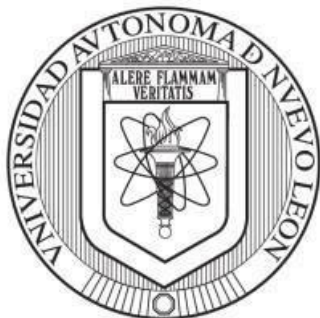


**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN**  
**FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA**  
**FACULTAD DE PSICOLOGÍA**



**PERCEPCIÓN DE FUTBOLISTAS PROFESIONALES DEL  
EFECTO DEL FEEDBACK DE REDES SOCIALES SOBRE EL  
RENDIMIENTO DEPORTIVO.**

**POR:**

**JONATHAN ALEXIS POWELL GALAVIZ**

**PRODUCTO INTEGRADOR:**

**TESINA**

**COMO REQUISITO PARA OBTENER EL GRADO DE  
MESTRÍA EN PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

**NUEVO LEÓN, ENERO 2024**

**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE NUEVO LEÓN  
FACULTAD DE ORGANIZACIÓN DEPORTIVA  
FACULTAD DE PSICOLOGÍA  
POSGRADO CONJUNTO FOD-FAPSI**

Los miembros del Comité de Titulación de la Maestría en Psicología del Deporte integrado por la Facultad de Organización Deportiva y la Facultad de Psicología, recomendamos que el Producto Integrador en modalidad de Tesina práctica titulado/a “Percepción de futbolistas profesionales del efecto del *feedback* de redes sociales sobre el rendimiento deportivo” realizado por el Lic. Jonathan Alexis Powell Galaviz, sea aceptado para su defensa como oposición al grado de Maestro en Psicología del Deporte.

**COMITÉ DE TITULACIÓN**



---

**Dra. Abril Cantú Berrueto**  
Facultad de Organización Deportiva  
Asesor Principal



---

**Dr. Francisco Javier Mendoza Farías**  
Facultad de Organización Deportiva  
Co-asesor



---

**Dr. Luis Tomás Ródenas Cuenca**  
Facultad de Organización Deportiva  
Co-asesor

**Jorge Isabel Zamarripa Rivera**  
Firmado digitalmente  
por Jorge Isabel  
Zamarripa Rivera  
Fecha: 2024.01.26  
12:26:21 -06'00'

---

**Dr. Jorge I. Zamarripa Rivera**  
Subdirección de Posgrado e Investigación  
Facultad de Organización Deportiva

## **AGRADECIMIENTOS**

No podría estar más de acuerdo con las palabras del ex presidente uruguayo José Mujica para tratar de expresar mi, tal vez cerrada, percepción de la vida: “No hay ningún arco del triunfo, ni ninguna meta a la cual llegamos, ni somos tan importantes ni tan trascendentes, pasan los años y no queda ni polvo. Lo más hermoso es la aventura de la vida. Es un lapso de tiempo y hay que tratar de vivirlo con la mayor intensidad, sabiendo que se va, y punto”.

Por eso aprovecho este apartado para agradecer, primeramente, a CONAHCYT, por el apoyo brindado que fue parte fundamental para el inicio, desarrollo y consecución de esta meta. Por otro lado, este éxito se debe en gran medida al apoyo brindado por la Dra. Abril Cantú Berrueto, asesora principal de mi Producto Integrador, y a la colaboración del Dr. Francisco Javier Mendoza y el Dr. Luis Tomás Ródenas Cuenca, quienes fungieron como segundo y tercer asesor, respectivamente. Les estoy profundamente agradecido.

Por último y no menos importante, quiero agradecer a la Facultad de Organización Deportiva de la UANL, a los docentes que formaron parte importante en mi formación, a mi familia que siempre me brindó su apoyo incondicional, y al resto de personas que compartieron conmigo esta aventura a lo largo de dos años.

## **DEDICATORIA**

A mi madre, Laura, que es la persona más importante en mi vida, de quien siempre he recibido apoyo y amor incondicional, y quien siempre ha estado conmigo, en mis derrotas y en mis triunfos. Cada victoria, cada éxito, cada meta alcanzada, no sería posible sin ella. Espero algún día poder devolverle al menos un poco de lo muchísimo que me ha dado.

A mi tío, César, quien ha estado siempre presente para ser el apoyo incondicional de mi madre, y quien es y ha sido fundamental para poder estar donde estoy ahorita, y para poder ser quien soy. Él y su familia se han convertido en parte de la mía y les estoy y estaré agradecido el resto de mi vida.

A mi hermana, Brenda, y a su esposo, René, quienes me abrieron las puertas de su hogar para que pudiera iniciar el camino a la consecución de esta meta. Por brindarme apoyo y hacer mucho más sencilla mi transición a una ciudad y a un entorno completamente ajeno. Por el tiempo de calidad y hacerme sentir parte de su familia.

A mi yo del pasado, que sólo él sabe lo difícil que fue estar lejos de su familia, de sus amigos, de su hogar, y todos los sacrificios que tuvo que hacer para poder llegar hasta aquí. Y a mi yo del futuro, que espero que siga siendo igual de ambicioso, que sea más seguro de él y de sus capacidades, y que siga defendiendo sus ideales y sea fiel a sus convicciones.

## FICHA DESCRIPTIVA

Universidad Autónoma de Nuevo León

Facultad de Organización Deportiva

Facultad de Psicología

Posgrado Conjunto FOD-FaPsi

Fecha de graduación: enero 2024

Jonathan Alexis Powell Galaviz

**Título del producto integrador:** Percepción de futbolistas profesionales del efecto del *feedback* de redes sociales sobre el rendimiento deportivo.

**Número de páginas:** 55

Candidato para obtener el Grado de Maestría en Psicología del Deporte

### **Resumen de la tesina práctica (máximo 250 palabras):**

El uso de redes sociales se ha convertido en parte de la rutina de las personas y se ha demostrado que el uso excesivo de estas tiene un impacto en el bienestar. Los deportistas profesionales, se han convertido en figuras públicas, y en su mayoría, reciben un *feedback* constante sobre su rendimiento, logrando impactar de manera positiva o negativa en los aspectos psicológicos y por ende en el rendimiento futuro. Tomando en cuenta el incremento exponencial del fútbol femenino en México que ha habido en los últimos 6 años desde la creación de la Liga Mx Femenil, lógicamente el *feedback* recibido ha ido incrementando, tanto positivamente como negativamente. El objetivo de la presente investigación es conocer la percepción de las futbolistas profesionales sobre el grado de afectación derivado a partir del *Feedback* (positivo o negativo), mostrado por el público general en las principales redes sociales, sobre su rendimiento deportivo, mediante una entrevista semi estructurada, validada por expertos. Los resultados muestran coincidencias en el discurso de las futbolistas entrevistadas sobre su percepción del *feedback* de redes sociales y el grado de afectación que este puede tener en su rendimiento deportivo. Por otro lado, los resultados muestran otras situaciones imprevistas descritas por las futbolistas profesionales que permiten concluir que el *feedback* de las principales redes sociales sí logra impactar, de forma directa o indirecta, en su rendimiento deportivo.

**Palabras claves:** Liga Mx, Femenil, Fútbol, retroalimentación.

**Firma del asesor principal:**



## ÍNDICE

<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>3</b>
Objetivo general.....	5
Objetivos específicos .....	6
<b>MARCO TEÓRICO</b> .....	<b>7</b>
Redes Sociales.....	7
Rendimiento deportivo.....	8
Feedback .....	9
<b>METODOLOGÍA</b> .....	<b>11</b>
Diseño .....	11
Población .....	11
Muestra .....	11
Criterios de inclusión .....	11
Criterios de exclusión.....	11
Criterios de eliminación .....	12
Instrumentos.....	12
Procedimiento .....	12
<b>RESULTADOS Y DISCUSIÓN</b> .....	<b>15</b>
Principales redes sociales utilizadas.....	15
Percepción general del posible efecto del <i>feedback</i> .....	16
Crítica del público en redes sociales .....	19
Estrategias de afrontamiento .....	21
Herramientas de otros futbolistas.....	22
Rol de cuerpos técnicos.....	23
Comentarios en redes sociales .....	26
<b>CONCLUSIONES</b> .....	<b>30</b>
Limitaciones.....	28
Futuras líneas de investigación .....	28
<b>REFERENCIAS</b> .....	<b>33</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>38</b>
Formato guía de entrevista cualitativa sobre la percepción del efecto del feedback de redes sociales en el rendimiento deportivo de futbolistas profesionales.....	38
Entrevista 1 .....	41
Entrevista 2 .....	46
Entrevista 3 .....	50
Entrevista 4 .....	54
Entrevista 5 .....	59
<b>ACTIVIDADES DE RETRIBUCIÓN SOCIAL</b> .....	<b>63</b>

## INTRODUCCIÓN

Actualmente, han pasado seis años desde la creación de la Liga MX Femenil. Seis años en los que ha habido muchos cambios, tanto estructurales, desde el mismo reglamento, como en el dinamismo mostrado en competición, que torneo con torneo se mantiene en constante evolución, y significa un mejor espectáculo mostrado por los equipos femeniles. Cabe mencionar que es el primer torneo oficial organizado por Federación Mexicana de Fútbol (FMF) en el que mujeres futbolistas son las protagonistas de este (Olympics, 2023).

A pesar de que actualmente, la Liga Mx Femenil está compuesta por 18 equipos, sólo 4 equipos han logrado hacerse con el campeonato: Tigres con cuatro campeonatos y América, Rayadas y Chivas, con dos campeonatos respectivamente (Olympics, 2023).

Esto demuestra la gran brecha existente entre estos 4 equipos, que regularmente dominan la liga, y el resto de los equipos. A pesar de que estén permitidas las contrataciones de jugadoras extranjeras, son más los equipos que deciden no hacer grandes incorporaciones cada ventana de transferencias.

No obstante, en las principales redes sociales se puede observar que, independientemente de la situación de cada equipo o de su popularidad, todos los equipos femeniles reciben constante *feedback* acerca de su rendimiento.

Un caso específico es el de la jugadora del Cruz Azul, Nailea Vidrio, quien el presente año vivió una situación en la que se vio involucrada en una “discusión” con un aficionado que hizo referencia a la gran importancia que le daba a su vida en redes sociales: “Ahora haz storytime de cómo lograste triunfar en La Liga Mx Femenil en vez de en tiktok, espera, todavía no lo logras” (Soy futbol, 2023).

Sin embargo, esto no es un tema que solamente se vea reflejado en México, en España, la jugadora Laia Codina, el presente año, recibió críticas sobre su rendimiento en el Barcelona, al grado de eliminar sus redes sociales “me aparté un poco de las redes porque sufres” (Futbolera, 2023).

Además, hablando del contexto del fútbol mexicano femenino, los registros de asistencias

a los estados se han visto afectados últimamente, yendo a la baja, según lo mencionado en el sitio deportivo “Medio Tiempo”. En este sitio se menciona: “El nivel ha subido, el espectáculo se ha incrementado, la competitividad ha ascendido... pero la asistencia, que en su momento mejoró, ahora ha bajado” (Medio Tiempo, 2022).

Sin embargo, aunque no se ha encontrado evidencia sobre investigación en México que refleje que el uso de las redes sociales afecta directamente en el rendimiento deportivo, actualmente hay investigaciones que señalan que el uso excesivo de las redes sociales y las tecnologías en general, propician algunas situaciones que pueden afectar en la vida cotidiana de la población en general. Específicamente, en el contexto del deporte, el uso excesivo de redes sociales, pueden propiciar la manifestación de algunas variables que influyen directamente en el rendimiento deportivo.

La “adicción” a las tecnologías que existe actualmente es un hecho innegable, sin embargo, si tratamos de regresar en el tiempo para conocer desde hace cuánto existe esta necesidad, o para identificar el inicio de esta, nos daremos cuenta de que las redes sociales han tenido un crecimiento exponencial en la última década (García del Castillo, 2013). Entonces, podemos afirmar que hace apenas 10 años, aproximadamente, comenzó a crecer la necesidad de pasar la mayor parte del tiempo posible en redes sociales.

Esta adicción ha sido tan importante en algunos países como China, Corea del sur, Reino Unido, y Estados Unidos, que han visto la posibilidad de crear numerosas clínicas dedicadas al tratamiento de adicciones al Internet (Bhargava y Velasquez, 2020)

De esta situación pueden derivarse problemas en la población en general, como el síndrome Fear Of Missing Out (FOMO; por sus siglas en inglés), una necesidad o compulsión por entrar a redes sociales, que puede derivar en interferencias con la vida cotidiana y el cumplimiento de obligaciones, problemas emocionales, etc. (García del Castillo, 2013).

Por otro lado, existe una gran variedad de investigaciones que concluyen que las variables psicológicas como la autoconfianza, la motivación, la atención y la concentración, etc. influyen directamente en el rendimiento deportivo (Gimeno et al., 2007; Omlédilla et al., 2018; Navarrón et al., 2017).



Teniendo en cuenta que por sí solo el uso excesivo de tecnologías, más específicamente, de redes sociales, puede dar pie a situaciones que afecten emocionalmente a la población en general, podemos deducir que, aunado a esto, los futbolistas profesionales, se han convertido en figuras públicas, y en su mayoría, reciben un *feedback* constante sobre su rendimiento, logrando impactar de manera positiva o negativa en los aspectos psicológicos y por ende en el rendimiento futuro.

Es por esto, que el presente trabajo de investigación tiene como objetivo conocer la percepción de los futbolistas profesionales sobre el grado de afectación derivado a partir del *Feedback* (positivo o negativo), mostrado por el público general en las principales redes sociales, sobre su rendimiento deportivo.

Con base en esto, se busca responder las siguientes preguntas de investigación:

1. ¿Cómo perciben el *feedback* de redes sociales, los futbolistas profesionales?
2. ¿Hay algún efecto sobre el rendimiento deportivo de futbolistas profesionales derivado de su percepción sobre el *feedback* de redes sociales?
3. ¿Qué estrategias o con qué herramientas cuentan actualmente para lidiar con este tipo de situaciones?

Se espera encontrar en los resultados que las futbolistas profesionales perciban que el *feedback* de redes sociales sí llega a propiciar un efecto sobre su rendimiento deportivo, sobretodo de forma negativa, además, que existan respuestas coincidentes con base en su percepción general sobre el *feedback*, y que con el paso del tiempo y las experiencias vividas en el ámbito deportivo, hayan desarrollado estrategias personales para lidiar con ese tipo de situaciones, independientemente de tener el apoyo pertinente de sus respectivos equipos deportivos.

### **Objetivo general**

El objetivo de la presente investigación es conocer la percepción de los futbolistas profesionales sobre el grado de afectación derivado a partir del *Feedback* (positivo o negativo), mostrado por el público general en las principales redes sociales, sobre su rendimiento deportivo.

