan en las trayectorias futbolísticas, como lo son, los procesos de socialización, los cuales son necesarios y en palabras de Simkin & Becerra (2013) transcurren a lo largo de toda la vida en el sujeto. Durante las adolescencias, dichos procesos ayudan a construir la identidad del

joven. Según Guamán & Saquipulla (2010) la misma, se da a partir de un contexto social y cultural determinado. En ese sentido, los vínculos generan el sostentimiento afectivo adecuado para que el adolescente pueda sobrellevar diversas situaciones que se le presenten no solo en la trayectoria deportiva, sino también en su cotidianidad.

Siguiendo esta línea, las presiones externas, son uno de los grandes condicionantes que influyen para que el joven se incline por la práctica de fútbol de forma profesional, dónde el posible rédito económico, se encuentra de manera implícita en los discursos de algunos padres. Lo cual invita a preguntarnos, ¿cómo este tipo de condicionantes moldean la personalidad del individuo?. La reproducción en el tiempo de comportamientos que apelan primeramente a una necesidad por encima del bienestar de un individuo, resultan riesgosos para la Salud Mental del mismo, generando un punto de inflexión en otros ámbitos de la vida.

Como es sabido, ninguna persona trabaja para no lograr llevar a cabo sus metas y menos, para frustrarse rápidamente en el proceso. Sin embargo, la frustración es algo natural y debe ser asimilado de la mejor manera posible por el ser humano. No obstante, esta es una característica que fluctúa en el deportista adolescente, dependiendo de los estados de ánimo por los que se vea atravesado y de la fortaleza mental que adquiera en el proceso formativo. Esta dependerá de muchos factores como el apoyo familiar, amigos y de redes de contención que promuevan seguridad en el joven. Ahora bien, ¿alcanza simplemente con el sostén anímico?, o ¿de qué manera se puede trabajar para que el futbolista esté preparado para una posible frustración?. En primer lugar, resulta de vital importancia que los clubes deportivos puedan alinearse e implementar un discurso uniforme, donde la clave sea la formación de personas, antes que futbolistas y en el que el rendimiento por obtener resultados no se transforme en una imposición directa sobre el adolescente. Este tipo de decisiones, fomentarán que el impacto de una posible frustración sea menor. Asimismo, el involucramiento de los diversos organismos vinculados al mundo del fútbol, debe ser una condición necesaria como forma de promover una Salud Mental acorde a las exigencias que requiere un deportista. ¿Cómo?, a través de la implementación de programas similares a Gol al Futuro, los cuales, ayudarán al jugador a depositar la atención en lo académico y a su vez, quitarle presión y expectativas a la práctica futbolística.

Por lo que aquí radica la importancia de la Psicología como herramienta que impulse al futbolista a trabajar primeramente en un proyecto de vida alternativo, como forma

de motivar el crecimiento personal independientemente de la carrera deportiva. Ahora bien, ¿es en el único aspecto en el que debe trabajar?. Desde este lugar, es necesario reflexionar sobre el rol que posee lo psicológico para la sociedad, donde muchas veces, pasan desapercibidas funciones como la potenciación de virtudes en otras áreas de la vida del joven, las cuales, influyen directamente en el desempeño en el campo de juego, así como también, el gestionamiento de emociones, presiones internas/externas, herramientas para el sostenimiento de vínculos y por sobre todas las cosas, la formación del adolescente como persona más allá de la práctica deportiva.

El trabajo debe ser desde una posición de salud integral, donde la relevancia esté asociada a las tres dimensiones descritas anteriormente. Es decir, donde lo psicológico, social y físico se retroalimenten con el fin de promover una figura del deportista más saludable. La motivación de hábitos acordes a la rutina del joven, impulsarán a que este, adquiera mayores recursos internos para sobrellevar diversas situaciones que se le presenten no solamente en el plano del deporte, sino a nivel cotidiano.

Los condicionantes que se han venido detallando a lo largo de la tesis, son algunos de los más importantes e influyentes en la vida de la mayoría de los jóvenes que transitan con anhelo e incertidumbre el camino hacia Primera División. No obstante, considero que todavía se deben hacer cambios profundos a nivel de la sociedad, con el objetivo de modificar pensamientos limitantes que parten de una premisa base como: el fútbol debe ser la salvación de una familia. Particularmente, me parece relevante que no se pierda el disfrute y la alegría por un deporte tan popular como lo es el fútbol. La realidad marca que a medida que transcurren los años, lo económico adquiere un posicionamiento mayor en las cotidianidades y en los entornos de muchos jugadores.

