

XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2023.

# **Evaluación del entrenamiento mental en la percepción de atletas de rugby en silla de ruedas.**

Guimarães Mira Lopez, Cecilia.

Cita:

Guimarães Mira Lopez, Cecilia (2023). *Evaluación del entrenamiento mental en la percepción de atletas de rugby en silla de ruedas. XV Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología. XXX Jornadas de Investigación. XIX Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. V Encuentro de Investigación de Terapia Ocupacional V Encuentro de Musicoterapia. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-009/658>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/ebes/xAt>

*Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.*

# EVALUACIÓN DEL ENTRENAMIENTO MENTAL EN LA PERCEPCIÓN DE ATLETAS DE RUGBY EN SILLA DE RUEDAS

Guimarães Mira Lopez, Cecilia

Universidade do Estado do Rio de Janeiro - Fundação de Amparo à Pesquisa do Estado do Rio de Janeiro.  
Rio de Janeiro, Brasil.

## RESUMEN

Según Soltero y Mangual (2020) los programas de entrenamiento mental en deportes colectivos deben incluir habilidades psicosociales, como el trabajo en grupo, necesarias para la cohesión y el funcionamiento efectivo del equipo, aunque deben ser evaluados en términos de su efectividad. El objetivo del presente trabajo fue analizar la percepción de los atletas sobre el entrenamiento mental sobre el trabajo en equipo. Se utilizaron técnicas de recolección de datos mediante encuesta con cuestionario aplicado a través de la herramienta Google Forms para que los deportistas evaluaran: “visto el contenido” sí o no; “te ayudó el contenido”, asignando una puntuación de 1 (nada) a 5 (mucho) y la pregunta abierta “qué aprendiste” después de realizado el análisis de contenido. Como resultado, de los once atletas de Rugby en silla de ruedas: todos vieron el contenido; siete asignaron el grado 5 (ayudaron mucho) y cuatro respondieron el grado 4 (ayudaron). Sobre lo aprendido resaltan: “que el equipo siempre tiene que apoyarse”, “cuando alguien se equivoca, presionar más no es constructivo”, “Lo ideal es motivarlos para que sigan y vuelva a intentarlo”. En conclusión, se destaca la importancia del espacio de comunicación y reflexión para que el atleta se autoevalúe, evalúe al equipo y a los profesionales involucrados en el entrenamiento deportivo.

## Palabras clave

Entrenamiento mental - Psicología en el deporte - Deporte paraolímpico - Evaluación del atleta

## ABSTRACT

### EVALUATION OF MENTAL TRAINING IN THE PERCEPTION OF WHEELCHAIR RUGBY ATHLETES

According to Soltero and Mangual (2020), mental training programs in team sports must include psychosocial skills, such as group work, necessary for team cohesion and effective functioning, although they must be evaluated in terms of their effectiveness. The objective of this work was to analyze the athletes' perception of mental training on teamwork. Data collection techniques were used through a survey with a questionnaire applied through the Google Forms tool for the athletes to evaluate: “seen the content” yes or no; “the content helped you”, assigning a score from 1 (not at all) to 5 (a lot) and the open question “what did you learn” after carrying out the content analysis. As a result,

of the eleven wheelchair rugby athletes: all viewed the content; seven assigned grade 5 (helped a lot) and four answered grade 4 (helped). Regarding what they have learned, they highlight: “the team always has to support each other”, “when someone makes a mistake, pressing more is not constructive”, “The ideal is to motivate them to continue and try again”. In conclusion, the importance of the space for communication and reflection is highlighted so that the athlete can self-evaluate, evaluate the team and the professionals involved in sports training.

## Keywords

Mental training - Sports psychology - Paralympic sports - Evaluation of the athlete

## BIBLIOGRAFÍA

Soltero, F.J.A., Mangual, C.E.R. (2020). Entrenamiento mental para el rendimiento deportivo. In Soltero, F.J.A & Cruz, J.M. (Eds.), *Introducción a la psicología del deporte y la actividad física* (Vol.1 pp. 167-184). Gaviota.