## Objetivos específicos

- Conocer si los futbolistas profesionales han experimentado de primera mano el fenómeno de estudio.
- Identificar las estrategias, herramientas y/o medios con los que cuentan los atletas profesionales para poder manejar adecuadamente el *feedback* proveniente de las principales redes sociales.
- Conocer la percepción de los futbolistas profesionales sobre el rol de cuerpos técnicos y/o directivas, en el fenómeno de estudio.

## MARCO TEÓRICO

### Redes Sociales

Tomando de referencia la definición de Boyd y Ellison (2008), los servicios de redes sociales (SRS) son comunidades virtuales en las que las personas pueden crear su propio perfil con todo tipo de información personal e interactuar con los perfiles de sus amigos en la vida real, así como conocer a nuevas personas con las que compartan algún interés.

Los SRS, han tenido un crecimiento exponencial en la última década debido a la facilidad y al alcance en el que se encuentran. Según datos de *The Competitive Intelligence Unit* (2023), durante el primer trimestre de 2023, en México operaban 139.1 millones de líneas móviles, de las cuales 93.5% corresponden a smartphones (2021). Es decir, existen alrededor de 123.8 millones de smartphones entre la población en México (El Economista, 2022).

Según el sitio web Statista (2023), en enero de 2022, los SRS con mayor porcentaje de usuarios en México, sin contar los de mensajería instantánea, fueron Facebook con 93%, Instagram con 79%, Tik Tok con 70% y Twitter/X con 56%. Aunado a esto, y de acuerdo con datos estadísticos, se encontró que la población en dicho país pasa al menos 3 horas al día en redes sociales antes mencionadas (Regeneración, 2022).

El uso de redes sociales tiene un impacto en las personas, en un estudio realizado por Valerio y Serna (2018), se observó una correlación inversa significativa entre las horas empleadas en Facebook y el bienestar psicológico total, El cual se define como una forma subjetiva de felicidad, y su forma individual de evaluar su vida, la cual ve reflejada en el grado de satisfacción con la vida, la ausencia de depresión y la experiencia de emociones positivas. De acuerdo con su estudio, los niveles de bienestar psicológico subjetivo y bienestar psicológico material disminuyen a medida que aumenta el tiempo utilizado para navegar en Facebook.

Teniendo en cuenta lo anterior, es factible deducir que, si los futbolistas profesionales mexicanos pasan mucho tiempo utilizando sus redes sociales, entonces su Bienestar Psicológico, tanto subjetivo como material, se verán afectados en gran medida. Y si, aunado a eso, tenemos en cuenta que por ser figuras públicas reciben un *feedback* constante sobre su rendimiento deportivo,

además de su vida privada, el efecto hipotético (positivo o negativo) en aspectos psicológicos será mucho mayor y, por ende, podrán verse reflejados en su rendimiento futuro.

### **Rendimiento deportivo.**

En el contexto de la actividad física y el deporte, especialmente para los atletas y deportistas de competición o alto nivel, uno de los objetivos fundamentales es el incremento del rendimiento deportivo (Gooding & Gardner, 2009; en Mañas et al., 2014). Hablar de rendimiento deportivo (RD) se ha vuelto un tema complejo dentro del ámbito de la psicología del deporte. Hay diversos autores que concuerdan en que la dificultad para conceptualizar el RD radica en lo complejo de definir los factores que intervienen en él.

El rendimiento óptimo se ha descrito como “la correcta combinación de las condiciones cognitivas, afectivas y fisiológicas que permiten adecuadamente que las habilidades aprendidas ocurran de una manera aparentemente sin esfuerzo y automática” (Gardner y Moore, 2007, p. 4; en Mañas et al., 2014)

Según Pacheco en 2015, el RD es el resultado de una acción producto del aprovechamiento máximo de una ejecución. Sin embargo, Cirami y Ursino (2016), señalan que es importante tomar en cuenta el contexto, la situación, el jugador y la disciplina deportiva de la que se está hablando. Aunado a esto, toman en cuenta el modelo de Pacheco(2015) donde señala que el aspecto físico, técnico y táctico representan el 50% del rendimiento deportivo, mientras el otro 50% está representado por los aspectos psicológicos.

Connor y Davidson (2003) definen la resiliencia como la habilidad personal que permite a un individuo un funcionamiento saludable o la adaptación a un contexto adverso o a un acontecimiento disruptivo en su vida diaria

Por otro lado, Bretón et al. (2016) aseguran que la resiliencia se ha convertido en un factor importante dentro del ámbito de la psicología del deporte frente a la mejora del rendimiento deportivo. Hablar de resiliencia resulta, en cierta medida, similar a hablar sobre rendimiento deportivo, ya que ha habido diferencias al conceptualizarla dependiendo del ámbito en el cual se utilice.

Entonces, podemos decir que el rendimiento deportivo se refiere al nivel de desempeño y los logros que puede alcanzar un deportista o equipo en una disciplina deportiva específica, y esta a su vez se relaciona con la capacidad de un deportista para alcanzar y mantener un nivel óptimo de habilidades, técnicas, aptitudes físicas y mentales, con el fin de obtener los resultados esperados en competiciones, sin que estos lo condicionen.

Cabe mencionar que para poder determinar el rendimiento deportivo es necesario tomar en cuenta tanto factores externos, como el ambiente, el terreno, el apoyo de aficionados, el nivel de competencia, el tipo de competencia, etc., como factores internos, como las habilidades técnicas, el descanso, la alimentación, las variables psicológicas que pudieran presentarse como la motivación, la atención, la concentración, aunado al apoyo de otros profesionales como entrenadores, médicos deportivos, nutriólogos, preparadores físicos, entre otros.

## **Feedback**

Podemos entender el concepto de *feedback* como “retroalimentación”, si hablamos desde una perspectiva muy general, que pueda ser utilizado en cualquier ámbito y en cualquier contexto: social, deportivo, educativo, laboral, etc.

Según Hein y Koka en 2007 (en Ríos, 2015), consideran al *feedback* como la información recibida por un atleta, en un contexto de educación física o deportivo, a cerca de su rendimiento durante el proceso de enseñanza-aprendizaje.

Por otra parte, el *feedback* puede ser definido como la información transmitida a los atletas sobre el grado en el que sus comportamientos, desempeño y rendimiento en general, cumplen con las expectativas que se tienen de él. Hablando específicamente del punto de vista del entrenador, es uno de los comportamientos más importantes y cruciales en el desarrollo de la competencia, ya que transmite directamente la información al deportista (Carpentier y Mageau, 2013).

Finalmente, Rink en 2010 (en Palacios et al., 2015) considera que el *feedback* puede ser categorizado de la siguiente forma: 1) *feedback* evaluativo que ocurre cuando se juzga el valor relativo a qué tan bien o mal es desarrollada la tarea y esto es comunicado al alumno; y 2) el *feedback* correctivo que algunas veces es considerado un *feedback* prescriptivo, éste

ocurre cuando es específico o le da la información al alumno sobre qué hacer o no hacer en el futuro sobre el rendimiento.

Algunos autores han discutido la importancia evolutiva de buscar y recibir retroalimentación de otros (Baumeister y Leary, 1995; van Windenetal., 2008; Fareri y Delgado, 2014), pero también sería adaptativo para el acto de proporcionar retroalimentación positiva para recompensar, en la medida en que esta pueda contribuir a forjar nuevas relaciones sociales, fortalecer vínculos existentes y, en última instancia, provocar un comportamiento prosocial recíproco (Sherman et al., 2018).

Dentro de la búsqueda realizada en bases de datos, no se encontró evidencia acerca de la relación existente entre el efecto que *feedback* de las redes sociales tiene sobre el rendimiento deportivo de futbolistas profesionales en México, sin embargo, existe evidencia suficiente para deducir que el uso excesivo de redes sociales puede generar algún efecto sobre el bienestar de los usuarios de estas (Valerio y Serna , 2018; García del Castillo, 2013; Rodríguez y Fernández, 2014; Greenfield y Yan, 2006; Renau et al., 2013).

## METODOLOGÍA

### Diseño

El tipo de estudio es cualitativo, ya que el propósito es examinar la forma en que los individuos perciben y experimentan los fenómenos que los rodean, profundizando en sus puntos de vista, interpretaciones y significados; con un diseño de investigación de estudio de caso colectivo, ya que se busca la recolección de datos de más de un caso (Hernández – Sampieri et al., 2014) para conocer la percepción del efecto que puede generar el fenómeno del *feedback* de redes sociales sobre el rendimiento deportivo de futbolistas profesionales, siendo cada uno analizado por separado y finalmente estableciendo comparaciones entre los mismos.

### Población

La población seleccionada para la investigación está conformada por futbolistas profesionales, en activo dentro de la Liga Mx Femenil, que hagan uso de redes sociales cotidianamente.

### Muestra

El muestreo se realizó de forma no probabilística, tratándose de una muestra homogénea por conveniencia, con un total de 5 futbolistas profesionales pertenecientes a dos equipos de la zona norte de La Liga MX Femenil.

### Criterios de inclusión

- Mujeres,
- 18 años cumplidos,
- Registradas en un equipo profesional que participe en la Liga Mx Femenil,
- Hacer uso cotidiano de redes sociales,
- Haber experimentado algún tipo de efecto derivado del *feedback* de redes sociales.

### Criterios de exclusión

- Hombres,
- No estar registrada a un equipo profesional que participe en la Liga Mx, Femenil,

- Menor de 18 años.

### **Criterios de eliminación**

- No hacer uso de redes sociales,
- Que pertenezcan a un equipo profesional, pero no esté dada de alta en el registro de la Liga Mx Femenil.

### **Instrumentos**

Para llevar a cabo la investigación, se realizó un guion de entrevista semi – estructurada de 12 preguntas, validada por un grupo de 4 expertos, lo que facilitó la recopilación de la información. Se inició con preguntas generales de información demográfica, para posteriormente inquirir sobre las categorías designadas. Las preguntas estuvieron basadas en conocer la percepción de los deportistas y de sus vivencias en torno al fenómeno de estudio, además de conocer sus estrategias y los roles del personal profesional dentro de los clubes deportivos.

### **Procedimiento**

El proceso se llevó a cabo en un total de 8 fases, desde la creación del instrumento de medición hasta el proceso del análisis de datos. En la fase 1 se elaboró el formato guía de entrevista cualitativa semi estructurada, que inicialmente contaba con 10 preguntas. Posteriormente, se contactó con un total de 4 expertos con el fin de llevar a cabo la validación de este.

Se envió a los expertos vía correo electrónico el formato guía de entrevista semi estructurada, y al cabo de unos días se recibió de vuelta con correcciones y sugerencias sobre fondo y forma. En la fase 2 se realizaron correcciones en el planteamiento de las preguntas, buscando hacer que las respuestas de las futbolistas fueran más objetivas, además de agregar dos preguntas extra para que sus respuestas fueran más detalladas.

En la fase 3 se realizó un consentimiento informado, apegado a la declaración de Helsinki (1964), con el fin de darle a conocer los objetivos de la investigación y de las posibles consecuencias derivadas de esta, haciéndoles saber que su participación es totalmente voluntaria y tendrán el derecho de abandonar la investigación en el momento que deseen. Además, de informar que sus datos personales no serán divulgados en la presente investigación.



En la fase 4 se contactó vía correo electrónico a dos futbolistas profesionales pertenecientes a un club de la Liga Mx Femenil con el fin de llevar a cabo el pilotaje del formato guía de entrevista semi estructurada. Ambas entrevistas se llevaron a cabo a distancia, por videollamada. La primera de ellas tuvo una duración aproximada de 30 minutos; la segunda de 20 minutos.

En la fase 5 se comenzó con la transcripción de las dos entrevistas piloto. En ambos casos, con la ayuda del análisis elemental percibimos que la información arrojada por las futbolistas entrevistadas sí daba respuesta a nuestras preguntas de investigación, además de no contar con percances que obligaran a hacer modificaciones en el formato guía, por lo que se continuó con el proceso de contacto con el resto de las futbolistas.

En la fase 6, se contactó a tres futbolistas profesionales más, pertenecientes a un club de la Liga Mx Femenil, para llevar a cabo las entrevistas correspondientes. La primera de ellas tuvo una duración aproximada de 30 minutos; la segunda de 25 minutos; la tercera de 20 minutos. Durante las transcripciones de las entrevistas pudimos observar que la información proporcionada sí daba respuesta a nuestras preguntas de investigación.

En la fase 7 se concluyó con la transcripción y se inició con el análisis profundo de los datos mediante el modelo descrito por Miles y Huberman (1990) que incluye la reducción de datos, la disposición y transformación de datos y por último la obtención y verificación de conclusiones (Rodríguez Gómez et al., 1999).

Por último, en la fase 8, se culminó con el análisis de los datos mediante la separación por unidades en este caso por “criterios temáticos” ya que ésta se hace considerando conversaciones, sucesos, actividades que ocurren en la situación estudiada y es posible encontrar segmentos que hablan de un mismo tema. De igual manera, según la metodología de Miles y Huberman (1990), al realizarse la separación de unidades por criterios temáticos, se lleva a cabo de forma simultánea la categorización de la información, es decir, “Si una unidad es separada por referirse a determinado tópico, automáticamente puede ser incluida en la categoría correspondiente a ese tópico”. Por último, al hablar de la codificación de la información, esta sólo hace referencia al indicativo (código) que se le asigna a cada unidad, en este caso, abreviaturas (Rodríguez Gómez et al., 1999).

### Categorías de la entrevista realizada a futbolistas profesionales (n = 5)

Categoría	Ejemplo
Percepción general del posible efecto del <i>feedback</i>	<i>¿Qué aspectos de la interacción en redes sociales consideras como feedback y consideras que tiene algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo?</i>
Acercamiento al fenómeno de estudio	<i>¿Has sido testigo de algún caso/Has conocido algún caso en el que el feedback de redes sociales haya causado algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo?</i>
Efectos sobre el rendimiento deportivo	<i>¿Qué consecuencias han tenido en ti dichos efectos (positivos o negativos) provenientes del feedback de redes sociales en tu rendimiento deportivo?</i>
Estrategias de afrontamiento	<i>¿Qué haces o qué harías tú para manejar este tipo de situaciones, dentro del ámbito deportivo?</i>

### Categorías de la separación por unidades en criterios temáticos y codificación (n = 5)

Categoría	Unidades por criterios temáticos
Percepción general del posible efecto del <i>feedback</i>	<i>Posible efecto del feedback (PEF)</i> <i>Percepción del feedback (PDF)</i>
Crítica del público en redes sociales	<i>Percepción de la crítica en redes sociales (PRS)</i> <i>Comentarios en redes sociales (CRS)</i>
Estrategias de afrontamiento	<i>Estrategias personales (EP)</i> <i>Herramientas de otros deportistas (HOD)</i> <i>Rol de cuerpos técnicos (RCT)</i>

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

La presente investigación ha explorado a detalle la percepción de futbolistas profesionales, pertenecientes a La Liga Mx Femenil, en relación con el impacto del *feedback* recibido en las principales redes sociales, sobre su rendimiento deportivo. Los resultados revelan una serie de patrones significativos que merecen un análisis en profundidad, así como algunas implicaciones importantes a tomar en cuenta en la preparación psicológica de los deportistas profesionales, además del bienestar general en el contexto de la era digital.