En síntesis, el objetivo de este ensayo no ha sido demostrar conclusiones definitivas, sino que visibilizar cómo algunos de los condicionantes en la etapa formativa, repercuten de diferente manera y a su vez, cómo se gestionan de acuerdo a la singularidad por la que se vea atravesado cada uno de los futbolistas. Este trabajo espera brindar apertura para futuras investigaciones que intenten reflexionar sobre la importancia que debe tener el proceso de disfrute del fútbol en la etapa juvenil por encima del posible rédito económico.

*“Caminante, no hay camino, se hace camino al andar”*

Antonio Machado, *Campos de Castilla* (1912)

## Referencias

- Aguerre, M. (06 de mayo de 2025). De los libros al estadio: el dilema que enfrentan miles de jóvenes uruguayos. *Debate Uruguay*. <https://www.debate.com.uy/actualidad/La-dificil-eleccion-seguir-estudiando-o-apostar-todo-al-futbol-20250327-0068.html>
- Amaya Barreto, L. F., Patiño Guzmán, C. A., & Angulo Rincón, L. (2021). Actitudes de los padres en la formación futbolística de sus hijos. *Revista Académica Internacional de Educación Física*, 1(2), 1–15. <https://revista-acief.com/index.php/articulos/article/view/37>
- Aragón-Arjona, S. (2006). La ansiedad en el deporte. *EFD deportes.com. Revista Digital*, (54). <https://www.efdeportes.com/efd95/ansiedad.htm>
- Ardoino, J. (4 de noviembre de 1997). *La implicación: Noción y concepto* [Discurso principal]. Conferencia impartida en el Centro de Estudios sobre la Universidad (UNAM). <https://de.scribd.com/document/429046350/ardoino-1997-la-implicacion-2012-10-22- 695-pdf>
- Arias Tobón, J. L. (2015). *Sujetos al fútbol, procesos de subjetivación en jóvenes futbolistas en formación*. [Tesis de maestría en Psicología Social, Escuela de Ciencias Sociales, Universidad Pontificia Bolivariana].
- Avilés Sánchez, A. Y. (2021). Baja tolerancia a la frustración desde la terapia racional emotiva conductual. *Revista Ecuatoriana de Psicología*, 4(10), 212–219. <https://doi.org/10.33996/repsi.v4i10.64>
- Cassullo, G. L. (2016). *Ser adolescente en el siglo XXI: aportes a la evaluación psicológica del autocontrol percibido frente al riesgo*. Eudeba.
- Castellano, J., Hernández, A., & Morales, V. (2009). Una propuesta para estimar la cohesión en los equipos de fútbol. *Revista de Psicología General y Aplicada*, 62(1–2), 63–74.
- Castoriadis, C. (1975). *La institución imaginaria de la sociedad* (Trad. por J. Varela & M. Ribas). Tusquets Editores.

Cesana, E. (26 de junio de 2022). Fútbol competitivo: La importancia del enfoque. *Grupo Ekipo*. <https://grupoekipo.com/aulavirtual/2022/06/26/futbol-competitivo-%E2%80%A8la-importancia-del-enfoque/>

Chamorro, J. L., Torregrosa, M., Sánchez-Oliva, D., & Amado, D. (2016). El fútbol dentro del campo y fuera de él: Desafíos en la transición a la élite. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 81–89. <https://archives.rpd-online.com/article/view/v25-n1-lopez-chamorro-torregrosa-etal.html>

Cheng, W. N., Hardy, L. & Markland, D. A. (2009). Hacia una conceptualización tridimensional de la ansiedad ante el rendimiento: justificación y desarrollo inicial de una medida. *Psicología del Deporte y el Ejercicio*, 10(2), 271–278. <https://es.scribd.com/document/560680417/Cheng-2009>

Ciampa, A. C., Gonçalves Leme, C., & Ferreira de Souza, R. (2010). Consideraciones sobre la formación y transformación de la identidad de atletas profesionales de fútbol en Brasil. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 6(1), 27–36. <https://doi.org/10.15332/s1794-9998.2010.0001>

Comisión Nacional para la Protección de Sujetos Humanos de Investigación Biomédica y de Comportamiento. (1980). *Informe Belmont: Principios éticos y directrices para la protección de sujetos humanos de investigación*.

