

XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2007.

# Estudio psicológico de atletas del maratón de los andes.

Alonso, Horacio Jorge, D'egidio, Adriana Isabel y Domínguez, Daniel Alberto.

Cita:

Alonso, Horacio Jorge, D'egidio, Adriana Isabel y Domínguez, Daniel Alberto (2007). *Estudio psicológico de atletas del maratón de los andes. XIV Jornadas de Investigación y Tercer Encuentro de Investigadores en Psicología del Mercosur. Facultad de Psicología - Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-073/4>

ARK: <https://n2t.net/ark:/13683/e8Ps/bTz>

*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>.*

# ESTUDIO PSICOLÓGICO DE ATLETAS DEL MARATÓN DE LOS ANDES

Alonso, Horacio Jorge; D'egidio, Adriana Isabel; Domínguez, Daniel Alberto  
Facultad de Psicología, Universidad Nacional de La Plata; Facultad de Humanidades, UCALP, IMA. Argentina

---

## RESUMEN

Se trata de un estudio mediante el cual preparamos y acompañamos a un grupo de atletas en el Maratón de Los Andes en febrero del 2007, encontramos leves variaciones en los niveles de ansiedad estado, alta valoración de la "estimulación" y el "hedonismo" y sobrevaloración de la "seguridad". El grupo tenía una tendencia general a la retracción. Cualitativamente entendemos que la prueba, bajo las condiciones de cuidado brindadas, fue, para todos ellos, una experiencia vivencial única.

### Palabras clave

Atletas Maratón Altitud Talentos

## ABSTRACT

PSYCHOLOGICAL STUDY TO ATHLETES FOR THE LOS ANDES MARATHON

In this study we prepared a group of athletes and went with there to "Los Andes Marathon" in February 2007. We found lights variations in "state anxiety", high valuations for "stimulation" and "hedonism" and over valuation for "security". In general, the group tended to psychological retraction. We observed qualitatively that the race was, under care conditions offered, a unique vivid experience to the athletes.

### Key words

Athletes Marathon Altitude Talents

## INTRODUCCIÓN

Continuando con el Programa Interdisciplinario de Factores Humanos que venimos desarrollando y habiendo ya estudiado población de Pilotos de Vuelos Aerocomerciales, Técnicos Aeronáuticos, Pasajeros con Fobia a Volar, y Médicos Aeroevacuadores. Hemos focalizado ahora nuestro interés, en el Estudio Médico - Psicológico del Equipo 3C Team. Atletas Maratonistas de Postas de Alta Montaña que corren bajo Condiciones Medioambientales Extremas. A los fines de Evaluar Preventivamente su Salud y Handicap Psicofísico, como así también efectuar la Selección Psicológica por Competencias que facilitara la difícil tarea de asignar las 12 etapas que debieron cubrir para correr el Cruce de Los Andes en la XVI Competencia Internacional los días 2, 3 y 4 de febrero del corriente, uniendo las ciudades: La Serena (de Chile) con San Juan (Argentina).

## MARCO TEÓRICO

Todas las evaluaciones responden a la medición de características en personas no pacientes psicológicos por entender que la actividad atlética en general y el maratón de mención en particular son circunstancias o eventos que no requieren una regulación (baremos) desde los trastornos. En el grupo control se tomaron personas en un contexto similar, en el sentido etareo en condiciones motivacionales de mejoramiento de la calidad de vida dentro del mismo ámbito socio cultural con el fin de minimizar los sesgos propios de las estandarizaciones extrañas a nuestro contexto (Lunazzi 2006, páginas 23 y sgs.). La intervención psicológica con equipos que realizan competencias en condiciones climáticas y geográficas extremas por otra parte, conlleva tanto la perspectiva del diagnóstico diferencial como el mantenimiento de las motivaciones y la estimulación para la acción por lo que toda la actividad propuesta fue dirigida al cuidado de los atletas para que, bajo las condiciones (productos) mencionadas, logran los resultados deseados (Samaja 2004, páginas 47 y sgs.).

## DEFINICIONES CONCEPTUALES

**Angustia:** estado afectivo de carácter displacentero, acompañado de diversas sensaciones corporales (principalmente sistema respiratorio y cardíaco. En su base existe un incremento de excitación, que por un lado da lugar al displacer, y por otro éste es morigerado por acciones de descarga, acompañado de tristeza.

El miedo tiene una cierta función adaptativa previniendo al sujeto del peligro que corre su integridad. La Angustia en cambio desorganiza la personalidad porque el Yo no sabe de quien defenderse. Es la suma de los miedos actuales y pretéritos no resueltos, la ansiedad consciente o inconsciente y el distress bajo tensión y/o en altura.