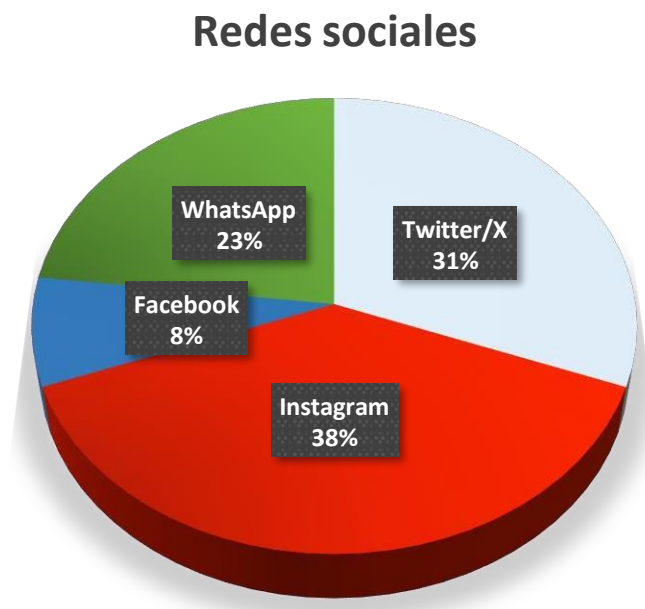
A continuación, se discutirán los resultados clave dentro del contexto de la evidencia existente en el campo del deporte y las redes sociales, a pesar de no haber encontrado literatura que aborde ambos contextos a la vez.

### Principales redes sociales utilizadas

Inicialmente se llevaron a cabo preguntas para conocer la interacción de las futbolistas en las principales redes sociales, las cuales coincidieron en su mayoría, siendo Instagram la más utilizada, seguida de Twitter/X (**Figura 1**).

### Figura 1

*Principales redes sociales utilizadas*



Según información presentada por el sitio web Statista (2023), en México, en el año 2022, las redes sociales más utilizadas fueron Facebook, Tiktok, Instagram y Twitter, sin contar las apps de mensajería instantánea. Encontramos coincidencias en este estudio ya que las futbolistas refieren ingresar a Instagram, Twitter y Facebook, la mayoría del tiempo que dedican a hacer uso de redes sociales.

### Percepción general del posible efecto del *feedback*

Posteriormente, se realizaron preguntas que abordaban su percepción sobre lo considerado como *feedback*, y cómo este podía, o no, llegar a tener algún efecto sobre el rendimiento deportivo (Tabla 1). Además, se pueden observar las similitudes de la percepción sobre el posible efecto derivado del *feedback* de las principales redes sociales entre las 5 futbolistas.

**Tabla 1**

#### *Posible efecto del feedback*

	<b>Futbolista 1</b>	<b>Futbolista 2</b>	<b>Futbolista 3</b>	<b>Futbolista 4</b>	<b>Futbolista 5</b>
<b>¿Genera algún efecto el <i>feedback</i>?</b>	<b><u>Sí, de hecho, sí</u></b> (...) siento que solo es momentáneo (...) o sea, puede haber un mal partido o algo así, a lo mejor la gente te puede, no sé, te puede reventar y así, ya después llega el otro partido lo ganamos y ahí la gente está súper feliz	<b><u>Definitivamente te tiene un efecto sobre el rendimiento.</u></b> Puede ser igual de peligroso tomar el <i>feedback</i> positivo (...)	Sentía yo que no me afectaba tanto, pero decir de alguna manera así se te quedan como los comentarios en tu cabeza o sea como que los lees (...) <b><u>en alguna forma sí te llegan a afectar mentalmente.</u></b>	(...) <b><u>siento que no es algo que pueda afectar en mi cabeza o influir en mi rendimiento</u></b> (...). <b><u>Sí</u></b> me tocó con una compañera que era portera, que de plano <b><u>sí era algo que le afectaba bastante.</u></b> Todo el hate que llegaban a ponerle sí le afectaba mucho y emocionalmente sí la tenía muy inestable y hasta al mejor triste o	Te mentaría, pero en lo personal, comentarios malos siempre va a haber y gente inexperta siempre va a opinar, los comentarios la <b><u>verdad a mí en lo personal no me afectan,</u></b> y siempre me voy más enfocada en “bueno, si dijeron esto, voy a comentarlo con mi profesor que es el que sabe, en qué puedo mejorar

				deprimida, no sé, pero <u>sí fue algo que llegó a afectarle en ese momento.</u>	y él que vio”
--	--	--	--	---	---------------

Como podemos ver en la **Tabla 1**, 4 de las 5 futbolistas concuerdan en que, según su percepción, el *Feedback* recibido de las principales redes sociales logra generar un efecto que influye directamente en el rendimiento deportivo, ya sea de ellas mismas o de sus compañeras de equipo. En el caso de tres futbolistas concuerdan en que logra o ha logrado generar un impacto directamente en su rendimiento deportivo.

En cuestión de *feedback*, un estudio realizado por Rosado y Echeverría (2021), donde analizan la recepción de la crítica de la prensa deportiva por futbolistas profesionales en México, se concluyó que esta genera un impacto en el desempeño de los deportistas, disminuyendo su confianza y autoestima.

**Tabla 2**

*Percepción del feedback*

	<b>Futbolista 1</b>	<b>Futbolista 2</b>	<b>Futbolista 3</b>	<b>Futbolista 4</b>	<b>Futbolista 5</b>
<b>¿Cómo se percibe el feedback?</b>	Una compañera que <u>sí le motiva un buen que la gente esté ahí apoyándola, que, por ejemplo, no sé, qué le manden mensajes o de que “ay una foto, autografía mi camisa, mis playeras, mi balón” (...)</u> <u>entonces pues sí, sí motiva.</u>	(...) das un buen pase y <u>vas generando confianza.</u> <u>pero si te confías de más puede salir contraproducen te,</u> y pasa lo mismo con los comentarios, que empiezas a leer puras cosas positivas, y te empiezas a inflar y empiezas a perder piso. Sobre todo, la <u>confianza, las redes sociales pueden afectar mucho la confianza,</u>	(...) porque es como que, en la ciudad estuve 5 años y no sabían ni siquiera que estaba en el equipo, y entonces sí era como <u>¿pues quién soy?</u> , o sea, si en el equipo no me distinguen, entonces yo <u>no sabía cómo sentirme.</u> <u>La verdad sí me da pena</u> en este momento porque es como, o sea vamos bien mal y pues	<u>La desconfianza,</u> <u>creo que en muchas cosas,</u> a lo mejor balones que eran tan básicos o sencillos (...) <u>balones que ya tenía y se le iban de las manos,</u> cómo que traer toda esa presión que le arraigaban los comentarios, hacía que estando <u>dentro de la cancha no se enfocara tanto en lo que estaba</u>	<u>A mí, las redes sociales me ayudan en cosas</u> <u>motivacionales</u> <u>o de deportistas más expertos que ya han tenido su carrera y pues siempre hay frases ¿no? (...)</u> <u>me inspira, me lo imagino y digo “yo también puedo”.</u> <u>Empieza en lo individual, el costal se va llenando de piedritas, una piedrita es mi compañera, si</u>

		entonces, pero no es lo único, hay más cosas alrededor que puedan afectar la <b>confianza</b> .	obviamente nos gustaría estar ganando y así, y como que <u>trató de evitar como el tema</u> , porque van a decir que “ay cuando van a ganar” o de que “ay a ver si ya van a ganar” o “ay a ver para cuándo traen refuerzos” o “ay esos refuerzos fueron bien malos”.	<u>haciendo</u> , sino que a lo mejor su mente estaba tan enfocada en lo que la gente iba a decir que <u>llegaba a tener errores más notorios</u> . <u>Lo más que podría afectarle a alguien es lo emocional</u> , a llegar a un punto de llegar a creerse lo que se está diciendo de la persona.	<u>se enfoca en esos comentarios le afecta en su rendimiento, en su confianza</u> .
--	--	---	--	---	---

Dentro del discurso de cada futbolista, hacen mención sobre algunas variables psicológicas en las cuales puede llegar a haber un efecto derivado del *feedback* de redes sociales. En el caso de las **futbolistas 1 y 5**, afirman que la motivación puede verse afectada, tanto de manera positiva como negativa; las **futbolistas 2, 4 y 5**, afirman que la autoconfianza puede verse afectada, de manera positiva o negativa; y las **futbolistas 3 y 4** afirman que puede verse afectada la autoestima o el autoconcepto, y la regulación emocional, respectivamente.

Los resultados encontrados en la presente investigación coinciden con el impacto generado en la confianza y autoestima de las futbolistas, sin embargo, al hablar de confianza, hacen referencia a la posibilidad de que el efecto se produzca tanto positivamente como negativamente, además, hacen referencia a variables como la motivación y regulación emocional.

Respecto a las variables psicológicas que influyen el rendimiento deportivo, existen diversas investigaciones que afirman que variables como la ansiedad, la autoeficacia, la autoconfianza, la capacidad de autocontrol, la motivación, la capacidad de atención – concentración y la toma de decisiones, por mencionar algunas, tienen la capacidad de afectar el rendimiento deportivo, independientemente de poder ser de manera favorable o desfavorable para el deportista.

Ruiz – Esteban et al. (2020) señalan que a las variables psicológicas que afectan el rendimiento competitivo se le denomina perfil psicológico de los deportistas, y este podría ser útil en procesos de entrenamiento y puede aportar para mejorar el rendimiento en competición. Además, de mediar entre los aspectos físicos, técnicos y tácticos del deportista y su rendimiento deportivo. Estas variables pueden ser el control de la atención, la autoconfianza, las estrategias de afrontamiento, y la motivación, entre otras.

En línea con lo anterior, Gimeno et al., (2007) realizaron una investigación que busca demostrar la importancia del entrenamiento psicológico para favorecer el rendimiento deportivo y señalan que variables como la motivación, la atención, el estrés, la ansiedad, la autoconfianza, el autocontrol y la autorregulación, etc., intervienen directamente en el funcionamiento de todas las áreas del deporte de competición. Además, encontraron que existe una relación entre variables psicológicas y lesiones por sobrecarga, haciendo referencia en especial a la confianza en el deportista, aunque el estudio se llevó a cabo en nadadores, concluyen con la importancia de desarrollar una confianza adecuada en sus propias posibilidades técnicas, en el trabajo realizado en entrenamientos y en sus expectativas hacia las competiciones.

En este caso, ninguna de las jugadoras de fútbol hace referencia a la posibilidad de lesionarse o a conocer algún caso donde la confianza haya sido un factor determinante para el desarrollo de lesiones por sobrecarga, sin embargo, no podemos concluir que no haya una relación existente.

Por otro lado, autores como Bali (2015), hacen referencia a distintos factores psicológicos a los mencionados anteriormente, que pueden afectar el rendimiento deportivo, como el estrés, la ansiedad, la tensión y la agresividad. En el caso del estrés, señala que puede tener efectos tanto positivos como negativos sobre el rendimiento.

### **Crítica del público en redes sociales**

Al abordar el tema del público y usuarios de redes sociales, se cuestionó acerca de la perspectiva de estos y si el *feedback* recibido se sentía merecido, respecto a la situación actual del club, o individual, además de los posibles motivos por los que el público general emite este tipo de *feedback* (positivo o negativo) [Tabla 3].

**Tabla 3**

*Percepción de la crítica en redes sociales.*

	<b>Futbolista 1</b>	<b>Futbolista 2</b>	<b>Futbolista 3</b>	<b>Futbolista 4</b>	<b>Futbolista 5</b>
<b>Percepción</b>	Se dejan llevar porque pues <b>no saben lo que se trabaja día a día</b> , entonces yo nada más siento que es por el momento del día del partido, del día del juego”	(...) hay otro lado que <b>la gente no conoce</b> (...) esa ignorancia es <b>también porque no se conoce todo lo que hay detrás de una futbolista</b> , quizá compartiendo todo lo que hay detrás puedas lograr una empatía	Tengo como que esa esa idea en mi cabeza de que <b>son personas que no saben que no están conscientes de esto</b> . En cierta parte es un poco exagerado porque <b>no saben lo que hay detrás de eso, no saben qué diario se trabaja en los entrenamientos</b> , habíamos tenido entrenamientos súper buenos y <b>no saben</b> , yo siento que <b>no están conscientes de todo lo que conlleva adaptarse con jugadoras nuevas con entrenador nuevo</b> .	Pues creo que, para la gente fuera es muy fácil juzgar (...), quizá, en ese aspecto es algo que quizá la pasión los orilla al mejor a querer exigir resultados buenos o positivos, pero al final de cuentas creo que todo es un proceso y <b>tampoco lo ven ellos</b> (...).	A veces yo digo “¿no tienen otras cosas más importantes en sus vidas que los mantenga ocupados? que claro, <b>siempre va a haber comentarios</b> , pero creo yo hay hasta modos (...) <b>yo sí pienso eso, no tienen otra cosa que hacer</b> (...). Creo que es más la gente que no es coherente, que <b>nomás tira por tirar</b> , por ejemplo, por decirte, un <b>80% nada más hate</b> .

Cuatro futbolistas concuerdan en que el público general emite juicios, críticas, opiniones, etc. desde el desconocimiento, ya que usan frases como “no saben lo que se trabaja día a día” o “no se conoce todo lo que hay detrás de una futbolista”, asegurando que es un proceso en el cual deben llevarse a cabo adaptaciones tanto en el área futbolística como en el área personal, ya que en ocasiones hay cambio de jugadoras, cuerpos técnicos, etc. sin dejar de lado todos los factores que influyen para poder conseguir el resultado esperado.



Además, afirman que tal vez el tener en cuenta todos los factores que juegan un papel importante en el desarrollo de la competición, propiciaría la generación de empatía de estos, y con ella, la disminución del *feedback* negativo.

### Estrategias de afrontamiento

Siguiendo la entrevista, se les preguntó acerca de las estrategias con las que creen que cuentan o que utilizan para poder lidiar con este tipo de situaciones, o qué recomendarían a sus compañeras para poder manejarlas, las cuales se presentan en la **Tabla 4**.