<https://www.paho.org/sites/default/files/2023-10/belmont-informe.pdf>

CONMEBOL. (2019). *Estrategias para selecciones juveniles de Conmebol*. Confederación Sudamericana de Fútbol. <https://cdn.conmebol.com/wp-content/uploads/2020/01/Estrategias-Selecciones-Juve niles-es.pdf>

Cox, R. H. (2009). *Psicología del deporte: Conceptos y aplicaciones* (6.<sup>a</sup> ed.). McGraw-Hill Interamericana de España.

Curutchet, F. (11 de mayo de 2022). *Fernando Curutchet: "Lo más importante es que el futbolista tenga partidos de la máxima exigencia"*. ESPN. <https://www.espn.com.uy/futbol/uruguay/nota/ /id/10357153/fernando-curutchet-nacional-peñarol-maxima-exigencia>

D'Acosta, M. (2007). *Las divisiones juveniles del fútbol uruguayo: un ejemplo de modernización* [Tesis de grado, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República].

Dancuarti, N. (21 de septiembre de 2024). *Presión, sobreexigencia y violencia: pequeños grandes errores de los padres en el fútbol juvenil*. Hoy.  
<https://www.hoy.com.py/especiales/2024/09/21/presion-sobreexigencia-y-violencia-pequenos-grandes-errores-de-los-padres-en-el-futbol-juvenil>

De León Machado, L. (2021). *Fútbol juvenil: trabajo y educación* [Tesis de maestría, Universidad de la República, Facultad de Psicología]. Repositorio Colibrí.  
<https://hdl.handle.net/20.500.12008/32557>

De Marziani, F. (2008). Fútbol infantil: ¿Trabajo o diversión? ¿Esfuerzo o placer?  
 ¿Competencia o juego? ¿Pena o gloria?. *Educación Física y Ciencia*, 10, 29-44.  
<https://www.redalyc.org/pdf/4399/439942652003.pdf>

Díaz-Rico, M. E., & Gutiérrez-Rada, L. V. (2021). Construcción del proyecto de vida de jugadores de fútbol categoría juvenil: Un estudio de caso. *Pensamiento Psicológico*, 19, 1–27. <https://doi.org/10.11144/Javerianacali.PPSI19.cpvi>

Dunn, C. R., Dorsch, T. E., King, M. Q., & Rothlisberger, K. J. (2016). The impact of family financial investment on perceived parent pressure and child enjoyment and commitment in organized youth sport. *Family Relations*, 65(2), 287–299.  
<https://doi.org/10.1111/fare.12193>

Dweck, C. S. (1999). *Self-theories: Their role in motivation, personality, and development*. Psychology Press.

El País. (25 de febrero de 2022). *Se suicidaron cuatro futbolistas, pero el 50 % de los clubes viola norma de la AUF y no tiene psicólogo*. <https://www.elpais.com.uy/que-pasa/se-suicidaron-cuatro-futbolistas-pero-el-50-de-los-clubes-viola-norma-de-la-auf-y-no-tiene-psicologo>

Galeano, E. (1995). *El fútbol a sol y sombra*. Editorial Siglo XXI.

Gil, J. M., Gil, G. J., & Conicet, R. (2021). Exclusión y abandono en una liga de fútbol infantil y juvenil de Argentina. *Journal of Physical Education and Sport*, 21(6), 3288-3297.

Giordano, J. (10 de junio de 2024). *Jorge Giordano: "Tengo claro que en la formación de futbolistas (en Uruguay) tenemos problemas"*. ESPN.