**Motivación:** implica una fuerza capaz de orientar pulsiones y de inducir comportamientos específicos. Las conductas motivadas son selectivas, activas y persistentes. Esta fuerza o empuje no puede ser sino compleja y conflictiva, movilizándolo al sujeto a hacer de una actividad riesgosa su profesión, hobby o acción, debiéndosela entender en sus tres niveles: consciente, preconscious e inconsciente (Leimann Patt Hugo, 1989).

**Talento:** (lat. talentum) capacidad de entender para el desempeño o ejercicio de una ocupación.

## METODOLOGÍA

La naturaleza metodológica del presente estudio es de tipo exploratorio.

Su naturaleza temporal es de tipo diacrónico-sincrónico (transversal y longitudinal) ya que abarca diferentes cortes a lo largo de un período de tiempo específico pre-maratón, durante la misma y luego de su finalización.

### Muestra y Universo

El número total de personas es de n: 120.

Respecto del grupo principal, está integrado por 15 atletas, forman parte de un equipo (3 CTeam) con el objetivo de correr el Maratón de los Andes. (Su distribución es de 12 titulares y 3 suplentes).

Los datos son comparados con una muestra de 105 personas, integrada por profesionales universitarios (50, distribuidos de la siguiente forma, 8 médicos, 15 psicólogos, 6 abogados, 2 periodistas y 19 docentes universitarios), Personal aeronáutico (55 conformado por 40 pilotos y 15 técnicos aeronáuticos).

### Diseño:

Se decidió adoptar un dispositivo científico, enmarcado en el Diseño de Investigación - Acción: "estudio de campo" que permite Explorar y precisar hipótesis de trabajo, al tiempo que posibilita la Intervención exitosa tanto para con el Equipo en su totalidad, como para con los Atletas individualmente.

Además se seleccionó una Batería de Tests Informatizados Específicos, a ser administrados por los Profesionales Psicólogos "en" Cámara Hipobárica del I.M.A.- Quilmes (bajo monitoreo Médico permanente). También, se estipuló un cronograma para efectuar Entrevistas Psicológicas Individuales y Pruebas complementarias a los 12 Maratonistas y 3 corredores suplentes "fuera de" Cámara Hipobárica, en condiciones normales y durante la competencia bajo las rigurosas condiciones imperantes (también con monitoreo médico permanente).

**Entrevista por competencias:** Se evaluaron las capacidades que poseen los atletas determinando si sus desempeños se ajustaban a la etapa asignada por el equipo.

**Competencias:** indicador conductual frente a incidentes críticos. En el trabajo en equipo, debía apreciarse, por ejemplo, habilidad en la comunicación, tolerancia a la presión y Orientación al logro.

### Otras variables que se tuvieron en cuenta:

Deporte competitivo, Motivación, Ansiedad, Relajación, Metas, Atención.

**Objetivos:** Maximización del rendimiento deportivo.

Desarrollar habilidades competitivas.

Lograr que cada deportista y el equipo 3C Team desarrollen habilidades psicológicas (competencias) para que cumplan su Fin fundamental: "llegar".

En la Selección se elaboró el perfil por Competencias y diferenció lo que un atleta dice que hizo y lo que hizo realmente tanto durante el entrenamiento como en el maratón.

**Competencias Personales:** adaptabilidad, confianza, aprendizaje, creatividad, iniciativa, integridad, tolerancia al estrés, tenacidad.

**Competencias Interpersonales:** coaching, comunicación, colaboración, trabajo en equipo.

**Competencias sobre liderazgo:** impacto e influencia, presentación, persuasión, delegación.

**Competencia sobre negociación:** orientación al logro, perspectiva integradora, negociación.

**Competencia sobre proceso de decisión:** planificación, organización, visión, decisión.

### Incidentes críticos contemplados

#### Beneficios para el equipo

Para evaluar el desempeño y promover el desarrollo de los atletas de acuerdo a sus objetivos estratégicos (cultura e historia del equipo).

Para seleccionar, elegir las personas más adecuadas en cada etapa.

#### Beneficios para los atletas

Favorece el conocimiento de sus fortalezas y debilidades (aspectos que fueron trabajados). Mejoras en el conocimiento de sí, la autoimagen y la relación Puesto/Etapa.

### Técnicas de Recolección de Datos

Se midieron los valores con la Escala de Valores de S. Schwartz. Los niveles de ansiedad (estado - rasgo) mediante el STAI de Spielberger.