**Tabla 4**

#### *Estrategias de afrontamiento*

	<b>Futbolista 1</b>	<b>Futbolista 2</b>	<b>Futbolista 3</b>	<b>Futbolista 4</b>	<b>Futbolista 5</b>
<b>Estrategias</b>	<p><u>Cuando es algo así negativo, trato de no ver comentarios</u> por ejemplo en redes sociales, no fijarme tanto en eso, o sea, trato de que no me afecte tanto a mí como deportista.</p>	<p><u>Hay momentos donde no me acerco a redes sociales, no abro Twitter, no abro Instagram, porque la estoy pasando mal.</u> Yo también aprendo a que no tengo que estar presente todo el tiempo en redes sociales (...) cada quien lo maneja de forma distinta y vas aprendiendo quizá con la práctica y la experiencia.</p>	<p><u>Mi consejo más así es no te metas a ver los comentarios por lo menos de las publicaciones, menos terminando el partido. (...)</u> si fue un partido que perdiste, no tuviste un buen juego y luego te vas y te metes a los comentarios y puede haber de 100, uno tuyo, y sientes que hubo 100 tuyos, y uno de alguien más.</p>	<p>Yo lo que hago ahorita la verdad <u>no me enfoco tanto en los comentarios que hay en redes sociales o casi no las veo,</u> la verdad, <u>prefiero evadirlas y seguirme concentrando en mejorar lo que yo estoy haciendo mal (...).</u></p>	<p><u>Mi estrategia es estar consciente de lo que yo sé que sí hice y eso me ayuda a que “no es real” (...)</u> entonces no le doy importancia.</p>

En relación con las estrategias que utilizan las futbolistas, encontramos coincidencias entre cuatro futbolistas, que señalan que hacen uso de la evitación, es decir, que consideran que lo mejor que pueden hacer para evitar que el *feedback* de redes sociales les pueda afectar de manera emocional, y por ende, termine teniendo un efecto sobre su rendimiento deportivo, es no entrar a ellas para evitar encontrarse con comentarios negativos acerca de su desempeño, tanto individual

como colectivo, incluso una de ellas afirma que aconsejaría a sus compañeras hacer lo mismo. A continuación, aparece de manera textual como lo mencionaron:

- **Futbolista 1:** “Cuando es algo así negativo, trato de **no ver** comentarios”
- **Futbolista 2:** “Hay momentos donde **no me acerco** a redes sociales, no abro Twitter, no abro Instagram, porque la estoy pasando mal”
- **Futbolista 3:** “Mi consejo más así es **no te metas a ver** los comentarios por lo menos de las publicaciones, menos terminando el partido”
- **Futbolista 4:** “No me enfoco tanto en los comentarios que hay en redes sociales o **casi no las veo**, la verdad, prefiero **evadirlas**”

### Herramientas de otros futbolistas

Posteriormente se cuestionó acerca del por qué otros futbolistas pudieran llegar a ver un efecto reflejado sobre su rendimiento deportivo, derivado del *feedback* de redes sociales. Sólo la futbolista 1 no hizo referencia a algún motivo particular (**Tabla 4**).

**Tabla 5**

*Herramientas de otros futbolistas.*

	Futbolista 1	Futbolista 2	Futbolista 3	Futbolista 4	Futbolista 5
<b>Percepción</b>	N/A	<u>Es importante tener un círculo de apoyo</u> , no me va a doler igual un comentario de alguien en Twitter o Instagram, a un comentario de mi papá (...), yo tengo la fortuna de que lo tengo, hay muchos deportistas y muchos futbolistas que no tienen ese círculo que los arroje, ¿no?	Hay muchas que <u>no son tan fuertes mentalmente</u> como para soportar leer los comentarios y a veces por eso mejor no se meta a verlos.	Porque <u>no tenemos la suficiente confianza</u> por los malos resultados, (...) como que, sí esperamos un poco esa empatía de la afición y al no verla si nos afecta mucho en el hecho de decir, bueno, de alguna manera <u>nos estamos sintiendo como solas</u> (...), siento que nos	<u>A lo mejor a muchas no les gusta hablar, porque es difícil hablar, pensar las cosas, decirlas</u> y también porque no estamos tan acostumbradas.

	entonces se vuelve más difícil todo el manejo.		afecta en lo emocional, principalmente, por no sentir el apoyo de esa gente.	
--	--	--	--	--

En este caso no se encontraron similitudes en las respuestas de los futbolistas. La **futbolista 2** señala que es importante tener un círculo de apoyo que te ayude a sobrellevar estas situaciones. La **futbolista 3** hace referencia a la posibilidad de que haya futbolistas que no son suficientemente fuertes mentalmente, y por eso esto logra generar un impacto en el rendimiento deportivo. La **futbolista 4** señala la posibilidad de no contar con la suficiente confianza, además de no sentir el apoyo necesario de la afición, por lo que pudieran llegar a sentirse solas, y puede afectarlas emocionalmente. Por último, la **futbolista 5** hace referencia a la posibilidad de que haya futbolistas a los cuales no les guste o consideren difícil hablar sobre cuestiones personales, o incluso no estén acostumbrados, y por esto no opten por buscar ayuda profesional.

Hay estudios que evidencian que los deportistas de élite tienen mayor capacidad para soportar niveles elevados de fatiga mental, además de mostrar niveles altos de depresión y tensión (Morgan, et al., 1987), advirtiendo de la necesidad de refuerzo o apoyo psicológico que podría requerirse como consecuencia de las exigencias del deporte de élite. De lo contrario, podrían presentarse problemas del estado de ánimo como depresión, lesiones o incluso el abandono (Marsillas et al., 2014).

En este sentido, la mayoría de las futbolistas coincide al mencionar en su discurso la importancia que los aspectos psicológicos pueden llegar a tener dentro del ámbito deportivo, al igual de la importancia de trabajar en ellos para propiciar el óptimo desarrollo de sus funciones dentro de la cancha.

Finalmente, aunque las futbolistas no abordan de lleno el tema del bienestar psicológico general, según Valerio y Serna (2017), se observó una correlación inversa significativa entre las horas empleadas en Facebook y el Bienestar Psicológico total.

### **Rol de cuerpos técnicos**

Se cuestionó sobre su percepción acerca de la importancia del papel que juegan los cuerpos

técnicos, directivos, incluso federaciones, en la regulación y/o manejo de las situaciones derivadas del *feedback* de las principales redes sociales, se encontraron similitudes en las respuestas de las **futbolistas 1 y 3**, las **futbolistas 2 y 4**, y las **futbolistas 3, 4 y 5** (Tabla 6).

**Tabla 6**

*Rol de cuerpos técnicos*

	<b>Futbolista 1</b>	<b>Futbolista 2</b>	<b>Futbolista 3</b>	<b>Futbolista 4</b>	<b>Futbolista 5</b>
<b>Discurso</b>	Tenemos un encargado de redes sociales que, sí nos explican cómo usarlas mejor, cómo llevar a cabo las redes sociales que no nos afecten los comentarios, o que si nos llega un comentario inadecuado pues poder acercarnos con ellos. (...) <u>que nos echen como más ánimos, más motivación y que no nos dejemos influenciar por los malos comentarios, no sé, de nuestra afición, y que no nos afecte dentro de nuestro rendimiento.</u>	<u>Estaría increíble que en fuerzas básicas</u> comienzan con esto (...) se puede empezar a muy temprana edad (...) cómo se les enseña a pegarle a un balón, a dar un buen pase, <u>se le tiene que enseñar a lidiar con todo lo demás, redes sociales, alimentación</u> (...) no hay tanta estructura por parte de los clubes, creo yo (...).	<u>Pues a lo mejor no ver o que les digan que no vean redes sociales, no sé, hasta 3 días después, o sea, que traten de evitarlo</u> yo creo que nada más es, no como una acción, sino que una idea de que no lo vea reciente, porque <u>siento también que es más el trabajo como con un psicólogo.</u>	<u>Creo que todo este tipo de cosas sale con la terapia psicológica,</u> creo que al final son cosas que nos afectan en silencio Hay un área de medios, pero como tal no ha habido una plática de “no pues tienen que hacer esto” (...) en el club actual no ha habido un acercamiento <u>por lo menos con las chavitas que vienen subiendo de las subs</u> (...).	Es que también eso <u>depende mucho de lo personal, quien quiera trabajar lo suyo,</u> hablando de esta área de <u>psicología yo creo que te ayuda mucho pero no muchas lo ven.</u> Y sí se les puede ayudar, pero siempre y cuando ellas quieran, (...), <u>sí está la herramienta, otra cosa es que cada una quiera usarla.</u>

Dos futbolistas consideran que estos pueden ayudar en darles ánimos, propiciar la motivación y orientar a no tomar importancia al *feedback* negativo que existe en redes sociales:

- **Futbolista 1:** “Que nos echen como más ánimos, más motivación y **que no nos dejemos influenciar por los malos comentarios**, no sé, de nuestra afición, y que no nos afecte dentro de nuestro rendimiento”.

- **Futbolista 2:** “Pues a lo mejor no ver o que les digan **que no vean redes sociales**, no sé, hasta 3 días después, o sea, que traten de evitarlo”

Por otro lado, dos futbolistas mencionan la importancia que desde los clubes enseñen a los jugadores que vienen desde fuerzas básicas a manejar este tipo de situaciones, tomando en cuenta que las fuerzas básicas de los equipos deportivos están conformadas por jugadores de edades adolescentes:

- **Futbolista 2:** “Estaría increíble que en fuerzas básicas comiencen con esto (...) cómo se les enseña a pegarle a un balón, a dar un buen pase, se le tiene que enseñar a lidiar con todo lo demás”
- **Futbolista 4:** “(...) en el club actual no ha habido un acercamiento por lo menos con las chavitas que vienen subiendo de las subs”.

Finalmente, tres futbolistas mencionan la importancia del trabajo psicológico en este tipo de situaciones, teniendo en cuenta que es un trabajo que no sólo depende de los clubes a los que pertenecen, ya que, en muchas ocasiones, estos sí ofrecen las herramientas necesarias, sin embargo, es decisión de los propios futbolistas no hacer uso de ellas:

- **Futbolista 3:** “Siento también que es más el **trabajo como con un psicólogo**”
- **Futbolista 4:** “Creo que todo este tipo de cosas sale con la **terapia psicológica**, creo que al final son cosas que nos afectan en silencio”
- **Futbolista 5:** “Depende mucho de lo personal, quien quiera trabajar lo suyo, hablando de esta área de **psicología** yo creo que te ayuda mucho pero no muchas lo ven”

También es importante tomar en cuenta que, según la investigación realizada por Rodríguez y Fernández (2013), los adolescentes con un alto uso de redes sociales, es decir, que pasaban más de 3 horas al día en internet, mostraron un nivel más alto de problemas como presentar conductas agresivas, ruptura de reglas y problemas de atención. Estudios como este toman relevancia ya que la mayoría de los equipos deportivos profesionales cuentan con áreas de formación, con categorías en su mayoría de edades adolescentes (sub –13, sub – 14, sub – 15, sub – 16, sub – 17).

Dentro de los resultados de esta investigación, dos de las futbolistas entrevistadas

señalaba la importancia de llevar un proceso de entrenamiento en el área de redes sociales desde las fuerzas básicas, afirmando que es igual de importante darles herramientas para saber lidiar con las posibles situaciones que se presenten a partir del uso y abuso de estas, al igual que se les instruye en lo futbolístico, alimenticio, etc.

Con base en lo anterior, según Magnuson et al. (2008) podemos considerar las SRS como un entorno que influye en el proceso de formación identitario, en el desarrollo personal y en el desarrollo social representando en sí mismas, una realidad en la que tienen lugar los procesos propios de interacción social como la comunicación, la negociación, la aceptación, el conflicto, etc., los cuales son necesarios para el desarrollo. Sin embargo, existen algunos estudios que señalan que el uso del internet funciona como un potenciador del área cognitiva, ya que, irónicamente, afirman que contribuyen a procesos atencionales, desarrollando procesos de atención dividida o simultánea (Greenfield y Yan, 2006; en Renau et al., 2013).

### Comentarios en redes sociales

Finalmente, se presentan en la **Tabla 7**, la percepción de los futbolistas, específicamente de los comentarios difundidos en las principales redes sociales, ya que durante el desarrollo de las entrevistas fue un tema al que estuvieron haciendo referencia.

**Tabla 7**

*Comentarios en redes sociales.*

	<b>Futbolista 1</b>	<b>Futbolista 2</b>	<b>Futbolista 3</b>	<b>Futbolista 4</b>	<b>Futbolista 5</b>
<b>Percepción</b>	Pues ahorita que estamos peleando por un lugar en liguilla, la gente <u>si hay momentos en donde sí nos apoyan bien</u> (...) <u>no sabes cuándo la gente va a estar feliz,</u> cuándo nos va a motivar, nos va a echar	La gente <u>puede opinar lo que quiera, como quiera y muy cómodamente</u> (...) puedes tener un seudónimo y comentar lo que quieras en Twitter (...) hay otro lado que la gente no conoce.	O sea, yo creo que siempre va a haber <u>comentarios positivos y negativos</u> y pues depende de la jugadora o de la persona (...) se hacen cuentas falsas pues simplemente para tirar hate (...) y los mismos	Pues creo que, <u>para la gente fuera es muy fácil juzgar</u> siempre las personas estamos acostumbradas a criticar al que está delante antes de verse a uno mismo, quizá, en ese aspecto es algo que quizá la pasión los orilla	En lo personal entro a veces a los comentarios de Facebook y <u>comentarios malos siempre hay,</u> y ha habido comentarios míos donde yo sola digo “estoy muy mal yo sí le creo” porque yo sé lo bien

	porras o cuando van a decir cosas negativas.		comentarios ahí dentro de del estadio también pues la gente grita y dice.	al mejor a querer exigir resultados buenos.	que hice en el partido y me quedo con el esfuerzo, y que el resultado no sólo es mío, es de todo el equipo.
<b>Ejemplo</b>	“ay, una foto, autografía mi camisa, mis playeras, mi balón”	N/A	“equipo de relleno, nada más están ahí para cumplir con el equipo femenino”, “iba parejo hasta que empezó el partido”, “no había portera”	“ah es que lo están haciendo mal”	N/A

En este sentido, dos futbolistas concuerdan en que la facilidad con la que la gente emite comentarios, juicios, críticas, etc. en redes sociales, radica en lo fácil o accesible que puede llegar a ser tener este tipo de comportamientos, sin consecuencia alguna:

- **Futbolista 2:** “La gente puede opinar lo que quiera, como quiera y muy cómodamente”
- **Futbolista 4:** “Para la gente fuera es muy fácil juzgar “

Por otra parte, otras dos futbolistas concuerdan en que los comentarios a veces son en ambas direcciones, es decir, tanto de forma positiva, tratando de alentarlas tanto individualmente como colectivamente; como negativa, emitiendo juicios y valoraciones acerca de su desempeño, con base en su percepción:

- **Futbolista 1:** “Si hay momentos en donde sí nos apoyan bien (...) no sabes cuándo la gente va a estar feliz (...) o cuando van a decir cosas negativas”
- **Futbolista 3:** “Siempre va a haber comentarios positivos y negativos”

En el caso de redes sociales ideológicamente extremas (Twitter/X, por ejemplo), los usuarios son que reciben, po pensar que las personas que expresan sus emociones en redes sociales como esta están desvinculadas de sus emociones reales, podría resultar en una ignorancia pluralista, por la que los usuarios estarían pensando que las personas están más afectadas de lo que realmente están.