[https://www.espn.com.uy/futbol/mundial/nota/\\_id/15055047/jorge-giordano-gran-torneo-nacional-formacion-uruguay-marcelo-broli-sub-20](https://www.espn.com.uy/futbol/mundial/nota/_id/15055047/jorge-giordano-gran-torneo-nacional-formacion-uruguay-marcelo-broli-sub-20)

González Carballido, L. G. (2002). La tolerancia a las frustraciones en el deportista. *EFD Deportes.com. Revista Digital*, (45). <https://www.efdeportes.com/efd45/stress.htm>

Guamán, T., & Saquipulla, L. (2010). *Importancia del autoconcepto en la elaboración del proyecto de vida del adolescente* [Tesis de licenciatura, Universidad de Cuenca]. Repositorio Institucional Universidad de Cuenca. <https://rest-dspace.ucuenca.edu.ec/server/api/core/bitstreams/dd7286c2-7c8a-4e81-a8bb-f99eec8b3bd8/content>

Gutierrez, G. (20 de febrero de 2021). *Psicología en el fútbol: Expectativas y frustraciones en carreras cortas y con altibajos*. Real academia nacional de medicina de España. <https://www.xn--lamaana-7za.uy/actualidad/psicologia-en-el-futbol-expectativas-y-frustraciones-en-carreras-cortas-y-con-altibajos/>

Lafalla, I. (2015). *La cohesión grupal en un equipo de fútbol adolescente* [Tesis de licenciatura, Universidad del Aconcagua]. Repositorio Digital de Mendoza. <https://es.scribd.com/document/613092490/La-cohesion-grupal-en-un-equipo-de-futbol-adolescente>

Lazarus, R. S., & Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal, and coping*. Springer Publishing.

Leo Marcos, F. M., Sánchez Miguel, P. A., Sánchez Oliva, D., Amado Alonso, D., & García Calvo, T. (2012). Análisis de la incidencia del clima motivacional y la cohesión de equipo sobre el grado de compromiso de jóvenes futbolistas. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 6(16), 5–13. <https://doi.org/10.12800/ccd.v6i16.27>

Lobinger, B. H., Eckardt, V., & Lautenbach, F. (2021). Three perspectives on parental

support in youth soccer: Children, parents, and coaches. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 16(4), 886–899.  
<https://doi.org/10.1177/17479541211011553>

Locatelli, L. (19 de Junio de 2009). *Proceso y Formación de deportistas*. RS Deporte y Salud.  
<https://rsdeporteysalud.blogspot.com/2009/06/proceso-y-formacion-de-deportistas.html>

Machado, A. (1912). *Campos de Castilla*. Madrid: Editorial Renacimiento.  
<https://www.cervantesvirtual.com/obra/campos-de-castilla-9837>

McGlinchey, T. R., Saward, C., Healy, L. C., & Sarkar, M. (2022). From everything to nothing in a split second: Elite youth players' experiences of release from professional football academies. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4, 941482.  
<https://doi.org/10.3389/fspor.2022.94148>

Morales Maureira, S., & Moreno Silva, C. (2018). *El verdadero juego de azar: El camino de los niños para ser futbolista profesional en Chile* [Tesis de grado, Universidad de Chile, Instituto de la Comunicación e Imagen, Escuela de Periodismo].  
<https://repositorio.uchile.cl/bitstream/handle/2250/151710/TESIS-el-verdadero-juego.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

Moreno, J. A., & Martínez, A. (2006). Importancia de la teoría de la autodeterminación en la práctica físico-deportiva: Fundamentos e implicaciones prácticas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 6(2), 39–54. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/113871>

Murzi, D. (2020). El oro y la pasión: Cruces, solapamientos y conflictos entre la dimensión económica y la dimensión deportiva en el proceso formativo de futbolistas en Argentina y en Francia. *Viref Revista de Educación Física*, 9(2), 83-108.  
<https://revistas.udea.edu.co/index.php/viref/article/view/34243>

Murzi, D., Herbella Torres Nieto, J. M., & Sustas, S. E. (2020). Ser futbolista juvenil en Argentina: Orígenes, escolarización, vivienda, sentimientos y expectativas de los deportistas en formación de un club de fútbol profesional. *Dilemas contemporáneos: Educación, Política y Valores*, 8(1), 1-31. <http://dx.doi.org/10.46377/dilemas.v8i1.2465>

Mutual Uruguaya de Futbolistas Profesionales. (2 de marzo de 2019). *Vínculo contractual entre el futbolista profesional y el club*. Mufp.uy. <https://mufp.uy/contratos/vinculo-contractual-entre-el-futbolista-profesional-y-el-club/>

Organización Mundial de la Salud. (s.f.). *Salud del adolescente*.  
<https://www.who.int/es/health-topics/adolescent-health>

Pacheco-Arias, H. D., Heredia-León, D. A., Ávila-Mediavilla, C. M., & Aldas-Arcos, H. G. (2020). Presión psicológica en futbolistas, relación con el apoyo a la autonomía, motivación y compromiso deportivo. *Polo del Conocimiento: revista científico-personal*, 5(11), 64–78. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7659453>

Pallarés, J. (1998). Los agentes psicosociales como moduladores de la motivación en deportistas jóvenes orientados al rendimiento: un modelo causal. *Revista de Psicología del Deporte*, 7(2), 275–281.