Se complementaron los estudios de rasgos de personalidad mediante el "Z" test de Hans Zülliger y el BG en su versión Hutt.

La dinámica grupal y las actitudes CRM mediante la Escala de Actitudes CRM

## RESULTADOS CUANTITATIVOS

La ansiedad rasgo, con ser ligeramente inferior a los promedios de las muestras, como era esperable se mantuvo estable, en tanto que la ansiedad estado se vio ligeramente aumentada durante el maratón en relación a la administración en Cámara Hipobárica (un 1,68 más que los aproxima al límite entre el eustress y el distress). Hecho esperable si se considera el entorno anímico de cualquier competencia.

La evaluación general del grupo, realizada tanto mediante las entrevistas cuanto a través del Z test y el BG en una interpretación dinámica, daba por resultado tendencias a la retracción pero no ausencia de compromiso, en palabras de algunos de ellos trataban de mantener un "perfil bajo".

En valores llama la atención la importancia asignada a la Estimulación (5,00 contra 2,98 del grupo control lo que equivale a un 28,9% más), aunque se comprende que fuera clave en relación con el incentivo de la motivación para la acción de correr. También está sobrevalorado el hedonismo (4,81 contra 3,92 de la muestra, es el 12,7% más) y la Seguridad (5,18 contra 4,64, que equivale a un 7,7% más), aspecto vinculable al riesgo durante el maratón.

## RESULTADOS CUALITATIVOS

El acompañamiento psicológico y médico que desde nuestra perspectiva era solamente una instancia de cuidado e investigación, parece haber resultado decisivo en el sentido de los estímulos esperados por los atletas, en los momentos cruciales de la competencia, potenció el compromiso de cada uno y definió la responsabilidad cuando el medio inhóspito, el cansancio y la desazón oscurecían perspectivas. En las entrevistas pudimos detectar que estos hechos no fueron solamente el resultado de una actitud profesional de médicos y la psicóloga acompañantes, sino devino sobre todo de la disposición y el vínculo establecido.

## IMPLICANCIAS

La situación de tensión generada por el maratón y el riesgo no excedieron los límites del eustress ni aún en la situación misma de la competencia.

Al menos este grupo de atletas, proyectó en el equipo de apoyo sus necesidades de estímulo y seguridad completando con éxito las difíciles etapas.

## BIBLIOGRAFÍA

ALONSO, Horacio J.; CIANCIO, Vicente R.; DOMINGUEZ, Daniel A.; GALEANO, Patricia S. Pedro. Equipo de investigación: Adamo Analía, Bicchino Julieta, Chinelli Mariela, Chillemi Ivana, D'Egidio Adriana. Poster: "Abordaje Interdisciplinario con fisio-tecnología de la Fobia a Volar en Avión para T.C.Ps. y Pasajeros". Para Salud Mental y Calidad de Vida en el Trabajo. Actas de III Jornadas Universitarias de Psicología del Trabajo, la Ética en la Praxis del Psicólogo Laboral, Facultad de Psicología de Buenos Aires, 22 y 23 de septiembre de 2006.

ALONSO, Horacio Jorge; DOMINGUEZ, Daniel A.; CIANCIO, Vicente R.: "Capacitación de Personal y Cultura, su Especificidad en el Medio Aeronáutico", en colaboración XI Jornadas de Investigación, Psicología, Sociedad y Cultura, organizadas por la Universidad de Buenos Aires, 29 y 30 de Julio de 2004, "Memorias", tomo 1, pgs. 119 a 121.

ALONSO Horacio Jorge, OJCIUS, Joaquín; CIANIO, Vicente y DOMINGUEZ, Daniel A.: "Cultura Organizacional, Interacción Complementaria entre Médicos Aeroevacuadores y Pilotos", XII JORNADAS DE INVESTIGACIÓN DE LA FACULTAD DE PSICOLOGÍA, UBA PRIMER ENCUENTRO DE INVESTIGADORES EN PSICOLOGÍA DEL MERCOSUR: "AVANCES, NUEVOS DESARROLLOS E INTEGRACIÓN REGIONAL": 4, 5 y 6 de agosto de 2005 - Ciudad de Buenos Aires - Actas.

LEIMANN PATT, Hugo: "Síndrome de Desadaptación Secundaria al Vuelo", SIPA, 1991

LUNAZZI, Helena y cols.: "El Rorschach en Sujetos no pacientes, Tablas Normativas", Editorial Psimática, Madrid, España, mayo de 2006.

SAMAJA, Juan: "Proceso, Diseño y Proyecto en Investigación Científica", JVE Ediciones, Buenos Aires 2004.