Finalmente, el mismo diseño de estas redes sociales propician el hecho de que el *feedback* pueda incrementar o disminuir, independientemente si esto resulta “bueno” o “malo”, sin embargo, en última instancia, sería papel de las autoridades responsables definir si este *feedback* genera beneficios a los objetivos grupales específicos de manera efectiva (Brady et al. 2021).

El objetivo de la presente investigación era conocer la percepción de los futbolistas profesionales sobre el grado de afectación derivado a partir del *Feedback* (positivo o negativo), mostrado por el público general en las principales redes sociales, sobre su rendimiento deportivo, el cual se considera cumplido al analizar los resultados obtenidos, proporcionando una comprensión clara y sólida del fenómeno en cuestión.

### **Limitaciones**

Al tratarse de futbolistas profesionales, y, además encontrarse en periodo de competencia, el acceso al contacto, y la disposición de tiempo, fue muy limitado. Esto propició que sólo se pudiera lograr contactar con un total de cinco futbolistas profesionales, pertenecientes a sólo dos equipos pertenecientes a la Liga Mx Femenil, ambos de la zona norte del país.

Otra cuestión importante parte de la investigación cualitativa es la observación y la creación de un diario de campo, que sirve para complementar la información recibida por las entrevistas. Al ser jugadoras de equipos distintos y al haberse llevado a la distancia las entrevistas, no fue posible llevar a cabo ese proceso que haría más enriquecedora la información y el análisis de los datos recabados.

### **Futuras líneas de investigación**

Como futuras líneas de investigación podría explorarse el impacto a largo plazo, es decir, conocer cómo la percepción del *feedback* en un periodo largo de tiempo, logra afectar el desarrollo profesional y personal de deportistas profesionales.

Además, desde el área de la intervención psicológica, formular estrategias más adaptativas que ayuden a manejar el *feedback* negativo y evitar que estas interacciones en redes sociales logren afectar en su rendimiento deportivo.

En el contexto cultural, poder hacer una exploración con futbolistas de las distintas



regiones del país, con el fin de llevar a cabo una comparación y considerar cómo los factores culturales puedan influir en la respuesta emocional y en el rendimiento.

También sería importante tomar en cuenta la relación entre el *feedback* de redes sociales y la salud mental de los futbolistas profesionales, es decir, conocer si el *feedback* no sólo afecta en su rendimiento, sino también en su bienestar psicológico general.

Por otro lado, así como se ha encontrado evidencia de que el *feedback* de redes sociales logra general un efecto sobre el rendimiento deportivo de futbolistas profesionales, podría llevarse a cabo una exploración similar en el área de la dirección técnica, ya que este rol resulta determinante en la formación de deportistas de alto nivel, así como del desarrollo de los factores que influyen en el rendimiento deportivo.

Por último y no menos importante, sería importante examinar si existen disparidades en el *feedback* proporcionado por el público general con base en el género del deportista en cuestión, y también conocer si existe alguna diferencia en la percepción y gestión del *feedback* entre futbolistas masculinos y femeninos, considerando la creciente visibilidad del fútbol femenino en redes sociales actualmente.

## CONCLUSIONES

Desde el punto de vista de los objetivos de la investigación y los resultados esperados, encontramos los siguientes resultados:

- Las futbolistas concluyen que el *feedback* de redes sociales, sí logra propiciar un efecto sobre su rendimiento deportivo, según su percepción.
- La mayoría de las futbolistas participantes en el estudio ha experimentado de primeramano el fenómeno de estudio, las demás de forma indirecta.
- Todas las futbolistas participantes entrevistadas cuentan con estrategias propias que han aprendido con el tiempo, que les sirven para manejar adecuadamente el *feedback* proveniente de las principales redes sociales
- Algunas de las futbolistas afirman que los cuerpos técnicos y/o directivas podrían tomar un rol más protagónico en el manejo del posible impacto del *feedback* de las redes sociales en su rendimiento deportivo.

Con base en los resultados obtenidos y la literatura, podemos concluir que las futbolistas profesionales participantes en el estudio perciben que, independientemente de la intención con que se emite el *feedback* de redes sociales, este logra generar un impacto sobre el rendimiento deportivo, tanto de forma positiva como negativa.

Sin embargo, aunque no se les hizo referencia a variables psicológicas específicas, según su discurso, podemos concluir que el impacto se genera principalmente en la motivación, la autoconfianza, la autoestima y la regulación emocional, las cuales, al verse afectadas, a su vez, logran impactar en el rendimiento deportivo.

Es importante tener en cuenta que un estudio realizado por Yang, et al., (2015), concluye que, independientemente del tipo de retroalimentación social que se presente, el efecto que tenga sobre la autoestima de la persona, a nivel cerebral, dependerá más de los procesos internos que del propio tipo de retroalimentación recibida. Es decir, si una persona ya se encuentra con problemas de autoestima, la retroalimentación recibida tendrá un mayor efecto negativo sobre los procesos mentales, que una persona que se encuentra con un nivel alto de autoestima.

Referente al *feedback* recibido por el público en las principales redes sociales, el discurso

de las futbolistas coincide al señalar que este (críticas, juicios, opiniones, halagos, etc.) se lleva a cabo desde el desconocimiento, en el trabajo que existe detrás de cada partido que se lleva a cabo durante la competición, mucho menos los sacrificios que llegan a hacer durante ese tiempo.

Sin embargo, también refieren que, si el público en general tuviera conocimiento de todo esto, muy probablemente tendrían más empatía a la hora de dar su retroalimentación. Sería importante tomar en cuenta este punto, ya que, como vimos anteriormente, la Liga MxFemenil ha ido creciendo exponencialmente, y cada vez es más la retroalimentación recibida.

Algo de llamar la atención es la coincidencia existente en las estrategias de afrontamiento que utilizan las futbolistas para lidiar con el *feedback* recibido en redes sociales. Ante esto, cuatro de las cinco futbolistas afirman que prefieren alejarse de redes sociales, evitar ver comentarios, etc., incluso, vemos que futbolistas profesionales a nivel internacional, como Laia Codina, también optan por la evitación, al grado de eliminar sus redes sociales afirmando que la crítica puede llegar a ser muy dura.

Con base en esto, se considera que los clubes deportivos, incluso las federaciones, tienen la oportunidad de hacer más por buscar garantizar el bienestar psicológico de las futbolistas. Incluso tomando en cuenta el discurso de dos de las futbolistas entrevistadas, comenzando con la psicoeducación desde edades tempranas, cuando se encuentran en fuerzas básicas, tanto en categorías varoniles como femeniles, con el fin de contar con herramientas más adaptativas para lidiar con estas situaciones en un posible futuro cercano.

También es importante tener en cuenta que sería muy difícil tratar de concientizar a todo el público que sigue la Liga Mx Femenil, sin embargo, hay áreas de oportunidad con las que se pudiera trabajar.

La creación de campañas de concientización, la implementación de talleres impartidos por la propia federación, o simplemente la visualización y la exposición de las situaciones que se presentan día con día dentro de las redes sociales, y el testimonio de algunas de las principales futbolistas afectadas, son algunas sugerencias en relación a las posibles estrategias que podrían implementarse con el fin de procurar garantizar y salvaguardar el bienestar psicológico de los y las jugadoras de fútbol profesional.

Aunque esta investigación se haya desarrollado en el ámbito del fútbol femenino en México, se considera que los resultados pueden extrapolarse a otros deportistas profesionales en México, ya que, independientemente de la disciplina en la que se desarrollan, se trata de figuras públicas, quedando expuestos a la retroalimentación del público general sobre su rendimiento deportivo, pudiendo llegar a impactar directamente en su bienestar psicológico.

## REFERENCIAS

- Bali, A. (2015). Psychological Factors Affecting Sports Performance. *International Journal of Physical Education, Sports and Health*. 1(6), 92 – 95.  
[www.kheljournal.com/archives/2015/vol1issue6/PartB/1-5-77.pdf](http://www.kheljournal.com/archives/2015/vol1issue6/PartB/1-5-77.pdf)
- Baumeister, R. F., Leary, M. R. (1995). The need to belong: desire for interpersonal attachments as a fundamental human motivation. *Psychological Bulletin*, 117(3), 497.  
DOI: 10.1037/0033-2909.117.3.497
- Bhargava, V., y Velasquez, M. (2021). Ethics of the Attention Economy: The Problem of Social Media Addiction. *Business Ethics Quarterly*, 31(3), 321-359.  
DOI:10.1017/beq.2020.32
- Boyd, D. M. & Ellison, N. B. (2008). Social Network sites: Definition, history, and scholarship. *Journal of Computer-Mediated Communication*, 13(1). <https://doi.org/10.1111/j.1083-6101.2007.00393.x>
- Brady, W. J., McLoughlin, K., Doan, T. N., Crockett, M. J. (2021). How social learning amplifies moral outrage expression in online social networks. *Science Advance*, 7, eabe5641. DOI:10.1126/sciadv.abe5641
- Bretón, S., Zurita, F., Cepero, M., (2016). La Resiliencia como factor determinante en el Rendimiento Deportivo. *E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte*, 12(2), 79-88.  
[https://www.researchgate.net/publication/311935162\\_LA\\_RESILIENCIA\\_COMO\\_FACTOR\\_DETERMINANTE\\_EN\\_EL\\_RENDIMIENTO\\_DEPORTIVO\\_REVISION\\_BIBLIOGRAFICA\\_Resilience\\_as\\_determining\\_factor\\_in\\_sports\\_performance\\_Literature\\_review](https://www.researchgate.net/publication/311935162_LA_RESILIENCIA_COMO_FACTOR_DETERMINANTE_EN_EL_RENDIMIENTO_DEPORTIVO_REVISION_BIBLIOGRAFICA_Resilience_as_determining_factor_in_sports_performance_Literature_review)
- Carpentier, J., Mageau, G. A. (2013). When change-oriented feedback enhances motivation, well-being and performance: A look at autonomy-supportive feedback in sport. *Psychology of sport and exercise*, 14, 423 – 435.  
DOI:10.1016/j.psychsport.2013.01.003

- Cirami, L. y Ursino, D. (2016). El problema teórico del rendimiento deportivo en la psicología del deporte. VIII Congreso Internacional de Investigación y Práctica Profesional en Psicología XXIII Jornadas de Investigación XII Encuentro de Investigadores en Psicología del MERCOSUR. 61 – 64. <https://www.aacademica.org/000-044/14>
- Connor, K., y Davidson, J. (2003). Development of a new resilience scale: The Connor-Davidson Resilience Scale (CD-RISC). *Depress Anxiety*, 18(2), 76-82. DOI: 10.1002/da.10113
- Cruz, J. F., Tristán, J.L., Pérez, J.A., Cantú, A. y Blanco, H. (2015). *Comunicando un feedback adecuado al deportista y la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas*. En Lopez – Walle, J., Rodríguez, M., Ceballos, O. y Tristán, J. *Psicología del deporte: conceptos, aplicaciones e investigación*. Universidad Autónoma de Nuevo León. [https://www.researchgate.net/publication/296462153\\_Psicologia\\_del\\_Deporte\\_Conceptos\\_Aplicaciones\\_e\\_Investigacion](https://www.researchgate.net/publication/296462153_Psicologia_del_Deporte_Conceptos_Aplicaciones_e_Investigacion)
- El Economista. (2022, marzo). *Más Smartphones para los mexicanos*. <https://www.economista.com.mx/opinion/Mas-smartphones-para-los-mexicanos-20220316-0141.html>
- Fareri, D. S., Delgado, M. R. (2014). Social rewards and social networks in the human brain. *The Neuroscientist*, 20(4), 387 – 402. DOI: 10.1177/1073858414521869
- Futbolera. (2023, junio). *El peligroso choque de las futbolistas y las redes sociales*. <https://www.futbolera.com.mx/ligamxfemenil/El-peligroso-choque-de-las-futbolistas-y-las-redes-sociales-20230624-0001.html>
- García del Castillo, José A. (2013). Adicciones tecnológicas: el auge de las redes sociales. *Salud y drogas*. 13(1), 5-13. <https://www.redalyc.org/pdf/839/83928046001.pdf>
- Gimeno, F, Buceta, J.M., Pérez-Llantada, M.C. (2007) Influencia de variables psicológicas en el rendimiento deportivo: evaluación con el Cuestionario de Características Psicológicas Relacionadas con el Rendimiento Deportivo. *Psicothema*. 19(4), 667-672.