Peris-Delcampo, D., Roffé, M., Jodra-Jiménez, P., & García Ucha, F. (Eds.). (2023). *Salud mental y psicología del deporte: Fundamentos prácticos*. Editorial Imaginante.

Pons, J., Viladrich, C., Ramis, Y., & Polman, R. (2018). The mediating role of coping between competitive anxiety and sport commitment in adolescent athletes. *The Spanish Journal of Psychology*, 21. <https://doi.org/10.1017/sjp.2018.8>

Posse, C. (25 de febrero de 2022). *Se suicidaron cuatro futbolistas, pero el 50% de los clubes viola norma de la AUF y no tiene psicólogo*. El País.  
<https://www.elpais.com.uy/que-pasa/se-suicidaron-cuatro-futbolistas-pero-el-50-de-los-clubes-viola-norma-de-la-auf-y-no-tiene-psicologo>

Pulido, J. J., Sánchez-Oliva, D., Sánchez-Miguel, P. A., Amado, D., & García-Calvo, T. (2018). Sport commitment in young soccer players: A self-determination perspective. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 13(1), 68–78.  
<https://doi.org/10.1177/1747954118755443>

Raedike, T. D., & Smith, A. L. (2001). Development and preliminary validation of an athlete burnout measure. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(4), 281–306.

[https://www.researchgate.net/publication/232479391 Development and Preliminary Validation of an Athlete Burnout Measure](https://www.researchgate.net/publication/232479391_Development_and_Preliminary_Validation_of_an_Athlete_Burnout_Measure)

Real Academia Nacional de Medicina. (29 de mayo de 2019). *Síndrome del trabajador quemado, mejor que burnout.* <https://www.ranm.es/2019/05/sindrome-del-trabajador-quemado-mejor-que-burnout>

Reyes Wagner, A. (2022). *Profesionalización temprana: Fracasos y oportunidades del proceso formativo en el fútbol profesional chileno* [Tesis de maestría, Universidad de Chile]. Repositorio Académico Universidad de Chile.  
<https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/199269>

Rodrigues, F., Teixeira, D. S., Monteiro, D., da Silva, J. A., & Cid, L. (2023). Motivation among teenage football players: A longitudinal investigation throughout a competitive season. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 13(9), 1717-1727. <https://doi.org/10.3390/ejihpe13090124>

Roffé, M., & Bracco, M. (2003). Intervención Psicológica con la selección juvenil Argentina sub-16: Características "particulares" de los adolescentes inmersos en la singular dinámica del fútbol de élite. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 3(2), 41–50.  
<https://revistas.um.es/cpd/article/view/112371>

Roffé, M., Giscafré, N., & Fenili, A. (diciembre de 2024). *Los adolescentes que practican deporte y sus padres*. EFD deportes.com. Revista Digital, 10(79).  
<https://efdeportes.com/efd79/padres.htm>

Roffé, M. (2009). *La motivación y las presiones de los padres*.

<https://studylib.es/doc/5889654/la-motivación-y-las-presiones-de-los-padres>

Roffé, M., & Murzi, D. (2020). Emigración, competencia y “salvación”: Las pensiones de futbolistas juveniles en Argentina desde una mirada cuantitativa. *Revista Anual*, 25(26), 4–5.

Romero Carrasco, A. E., Brustad, R. J., & García Mas, A. (2007). Bienestar psicológico y su uso en la psicología del ejercicio, la actividad física y el deporte. *Revista*

*psicodeportes*, 2(2), 31–52.

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions. *Contemporary Educational Psychology*, 25(1), 54–67.

<https://doi.org/10.1006/ceps.1999.1020>

Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227–268.