[www.redalyc.org/pdf/727/72719420.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/727/72719420.pdf)

- Greenfield, P., y Yan, Z. (2006). Children, adolescents, and the internet: a new field of inquiry in developmental psychology. *Developmental psychology*, 42(3), 391– 394. <https://doi.org/10.1037/0012-1649.42.3.391>
- Hernández – Sampieri, R., Fernández y Baptista, M. P. (2014). *Metodología de la Investigación (sexta ed.)* México: Mc Graw-Hill.
- Marsillas, S., Rial, A., Isorna, M., Fernandez, D. (2014) Niveles de rendimiento y factores psicológicos en deportistas en formación. Reflexiones para entender la exigencia psicológica del Alto Rendimiento. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*. 9(2), 353 – 368. [www.redalyc.org/pdf/3111/311131093013.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/3111/311131093013.pdf)
- Mañas, I., Del Águila, J., Franco, C., Gil, M. D., y Gil, C. (2014) Mindfulness y rendimiento deportivo. *Psychology, Society, & Education*. 6(1), 41 – 53. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6360192>
- Medio Tiempo. (2022, marzo). *La Liga Mx Femenil es menos vista; ¿país machista y patriarcal?* <https://www.mediotiempo.com/opinion/miguel-angel-arizpe/desde-el-angel/la-liga-mx-femenil-es-menos-vista-pais-machista-y-patriarcal>.
- Navarrón, E., Godoy - Izquierdo, D., Vélez, M., Ramírez - Molina, M. J., & Jiménez-Torres, M. G. (2017). Implementación de una intervención psicológica en fútbol base, satisfacción subjetiva de los deportistas y experiencias de pasión, competencia percibida y compromiso deportivo en relación con la intención de práctica futura. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 12(1), 59-69. [www.redalyc.org/pdf/3111/311148817006.pdf](http://www.redalyc.org/pdf/3111/311148817006.pdf)
- Olmedilla, A., Sánchez-Aldeguer, M. F., Almansa, C. M., Gómez-Espejo, V., & Ortega, E. (2018). Entrenamiento psicológico y mejora de aspectos psicológicos relevantes para el rendimiento deportivo en jugadoras de fútbol. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3(1), 1-11. <https://www.redalyc.org/journal/6138/613865229008/html/>

- Olympics. (2023, mayo). *Liga Mx Femenil: ¿Cómo ha evolucionado la Liga a seis años de la Copa Mx Femenil?* <https://olympics.com/es/noticias/liga-mx-femenil-evolucion-seis-anos>
- Regeneración. (2022, agosto). *Mexicanos entre los que más horas invierten en redes sociales.* <https://regeneracion.mx/mexicanos-entre-los-que-mas-horas-invierten-en-redes-sociales/>
- Renau Ruiz, V.; Oberst, U.; Carbonell-Sánchez, X. (2013). Construcción de la identidad a través de las redes sociales online: una mirada desde el construccionismo social. *Anuario de Psicología*, 43(2), 159-170. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=97029454002>
- Ríos, R.M. (2015) *Feedback, necesidades psicológicas básicas y vitalidad subjetiva en futbolistas estudiantes de las preparatorias la UANL. [Tesis doctoral, Universidad Autónoma de Nuevo León]* <https://eprints.uanl.mx/9298/1/1080215125.pdf>
- Rodríguez, A., y Fernández, A. (2014). Relación entre el tiempo de uso de las redes sociales en internet y la salud mental en adolescentes colombianos. *Acta colombiana de psicología*, 17(1), 131 – 140. [http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=s0123-91552014000100013&lng=en&tlng=es](http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=s0123-91552014000100013&lng=en&tlng=es)
- Rodríguez, G. et al. (1999) Metodología de la Investigación cualitativa. *Capítulo XI Aljibe Granada.* <https://docs.google.com/document/d/1vGTBk6NDhzwoKEmGMjtIx3jwZeJy5Y2GoOi-W1Nxy08/edit?hl=es>
- Rosado, M. C., Echeverría, R. (2021). Recepción de las críticas de la prensa deportiva por futbolistas profesionales en México. *Transformaciones mediáticas y comunicacionales en la era posdigital.* 269 – 293. [https://www.researchgate.net/publication/369169328\\_Recepcion\\_de\\_las\\_criticas\\_de\\_la\\_prensa\\_deportiva\\_por\\_futbolistas\\_profesionales\\_en\\_Mexico](https://www.researchgate.net/publication/369169328_Recepcion_de_las_criticas_de_la_prensa_deportiva_por_futbolistas_profesionales_en_Mexico)



- Ruiz – Esteban, C., Olmedilla, A., Méndez, I. y Tobal, J. J. (2020). Female Soccer Players' Psychological Profile: Differences between Professional and Amateur Players. *International Journal of Environmental Research and Public Health*. 17(12):4357. <https://doi.org/10.3390/ijerph17124357>
- Sherman, L. E., Hernandez, L. M., Greenfield, P. M., y Dapretto, M. (2018). What the brain 'Likes': neural correlates of providing feedback on social media. *Social Cognitive and Affective Neuroscience*, 13(7), 699–707. <https://doi.org/10.1093/scan/nsy051>
- Soy Futbol. (2023, abril). *Cruz Azul: Nailea Vidrio se engancha con fan que la acusa de su poco nivel en La Liga MX Femenil*. <https://www.soyfutbol.com/tendencias/Cruz-Azul-Nailea-Vidrio-se-engancha-con-fan-que-la-acusa-de-su-poco-nivel-en-la-Liga-MX-Femenil-20230419-0019.html>
- Statista. (2023, marzo). *Redes Sociales con el mayor porcentaje de usuarios en México en 2022*. <https://es.statista.com/estadisticas/1035031/mexico-porcentaje-de-usuarios-por-red-social/>
- The Competitive Intelligence Unit. (2023, Mayo). *Telecomunicaciones Móviles al IT – 2023*. <https://www.theciu.com/publicaciones-2/2023/5/15/telecomunicaciones-mviles-al-1t-2023>
- Valerio, G. y Serna, R. (2018). Redes sociales y bienestar psicológico del estudiante universitario. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 20(3), 19-28. <https://doi.org/10.24320/redie.2018.20.3.1796>
- Yang J., Xu X., Chen Y., Shi Z. y Han S. (2015). Trait self-esteem and neural activities related to self-evaluation and social feedback. *Scientific reports*. DOI: 10.1038/srep20274.

## ANEXOS

### Formato guía de entrevista cualitativa sobre la percepción del efecto del feedback de redes sociales en el rendimiento deportivo de futbolistas profesionales.

<b>Nombre:</b>	<b>Edad:</b>
<b>Redes:</b>	<b>Ciudad de origen:</b>
<b>Años practicando el deporte:</b>	<b>Años de profesionalismo:</b>

Pregunta	Objetivo	Comentarios
<b>1. ¿Qué aspectos de la interacción en redes sociales consideras como <i>feedback</i> y consideras que tiene algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo?, ¿Por qué? (Si es sí, ¿de qué manera?)</b>	El objetivo es conocer si considera que el <i>feedback</i> tiene un efecto (positivo o negativo) sobre el rendimiento deportivo, según su percepción.	
<b>2. ¿Has sido testigo de algún caso/Has conocido algún caso en el que el <i>feedback</i> de redes sociales haya causado algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo? (explicación)</b>	El objetivo es conocer el nivel de acercamiento al fenómeno de estudio, por parte del deportista.	
<b>3. ¿Has experimentado alguna situación en la que hayas percibido que el <i>feedback</i> tuvo algún efecto (positivo o negativo) en tu rendimiento deportivo? (¿cómo fue? / ¿por qué cree que no?)</b>	El objetivo es tener conocimiento acerca de su posible experiencia personal y los aspectos que han influido en esta.	
<b>4. ¿Qué consecuencias han tenido en ti dichos efectos (positivos o negativos) provenientes del <i>feedback</i> de redes sociales en tu rendimiento deportivo?, ¿En general, cuánto tiempo ha durado dicho efecto?</b>	El objetivo es conocer si ha habido algún efecto (positivo o negativo) derivado del <i>feedback</i> recibido de las redes sociales, con base en su percepción.	

<p><b>4.1. ¿Cuál crees que podría ser para ti un efecto de tales comentarios en redes sociales, en tu rendimiento deportivo?</b></p>		
<p><b>5. ¿Consideras que tu rendimiento general en el presente/último torneo/competencia fue o ha sido equivalente al <i>feedback</i> recibido en redes sociales?</b></p>	<p>El objetivo es conocer la percepción que tiene el deportista sobre el nivel de desproporción que hay entre los juicios emitidos por la población en general y la percepción de su rendimiento.</p>	
<p><b>6. ¿Por qué consideras que otros deportistas han experimentado estos efectos sobre su rendimiento deportivo (positivos o negativos)?</b>  <b>6.1. ¿Por qué crees que estos comentarios afectan a otros deportistas?</b></p>	<p>El objetivo es tener referencia sobre el grado de conocimiento que tiene el deportista sobre los posibles efectos que puede tener el <i>feedback</i> de las redes sociales y cómo los perciben los demás.</p>	
<p><b>7. ¿Por qué consideras que la gente da este tipo de <i>feedback</i> en redes sociales?</b></p>	<p>El objetivo es conocer la opinión que tiene el deportista acerca de los posibles motivos por los cuales la población en general emite esos juicios de valor sobre la percepción de su rendimiento deportivo.</p>	
<p><b>8. ¿Qué haces o qué harías tú para manejar este tipo de situaciones, dentro del ámbito deportivo?</b></p>	<p>El objetivo es conocer las herramientas con las que cuenta actualmente el deportista para lidiar con los posibles efectos (positivos y negativos) del <i>feedback</i> de redes sociales sobre su rendimiento deportivo.</p>	
<p><b>9. ¿Cómo consideras que entrenadores, cuerpo técnico, directivas, federaciones, etc. pueden apoyar para mediar y/o</b></p>	<p>El objetivo es tener noción sobre la perspectiva de los deportistas acerca de las áreas de oportunidad dentro del contexto deportivo que</p>	

<b>regular el <i>feedback</i> que reciben los deportistas en redes sociales?</b>	puedan servir para ayudar a lidiar con este tipo de situaciones.	
<b>Invitar al entrevistado a dar una reflexión acerca del tema. ¿Hay algo más que te gustaría agregar?</b>	Se busca que el deportista haga comentarios acerca de algún tema que le parezca importante o relevante y no se haya tocado durante la entrevista.	

## Entrevista 1

<b>Nombre: Futbolista 1</b>	<b>Edad: 23 años</b>
<b>Redes: Instagram, Twitter, WhatsApp</b>	<b>Ciudad origen: Monterrey, N.L.</b>
<b>Años practicando el deporte: más de 10 años</b>	<b>Años de profesionalismo: 6 años</b>

<b>Pregunta</b>	<b>Respuesta</b>	<b>Comentarios</b>
<b>1. ¿Qué aspectos de la interacción en redes sociales consideras como <i>feedback</i> y consideras que tiene algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo?, ¿Por qué? (Si es sí, ¿de qué manera?)</b>	O sea, bueno yo hacia mí, yo, bueno como todo ¿no?, hay mucha gente que pues te manda mensajes que te apoya otras que pues no te apoyan entonces pues ya es de cada quien de cómo lo tome, por ejemplo no sé, a lo mejor ahí hay jugadores que les puede afectar, no sé, un mal comentario de un fan, o que no las apoyen, algo así, no sé si me explico.	
<b>2. ¿Has sido testigo de algún caso/Has conocido algún caso en el que el <i>feedback</i> de redes sociales haya causado algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo? (explicación)</b>	Sí, de hecho sí, hace tiempo en tigres, de un caso de una compañera que sí le motiva un buen que la gente esté ahí apoyándola, que por ejemplo, no sé, qué le manden mensajes o de que “ay una foto, autografía mi camisa, mis playeras, mi balón” así no, y sí pues, sí sirve como motivación de que, pues te pones a pensar de que “no manches la gente si nos apoya y sí se fijan en mí en el juego” entonces pues sí, sí motiva.	
<b>3. ¿Has experimentado alguna situación en la que hayas percibido que el</b>	Sí, sí, o sea, si hay, hubo casos de gente que sí me mandaba mensajes de que	

<p><b><i>feedback</i> tuvo algún efecto (positivo o negativo) en tu rendimiento deportivo? (¿cómo fue? / ¿por qué cree que no?)</b></p>	<p>mándame un vídeo felicitando, no sé, a mi hija este por favor no me la playera, no sé, saliendo de un partido y bueno, la verdad pues sí se siente padre no, que la gente te está apoyando y que sepa de ti pues.</p>	
<p><b>4. ¿Qué consecuencias han tenido en ti dichos efectos (positivos o negativos) provenientes del <i>feedback</i> de redes sociales en tu rendimiento deportivo?, ¿En general, cuánto tiempo ha durado dicho efecto?</b>  <b>4.1. ¿Cuál crees que podría ser para ti un efecto de tales comentarios en redes sociales, en tu rendimiento deportivo?</b></p>	<p>Sí sirve como motivación de que, pues te pones a pensar que “no manches la gente si nos apoya y sí se fijan en mí en el juego” entonces pues sí, sí motiva. No, yo siento que solo es momentáneo, o sea, por ejemplo, o sea puede haber un mal partido o algo así, a lo mejor la gente te puede, no sé, te puede reventar y así, ya después llega el otro partido lo ganamos y ahí la gente está súper feliz no, entonces es momentáneo</p>	
<p><b>5. ¿Consideras que tu rendimiento general en el presente/último torneo/competencia fue o ha sido equivalente al <i>feedback</i> recibido en redes sociales?</b></p>	<p>Pues ahorita que estamos peleando por un lugar en liguilla, la gente si hay momentos en donde sí nos apoyan bien y como todo ¿no?, nos empiezan a decir cosas de que “ey qué onda” y así, y pues como todo ¿no?, son comentarios ¿no?, no sabes cuándo la gente va a estar feliz, cuándo nos va a motivar, nos va a echar porras o cuando van a decir cosas negativas pues.</p>	
<p><b>6. ¿Por qué consideras que otros deportistas han experimentado estos efectos sobre su rendimiento deportivo (positivos o negativos)?</b></p>	<p>Escala del 1 al 10: Afectan como un 3, un 4 más o menos.</p>	

<p><b>6.1. ¿Por qué crees que estos comentarios afectan a otros deportistas?</b></p>		
<p><b>7. ¿Por qué consideras que la gente da este tipo de <i>feedback</i> en redes sociales?</b></p>	<p>Yo siento que se dejan llevar porque pues no saben lo que se trabaja día a día, entonces yo nada más siento que es por el momento del día del partido, del día del juego, que “ah lo ganaste”, super bien, te apoyan felices todos y “lo perdiste”, y es como “ay no y que están haciendo” o esta no piensan a hacer comentarios que a lo mejor no tienen ni idea de qué es lo que está pasando dentro de pues.</p> <p>O sea, el aficionado sólo quiere ir y ver ganar a su equipo, que meta goles, que juegue bien y así entonces no sé, pues en un mal partido o algo así, entonces no saben lo que lo que hay detrás de él, o sea, ¿no saben el por qué pasó eso o sea al nivel deportivo y futbolístico a lo mejor no tienen ni idea los aficionados de cómo se vive día a día no? entonces pues como aficionado siento que la gente solo es “ay, o sea, no sé, un domingo quiero ir a ver a mi equipo no sé, a divertirme con mi familia y así y que gane” yo siento que los aficionados ese es su objetivo no?, ir a disfrutar un buen partido y que su equipo a que vayan a apoyar gane</p>	

<p><b>8. ¿Qué haces o qué harías tú para manejar este tipo de situaciones, dentro del ámbito deportivo?</b></p>	<p>Bueno pues, o sea, cuando es algo así negativo sí pues, trato de no pues no ver comentarios por ejemplo en redes sociales, ¿no fijarme tanto en eso sabes?, o sea, trato de que no me afecte tanto a mí como deportista, solo tratar de saber que solo fue un mal momento y que a lo mejor nos podemos recuperar el siguiente partido y que la gente nos va a seguir apoyando</p>	
<p><b>9. ¿Cómo consideras que entrenadores, cuerpo técnico, directivas, federaciones, etc. pueden apoyar para mediar y/o regular el <i>feedback</i> que reciben los deportistas en redes sociales?</b></p>	<p>Sí, obviamente que ellos hablen con nosotras, la motivación, o sea el acercamiento de ellos hacia nosotras de que, no sé, a lo mejor estamos en un mal momento y de que “no tranquila, no pasa nada” pues sí no, que nos echen como más ánimos, más motivación y que no nos dejemos influenciar por los malos comentarios, no sé, de nuestra afición, y que no nos afecte dentro de nuestro rendimiento.</p> <p>Tenemos un encargado de redes sociales de que no sé, sí nos explican no sé, cómo usarlo mejor, cómo llevar a cabo las redes sociales de que no nos afecten no sé los comentarios, o que si nos llega un comentario inadecuado pues poder acercarnos con ellos, además también pues sí, ahí tenemos a alguien encargado de que nos eche la mano y que nos puede pues, nos acerca más a eso no? al si tenemos dudas en</p>	



	<p>las redes sociales y con la afición de que, no contestar comentarios, no contestes mensajes de eso no? ¿Sí me explico?</p> <p>... Es un gran apoyo el que nos dan porque no sé a lo mejor tú no estás enterado de un tema de esos en particular y ellos te lo pueden explicar, o sea, no sé alomejor te llega un mensaje inapropiado y tú no sabes qué hacer, si contestar o no, o así, entonces ya te puedes acercar a ellos de que oye mira pasó esto y ya ellos te pueden dar una solución pues, la mejor, la correcta.</p>	
<p><b>Invitar al entrevistado a dar una reflexión acerca del tema. ¿Hay algo más que te gustaría agregar?</b></p>	<p>Pues yo siento que, pues como te digo, como en todo siempre va a haber buenos y malos, comentarios buenos, comentarios malos, positivos, negativos o sea, y yo creo que es parte de no? es parte del deporte en el que estamos, y yo siento que en cualquier deporte, entonces pues siento que es parte de, y también pues motiva no? motiva como jugador de que a lo mejor, yo por ejemplo, yo en lo personal veo muy mal comentario o así yo digo “ah no ahora, a ver, en el siguiente partido pues le echamos más ganas” y para que la gente se siga acercando a nosotras, nos siga apoyando, o sea, yo siento que pues parte de, es parte del deporte.</p>	

## Entrevista 2

<b>Nombre:</b> Futbolista 2	<b>Edad:</b> 29 años
<b>Redes:</b> Instagram, Twitter, WhatsApp	<b>Ciudad origen:</b> Ciudad de México
<b>Años practicando el deporte:</b> más de 10 años	<b>Años de profesionalismo:</b> 6 años

Pregunta	Respuesta	Comentarios
<p><b>1. ¿Qué aspectos de la interacción en redes sociales consideras como <i>feedback</i> y consideras que tiene algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo?, ¿Por qué? (Si es sí, ¿de qué manera?)</b></p>	<p>Definitivamente tiene un efecto sobre el rendimiento. Puede ser igual de peligroso tomar el <i>feedback</i> positivo (...) das un buen pase y vas generando confianza, pero si te confías de más puede salir contraproducente, y pasa lo mismo con los comentarios, que empiezas a leer puras cosas positivas, y te empiezas a inflar y empiezas a perder piso</p>	
<p><b>2. ¿Has sido testigo de algún caso/Has conocido algún caso en el que el <i>feedback</i> de redes sociales haya causado algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo? (explicación)</b></p>	<p>Yo creo que sí, no puedo generalizar, pero definitivamente. (...) Yo creo que a todos los futbolistas les pasa eso, o sea les afecta en cierta forma, conozco compañeras que no manejan redes sociales (...) por eso mismo, porque dicen “yo no puedo leer esos comentarios”.</p>	
<p><b>3. ¿Has experimentado alguna situación en la que hayas percibido que el <i>feedback</i> tuvo algún efecto (positivo o negativo) en tu rendimiento deportivo? (¿cómo fue? / ¿por qué cree que no?)</b></p>	<p>Yo creo que me afectaba muchísimo más en todos los sentidos, mentalmente te afecta eso, te afecta tu entrenador, tu equipo, tu familia... son muchas cosas que afectan tu estado mental (...) el tema es mental, el tema es la confianza, el tema es la concentración (...) sobre todo la confianza, las redes sociales pueden afectar</p>	

	<p>mucho la confianza, entonces, pero no es lo único, hay más cosas alrededor que puedan afectar la confianza, entonces no puedo decirte si es eso o no, definitivamente antes me afectaba más que ahorita, antes me quedaba con un comentario de alguien que no conocía, me quedaba dos días en la cabeza (...) pero pasa porque no sabes cómo manejar eso (...).</p>	
<p><b>4. ¿Qué consecuencias han tenido en ti dichos efectos (positivos o negativos) provenientes del <i>feedback</i> de redes sociales en tu rendimiento deportivo?, ¿En general, cuánto tiempo ha durado dicho efecto?</b></p> <p><b>4.1. ¿Cuál crees que podría ser para ti un efecto de tales comentarios en redes sociales, en tu rendimiento deportivo?</b></p>	<p>Sobre todo, la confianza, las redes sociales pueden afectar mucho la confianza, entonces, pero no es lo único, hay más cosas alrededor que puedan afectar la confianza.</p>	
<p><b>5. ¿Consideras que tu rendimiento general en el presente/último torneo/competencia fue o ha sido equivalente al <i>feedback</i> recibido en redes sociales?</b></p>	<p>Hay partidos que yo sé que jugué mal y digo, ni me voy a meter a redes sociales porque sé que jugué mal y no quiero saber lo que está pasando (...).</p>	
<p><b>6. ¿Por qué consideras que otros deportistas han experimentado estos efectos sobre su rendimiento deportivo (positivos o negativos)?</b></p> <p><b>6.1. ¿Por qué crees que estos comentarios afectan a otros deportistas?</b></p>	<p>Es importante tener un círculo de apoyo, no me va a doler igual un comentario de alguien en Twitter o Instagram, a un comentario de mi papá (...) el sabe toda mi carrera y sabe cómo soy y de lo que soy capaz (...) creo que es importante este círculo de apoyo, yo tengo la fortuna de que lo tengo, hay muchos deportistas y muchos futbolistas que no tienen ese</p>	

	<p>circulo que los arrope ¿no? Entonces se vuelve más difícil todo el manejo.</p>	
<p><b>7. ¿Por qué consideras que la gente da este tipo de <i>feedback</i> en redes sociales?</b></p>	<p>La ignorancia de no saber todo lo que hay alrededor. La gente puede opinar lo que quiera, como quiera y muy cómodamente (...) puedes tener un seudónimo y comentar lo que quieras en Twitter (...) hay otro lado que la gente no conoce (...) esa ignorancia es también porque no se conoce todo lo que hay detrás de una futbolista, quizá compartiendo todo lo que hay detrás puedas lograr una empatía</p>	
<p><b>8. ¿Qué haces o qué harías tú para manejar este tipo de situaciones, dentro del ámbito deportivo?</b></p>	<p>Hay momentos donde no me acerco a redes sociales, no abro Twitter, no abro Instagram, porque la estoy pasando mal. Yo también aprendo a que no tengo que estar presente todo el tiempo en redes sociales (...) cada quien lo maneja de forma distinta y vas aprendiendo quizá con la práctica y la experiencia (...)</p>	
<p><b>9. ¿Cómo consideras que entrenadores, cuerpo técnico, directivas, federaciones, etc. pueden apoyar para mediar y/o regular el <i>feedback</i> que reciben los deportistas en redes sociales?</b></p>	<p>Estaría increíble que en fuerzas básicas comiencen con esto (...) se puede empezar a muy temprana edad (...) lo ideal sería que se empezara a, no sé si a educar pero a concientizar a esta edad (...) cómo se les enseña a pegarle a un balón, a dar un buen pase, se le tiene que enseñar a lidiar con todo lo demás, redes sociales, alimentación (...) “estás expuesto a esto, puedes hacer esto o lo otro”, dar distintas</p>	

	<p>herramientas (...). A nivel profesional, cuando un jugador va a debutar, sería ideal que se le llevara casi de la mano (...) no hay tanta estructura por parte de los clubes, creo yo (...)</p>	
<p><b>Invitar al entrevistado a dar una reflexión acerca del tema. ¿Hay algo más que te gustaría agregar?</b></p>	<p>Hay que acompañar más a las generaciones más jóvenes, darles ese apoyo, creo que es fundamental, que ojalá se vaya haciendo cada vez más en los clubes, y en todos los sentidos, o sea, darles una atención más integral a los futbolistas (...) y a la vez todo esto ojalá ayude para que la gente entienda un poquito más todo lo que hay detrás (...).</p>	

### Entrevista 3

<b>Nombre: Futbolista 3</b>	<b>Edad: 21 años</b>
<b>Redes: Instagram, Twitter, Facebook</b>	<b>Ciudad origen: Monterrey, N.L.</b>
<b>Años practicando el deporte: 17 años</b>	<b>Años de profesionalismo: 6 años</b>

Pregunta	Respuesta	Comentarios
1. <b>¿Qué aspectos de la interacción en redes sociales consideras como <i>feedback</i> y consideras que tiene algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo?, ¿Por qué? (Si es sí, ¿de qué manera?)</b>	Sentía yo que no me afectaba tanto, pero decir de alguna manera así se te quedan como los comentarios en tu cabeza o sea como que los lees (...) en alguna forma sí te llegan a afectar mentalmente.	
2. <b>¿Has sido testigo de algún caso/Has conocido algún caso en el que el <i>feedback</i> de redes sociales haya causado algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo? (explicación)</b>	No me han contado directamente, pero yo siento que sí han visto y hay muchas que no son tan fuertes mentalmente como para soportar leer los comentarios y a veces por eso mejor no se meta a verlos. (...) yo platicando con ellas la verdad es que muchos no leen los comentarios, pero hay otras que sí, entonces a lo que me platicaban de cierta manera decían que no pero indirectamente yo creo que sí les sigue afectado.	
3. <b>¿Has experimentado alguna situación en la que hayas percibido que el <i>feedback</i> tuvo algún efecto (positivo o negativo) en tu rendimiento deportivo? (¿cómo fue? / ¿por qué cree que no?)</b>	Yo soy mucho así de que “que digan” sabes al final de cuentas te digo la gente siempre va a hablar y si hay uno que otro comentario que sí te puede llegar a afectar porque si te quedas como sobre pensando de que “ay y si es verdad” (...) no se te queda todo el	

	tiempo, pero logra entrar en tu cabeza.	
<p><b>4. ¿Qué consecuencias han tenido en ti dichos efectos (positivos o negativos) provenientes del <i>feedback</i> de redes sociales en tu rendimiento deportivo?, ¿En general, cuánto tiempo ha durado dicho efecto?</b></p> <p><b>4.1. ¿Cuál crees que podría ser para ti un efecto de tales comentarios en redes sociales, en tu rendimiento deportivo?</b></p>	(...) no se te queda todo el tiempo, pero logra entrar en tu cabeza.	
<p><b>5. ¿Consideras que tu rendimiento general en el presente/último torneo/competencia fue o ha sido equivalente al <i>feedback</i> recibido en redes sociales?</b></p>	En cierta parte es un poco exagerado porque no saben lo que hay detrás de eso no saben qué diario se trabaja en los entrenamientos, habíamos tenido entrenamientos súper buenos y no saben, yo siento que no están conscientes de todo lo que conlleva adaptarse con jugadoras nuevas con entrenador nuevo. Tengo como que esa esa idea en mi cabeza de que son personas que no saben que no están conscientes de esto para que a lo mejor también es como una barrera para que no logré afectarme tanto.	
<p><b>6. ¿Por qué consideras que otros deportistas han experimentado estos efectos sobre su rendimiento deportivo (positivos o negativos)?</b></p> <p><b>6.1. ¿Por qué crees que estos comentarios afectan a otros deportistas?</b></p>	Hay muchas que no son tan fuertes mentalmente como para soportar leer los comentarios y a veces por eso mejor no se meta a verlos.	

<p><b>7. ¿Por qué consideras que la gente da este tipo de <i>feedback</i> en redes sociales?</b></p>	<p>Muchas veces cuando las personas hacen comentarios negativos ellos no están o no se sienten bien con ellos mismos entonces necesitan pues molestar a la demás gente para sentirse o a lo mejor eso los hace sentir bien no sé es como cuando haces bullying.</p>	
<p><b>8. ¿Qué haces o qué harías tú para manejar este tipo de situaciones, dentro del ámbito deportivo?</b></p>	<p>Mi consejo más así es no te metas a ver los comentarios por lo menos de las publicaciones, menos terminando el partido. (...) si fue un partido que perdiste, no tuviste un buen juego y luego te vas y te metes a los comentarios y puede haber de 100, uno tuyo, y sientes que hubo 100 tuyos, y uno de alguien más.</p>	
<p><b>9. ¿Cómo consideras que entrenadores, cuerpo técnico, directivas, federaciones, etc. pueden apoyar para mediar y/o regular el <i>feedback</i> que reciben los deportistas en redes sociales?</b></p>	<p>Pues la verdad no sabría decirte que se pudiera hacer porque muchas veces los entrenadores y cuerpo técnico también se meten a ver los comentarios y demás y obviamente al final yo creo que ellos son los más afectados.</p> <p>pues a lo mejor no ver o que les digan que no vean redes sociales, no sé, hasta 3 días después, o sea, que traten de evitarlo yo creo que nada más es, no como una acción, sino que una idea de que no lo vea reciente, porque siento también que es más el trabajo como con un psicólogo.</p> <p>Sería trabajar en uno como persona, como jugador, siento que eso sería es lo más importante.</p>	



<b>Invitar al entrevistado a dar una reflexión acerca del tema. ¿Hay algo más que te gustaría agregar?</b>	Pues solo que no se dejen llevar por los comentarios de las demás personas porque pues al final que el único que se ve afectado pues eres tú, o como persona te lastimas a ti mismo viendo los comentarios, entonces es preferible evitar ese tipo de vistas.	
--	---	--

## Entrevista 4

<b>Nombre: Futbolista 4</b>	<b>Edad: 23 años</b>
<b>Redes: Instagram, Twitter.</b>	<b>Ciudad origen: Tijuana, B.C.</b>
<b>Años practicando el deporte: más de 10 años</b>	<b>Años de profesionalismo: 6 años</b>

Pregunta	Respuesta	Comentarios
<p><b>1. ¿Qué aspectos de la interacción en redes sociales consideras como <i>feedback</i> y consideras que tiene algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo?, ¿Por qué? (Si es sí, ¿de qué manera?)</b></p>	<p>Yo creo que los comentarios, los likes sí entran, pero, más los comentarios y los compartidos.</p> <p>En general, puede ser que, es más bien como cada quien lo pueda interpretar. Por lo menos, yo al principio sí le tomaba mucha importancia a lo que decían de mí, pero ya ahorita como que lo pude manejar un poco mejor, y por lo menos en mí yo siento que no es algo que pueda afectar en mi cabeza o influir en mi rendimiento (...).</p>	
<p><b>2. ¿Has sido testigo de algún caso/Has conocido algún caso en el que el <i>feedback</i> de redes sociales haya causado algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo? (explicación)</b></p>	<p>Sí, especialmente cuando estaba en otro equipo, la afición era más cargada en ese sentido, y sí me tocó con una compañera que era portera, que de plano sí era algo que le afectaba bastante. Al final creo que son dos caras completas de la moneda, cuando te va bien, todo está bien, cuando te va mal, no te la acabas (...). Todo el hate que llegaban a ponerle Sí le afectaba mucho y emocionalmente sí la tenía muy inestable y hasta alomejor triste o deprimida, no sé, pero sí fue algo que</p>	