Sæther, S. A., & Aspvik, N. P. (2016). Norwegian junior football players – Player's perception of stress according to playing time. *Sport Science Review*, 25(1-2), 85–96.

<https://doi.org/10.1515/ssr-2016-0005>

Sánchez Jiménez, A., & León Ariza, H. H. (2012). Psicología de la actividad física y del deporte. *Hallazgos*, 9(18), 189–205.

<https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=413835216011>

Scanlan, T. K., Carpenter, P. J., Schmidt, G. W., Simons, J. P., & Keeler, B. (1993). An introduction to the sport commitment model. *Journal of Sport and Exercise Psychology*, 15(1), 1–15.

Schlossberg, N. K. (1981). A model for analyzing human adaptation to transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2–18.

Secretaría Nacional del Deporte. (s.f.). *Programa “Gol al Futuro”*.

<https://www.gub.uy/secretaria-nacional-deporte/node/227>

Silva, M. (1 de marzo de 2017). *El otro yo: la psicología en el deporte*. El observador.  
<https://www.elobservador.com.uy/nota/el-otro-yo-la-psicologia-en-el-deporte-2017312500>

Simkin, H., & Becerra, G. (2013). El proceso de socialización. Apuntes para su exploración en el campo psicosocial. *Ciencia, Docencia y Tecnología*, 24(47), 117–136.

Stambulova, N. B., & Wylleman, P. (2019). Psychology of athletes' dual careers: A state-of-the-art critical review of the European discourse. *Psychology of Sport and Exercise*, 42, 74–88. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2018.11.013>

Sureda, I. (1998). Autoconcepto y adolescencia. Una línea de intervención psicoeducativa. *Educació i cultura*, 11, 157-170.

Tapia, C. (2 de octubre de 2023). “A la élite del fútbol llega 1,4 cada 1.000 niños”, dice Garay, DT de las inferiores de la selección durante más de 10 años. [Entrevista]. El País. <https://www.elpais.com.uy/informacion/sociedad/a-la-elite-del-futbol-llega-1-4-cada-1-000-ninos-dice-garay-dt-de-las-inferiores-de-la-seleccion-durante-mas-de-10-anos>

Tonato Barreno, D. L., & Flores Hernández, V. F. (2024). La autoestima y su relación con la ansiedad precompetitiva en futbolistas. *Revista Religación*, 9(39), 1-13. <https://doi.org/10.46652/rgn.v9i39.1128>

Torregrosa, M., Sousa, C., Viladrich, C., & Cruz, J. (2007). La influencia de padres y madres en el compromiso deportivo de futbolistas jóvenes. *Revista de Psicología del Deporte*, 16(2), 247–263.

Torregrosa, M., Ramis, Y., Pallarés, S., Azócar, F., & Selva, C. (2015). Olympic athletes back to retirement: A qualitative longitudinal study. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 50–56. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.03.003>

Venanzetti Pereyra, S. (2013.). *Detrás de la pelota. Una mirada acerca de los jóvenes de las divisiones formativas de Danubio Fútbol Club: entre la moratoria social y la carrera de futbolista* [Tesis de grado, Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de la República].

Vique-Bonino, F., Peña-Perg, D., & Torregrossa-Álvarez, M. (2024). Tejiendo redes para la Carrera Dual en Uruguay. *Revista da ALESDE*, 16(2), 30–50. <https://doi.org/10.5380/ra.v16i2.97920>

Vique-Bonino, F., Peña, D., & Torregrossa, M. (2024). *Sports transitions in Latin America:*

*Mapping reviews. Revista da ALESDE, 16(2), 12–29.*

[https://www.researchgate.net/publication/387430702\\_Artigo\\_de\\_Revisão\\_Revista\\_daALESDE\\_Sports\\_transitions\\_in\\_Latin\\_America\\_Mapping\\_Reviews](https://www.researchgate.net/publication/387430702_Artigo_de_Revisão_Revista_daALESDE_Sports_transitions_in_Latin_America_Mapping_Reviews)

Usán Supervía, P., Salavera Bordás, C., Murillo Lorente, V., & Megías Abad, J. J. (2016).

Relación entre motivación, compromiso y autoconcepto en adolescentes: estudio con futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte, 16(1)*, 199–210.

Weinberg, R.S., & Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico* (4.ª ed.). Editorial Médica Panamerica.