	<p>llegó a afectarle en ese momento.</p> <p>La desconfianza, creo que en muchas cosas, alomejor balones que eran tan básicos o sencillos (...) balones que ya tenía y se le iban de las manos, cómo que traer toda esa presión que le arraigaban los comentarios, hacía que estando dentro se la cancha no se enfocara tanto en lo que estaba haciendo, sino que a lo mejor su mente estaba tan enfocada en lo que la gente iba a decir que llegaba a tener errores más notorios.</p>	
<p><b>3. ¿Has experimentado alguna situación en la que hayas percibido que el <i>feedback</i> tuvo algún efecto (positivo o negativo) en tu rendimiento deportivo? (¿cómo fue? / ¿por qué cree que no?)</b></p>	<p>Sí, es que, te digo, al inicio estando ahí como que precisamente como que sí llegaba, igual, como que cosas de fildeos, distracciones, tomas de decisiones y errores de marcas, como que si uno se queda “no pues a lo mejor si es cierto lo que están diciendo de mí” y pues son distracciones dentro del campo que al final seguían afectando mi rendimiento y me hacían ver mal de alguna manera.</p>	
<p><b>4. ¿Qué consecuencias han tenido en ti dichos efectos (positivos o negativos) provenientes del <i>feedback</i> de redes sociales en tu rendimiento deportivo?, ¿En general, cuánto tiempo ha durado dicho efecto?</b></p> <p><b>4.1. ¿Cuál crees que podría ser para ti un efecto de tales comentarios en redes</b></p>	<p>Lo más que podría afectarle a alguien es lo emocional, a llegar a un punto de llegar a creerse lo que se está diciendo de la persona.</p>	

<p><b>sociales, en tu rendimiento deportivo?</b></p>		
<p><b>5. ¿Consideras que tu rendimiento general en el presente/último torneo/competencia fue o ha sido equivalente al <i>feedback</i> recibido en redes sociales?</b></p>	<p>Yo creo que este torneo sí ha sido equivalente porque obviamente no han sido los mejores resultados y eso acompaña a la desesperación de la misma afición de hasta cierto punto molestarse o enojarse, por los buenos resultados que exigen y al final todo equipo merece dar buenos resultados (...) pero sí creo también que juega un poco la pasión, se dejan llevar solamente por los resultados pero viendo el futbol solamente como afición, no viendo el futbol siendo más críticos de decir “bueno, ok, no se están dando los resultados pero jugaron bien”, diferentes cuestiones que futbolísticamente nosotros nos detenemos a pensar (...).</p>	
<p><b>6. ¿Por qué consideras que otros deportistas han experimentado estos efectos sobre su rendimiento deportivo (positivos o negativos)?</b> <b>6.1. ¿Por qué crees que estos comentarios afectan a otros deportistas?</b></p>	<p>Porque no tenemos la suficiente confianza por los malos resultados, pero ese tipo de cosas, de alguna manera esperamos tener cierto apoyo de decir bueno pues no importa, este torneo al mejor no ha sido el bueno pero el pasado estuvo mejor (...) como que si esperamos un poco esa empatía de la afición y al no verla si nos afecta mucho en el hecho de decir bueno de alguna manera nos estamos sintiendo como solas (...), siento que nos afecta en lo emocional, principalmente,</p>	

	por no sentir el apoyo de esa gente.	
<b>7. ¿Por qué consideras que la gente da este tipo de <i>feedback</i> en redes sociales?</b>	Pues creo que, para la gente fuera es muy fácil juzgar, es muy fácil decir “ah es que lo están haciendo mal” (...), siempre las personas estamos acostumbradas a criticar al que está delante antes de verse a uno mismo, quizá, en ese aspecto es algo que quizá la pasión los orilla al mejor a querer exigir resultados buenos o positivos pero al final de cuentas creo que todo es un proceso y tampoco lo ven ellos (...).	
<b>8. ¿Qué haces o qué harías tú para manejar este tipo de situaciones, dentro del ámbito deportivo?</b>	Yo lo que hago ahorita la verdad no me enfoco tanto en los comentarios que hay en redes sociales o casi no las veo, la verdad, prefiero evadirlas y seguirme concentrando en mejorar lo que yo estoy haciendo mal (...) creo que sí me ha ayudado mucho en este torneo ignorar las cosas que se ponen o se están diciendo y no tomármelo personal, entonces creo que eso sí ha ayudado bastante.	
<b>9. ¿Cómo consideras que entrenadores, cuerpo técnico, directivas, federaciones, etc. pueden apoyar para mediar y/o regular el <i>feedback</i> que reciben los deportistas en redes sociales?</b>	Creo que todo este tipo de cosas sale con la terapia psicológica, creo que al final son cosas que nos afectan en silencio y que al mejor no es tan fácil poderlo hablar con una compañera o cosas así, entonces creo que sí podría ser un poco más de ayuda el tener más el acercamiento de psicólogos dentro de este ámbito deportivo y sí se	

	<p>puede mejorar en este aspecto.</p> <p>Hay un área de medios, pero como tal no ha habido una platica de “no pues tienen que hacer esto” (...) en el club actual no ha habido un acercamiento por lo menos con las chavitas que vienen subiendo de las subs (...).</p>	
<p><b>Invitar al entrevistado a dar una reflexión acerca del tema. ¿Hay algo más que te gustaría agregar?</b></p>	<p>Creo que fue muy puntual esa parte de para mí que ya he tenido más años, sí me ha funcionado bastante no enfocarme en los comentarios negativos (...) con el paso del tiempo uno se va dando cuenta de que no es toda la verdad, no tiene nada que ver y nunca van a darse cuenta del trabajo diario que hacemos nosotras (...).</p>	

## Entrevista 5

<b>Nombre: Futbolista 5</b>	<b>Edad: 22 años</b>
<b>Redes: Instagram, WhatsApp.</b>	<b>Ciudad origen: Torreón, Coah.</b>
<b>Años practicando el deporte: más de 10 años</b>	<b>Años de profesionalismo: 3 años</b>

Pregunta	Respuesta	Comentarios
<b>1. ¿Qué aspectos de la interacción en redes sociales consideras como <i>feedback</i> y consideras que tiene algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo?, ¿Por qué? (Si es sí, ¿de qué manera?)</b>	A mí, las redes sociales me ayudan en cosas motivacionales o de deportistas más expertos que ya han tenido su carrera y pues siempre hay frases ¿no? (...) me inspira, me lo imagino y digo “yo también puedo”.	
<b>2. ¿Has sido testigo de algún caso/Has conocido algún caso en el que el <i>feedback</i> de redes sociales haya causado algún efecto (positivo o negativo) en el rendimiento deportivo? (explicación)</b>	Te mentiría, pero en lo personal, comentarios malos siempre va a haber y gente inexperta siempre va a opinar, los comentarios la verdad a mí en lo personal no me afectan, y siempre me voy más enfocada en “bueno, si dijeron esto, voy a comentarlo con mi profesor que es el que sabe, en qué puedo mejorar y él que vio”, pero así comentarios, la verdad no me ha afectado.	
<b>3. ¿Has experimentado alguna situación en la que hayas percibido que el <i>feedback</i> tuvo algún efecto (positivo o negativo) en tu rendimiento deportivo? (¿cómo fue? / ¿por qué cree que no?)</b>	En lo personal entro a veces a los comentarios de Facebook y comentarios malos siempre hay, y ha habido comentarios míos donde yo sola digo “estoy muy mal yo sí le creo porque yo sé lo bien que hice en el partido y me quedo con el esfuerzo, y que el resultado no sólo es mío, es de todo el equipo.	

<p><b>4. ¿Qué consecuencias han tenido en ti dichos efectos (positivos o negativos) provenientes del <i>feedback</i> de redes sociales en tu rendimiento deportivo?, ¿En general, cuánto tiempo ha durado dicho efecto?</b></p> <p><b>4.1. ¿Cuál crees que podría ser para ti un efecto de tales comentarios en redes sociales, en tu rendimiento deportivo?</b></p>	<p>Empieza en lo individual, el costal se va llenando de piedritas, una piedrita es mi compañera, si se enfoca en esos comentarios le afecta en su rendimiento, en su confianza, y por estar pensando, no es tal cual ella, el talento que sabemos que tiene lo puede frenar por dudas que puede tener por los comentarios que llegó a leer, y quieras o no es una cadenita que también al equipo le afecta.</p>	
<p><b>5. ¿Consideras que tu rendimiento general en el presente/último torneo/competencia fue o ha sido equivalente al <i>feedback</i> recibido en redes sociales?</b></p>	<p>Creo que hay de todo tipo, pero creo que es más la gente que no es coherente, que nomás tira por tirar, por ejemplo, por decirte, un 80% nada más hate y el otro 20 % “ah bueno, pero se hizo esto, se hizo el otro, pero pues sigue faltando, no sé, el gol por ejemplo”, (...) muchas veces pienso que lo hacen sin pensar, nomas por llegar y tirar.</p>	
<p><b>6. ¿Por qué consideras que otros deportistas han experimentado estos efectos sobre su rendimiento deportivo (positivos o negativos)?</b></p> <p><b>6.1. ¿Por qué crees que estos comentarios afectan a otros deportistas?</b></p>	<p>A lo mejor a muchas no les gusta hablar, porque es difícil hablar, pensar las cosas, decirlas y también porque no estamos tan acostumbradas.</p>	
<p><b>7. ¿Por qué consideras que la gente da este tipo de <i>feedback</i> en redes sociales?</b></p>	<p>A veces yo digo “¿no tienen otras cosas más importantes en sus vidas que los mantenga ocupados? Cómo a mi me tiene, el no estar como “ay ahora qué publicó para decirle cosas”, o le falta esto, le falta el otro,</p>	



	que claro, siempre va a haber comentarios, pero creo yo hay hasta modos (...) yo sí pienso eso, no tienen otra cosa qué hacer (...).	
<b>8. ¿Qué haces o qué harías tú para manejar este tipo de situaciones, dentro del ámbito deportivo?</b>	Mi estrategia es estar consciente de lo que yo sé que sí hice y eso me ayuda a que “no es real”, y como te digo son personas inexpertas o que nada más ven el futbol por, muchos por criticarlo, más que nada el femenino, y a veces hasta entro a sus perfiles y digo “nombre tú ni pateas ni un balón”, entonces no le doy importancia	
<b>9. ¿Cómo consideras que entrenadores, cuerpo técnico, directivas, federaciones, etc. pueden apoyar para mediar y/o regular el <i>feedback</i> que reciben los deportistas en redes sociales?</b>	Es que también eso depende mucho de lo personal, quien quiera trabajar lo suyo, hablando de esta área de psicología yo creo que te ayuda mucho pero no muchas lo ven. Siento que muchas juegan por jugar, o si tienen algún problema o una duda quieren solucionarlos como que solas, entonces nunca esperan una ayuda, entonces eso es muy individual y también tienen que darse cuenta, y también para darse cuenta es un proceso. Y sí se les puede ayudar, pero siempre y cuando ellas quieran, (...), sí está la herramienta, otra cosa es que cada una quiera usarla.	
<b>Invitar al entrevistado a dar una reflexión acerca del tema. ¿Hay algo más que te gustaría agregar?</b>	Que la psicología es muy buena en el deporte, te prepara para todos los escenarios posibles y como	

	que al vivirlo dices tu “ya vengo preparada para esto”.	
--	---	--

## ACTIVIDADES DE RETRIBUCIÓN SOCIAL

Instrucciones. Revisar el Anexo 1. Actividades de retribución social del CONAHCYT y completar la siguiente Tabla de acuerdo a las actividades realizadas **en el transcurso de TODA** la Maestría en Psicología del Deporte.

No.	Actividad de retribución social	Fecha de inicio	Fecha de término	Institución en la que realizó la actividad	Descripción del impacto social de la actividad
1	Prácticas de psicología deportiva en boxeo	1 de febrero 2022	27 de mayo 2022	INDE	Actividad de apoyo y colaboración social en el área de psicología deportiva, proporcionando capacitación sobre temas de relevancia para los atletas.
2	Prácticas de psicología deportiva en Futbol soccer	2 de septiembre 2022	21 de diciembre 2022	UANL	Actividad de apoyo y colaboración social en el área de psicología deportiva, llevando a cabo evaluación e intervención psicológica.
3	Presentación en taller de trabajos libres en el área de psicología deportiva en el marco del XXX Congreso Internacional FOD "Educación física, Deporte y Ciencias aplicadas"	5 de octubre de 2022	7 de octubre de 2022	UANL	Presentación de resultados de investigación con el fin de brindar información relevante para el área de psicología deportiva.
4	Prácticas de psicología deportiva en Futbol soccer	01 de febrero de 2023	26 de mayo de 2023	UANL	Actividad de apoyo y colaboración social en el área de psicología deportiva, llevando a cabo evaluación e intervención psicológica.
5	Presentación como ponente en XIX Coloquio de la Red Multiregional de Programas de Posgrado de Calidad en Psicología (RMPPCP)	31 de mayo de 2023	2 de junio de 2023	UANL	Presentación de resultados de investigación con el fin de brindar información relevante para el área de psicología deportiva.
6	Presentación en taller de trabajos libres en el área de psicología deportiva en el	18 de octubre	20 de octubre	UANL	Presentación de resultados de investigación con el fin de brindar información relevante para el área de

	marco del XXXI Congreso Internacional FOD "Educación física, Deporte y Ciencias aplicadas"				psicología deportiva.
--	--	--	--	--	-----------------------

Del listado de actividades, seleccionará la última actividad, de índole práctico, y adjuntará la Constancia de actividad de retribución social, de acuerdo al formato proporcionado por becas CONAHCyT.



La Universidad Autónoma de Nuevo León  
y la Facultad de Organización Deportiva

otorga la presente:

# CONSTANCIA

Por haber participado en el taller de trabajos libres, en el área de  
**Psicología Deportiva**, con el trabajo titulado:

Las barras de fútbol y el sentido de pertenencia: su impacto en la  
sociedad. Revisión Sistemática.

Autor:

Jonathan Alexis Powell Galaviz

en el marco del **XXX Congreso Internacional FOD "Educación Física,  
Deporte y Ciencias Aplicadas"**, el cual se desarrolló durante los días 5, 6  
y 7 de octubre de 2022.

*"Alere Flammam Veritatis"*

MAFyD. Rubén Ramírez Nava  
Director de la Facultad de  
Organización Deportiva  
UANL



San Nicolás de los Garza, Nuevo León, México, a 7 de octubre del 2022.

