



Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org



EDITORIAL

Nos enorgullece compartir que la *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico* (RPADEF) ha ascendido al Tercer Cuartil (Q3) en el *Scimago Journal Rank* (SJR), un reflejo de nuestro compromiso continuo por mejorar y consolidarnos como un referente en la disciplina en lengua española. Felicitamos a los autores, lectores, revisores, al equipo editorial de la revista y a los profesionales del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid (COPM) y su Fundación (FCOPM), cuyo esfuerzo conjunto ha hecho posible este avance.

En este contexto, la investigación aplicada en Psicología del Deporte continúa expandiendo su alcance, ofreciendo respuestas relevantes a los retos que enfrentan deportistas, entrenadores y profesionales de la salud mental. Antes de adentrarnos en los nuevos trabajos publicados, queremos informar de algunas de las actividades que siguen desarrollándose desde la Sección de Psicología del Deporte y el Ejercicio Físico del COPM:

- El *Ciclo Online de Conferencias sobre Psicología del Deporte* continúa cosechando éxitos, alcanzando ya su IV edición. Cada último jueves de mes, a las 19:00 horas, destacados/as psicólogos/as comparten sus experiencias profesionales. La inscripción, totalmente gratuita, permite a los asistentes acceder a sesiones enriquecedoras que fomentan la divulgación y el intercambio de conocimientos en el ámbito. Más información en: [enlace](#).
- En octubre de 2024 comenzó la tercera edición del *Curso Online de Experto en Psicología Coaching Deportivo*, clausurado en febrero de 2025. Este programa formativo ofrece a psicólogos/as herramientas prácticas en estrategias de modificación de conducta, facilitando su incorporación al mercado laboral y ampliando sus competencias profesionales en el ámbito deportivo. Más información en: [enlace](#).
- El COPM y la Federación Madrileña de Fútbol (FFM) han firmado un convenio para el desarrollo de un

proyecto de investigación e intervención en psicología aplicada al fútbol, centrado en equipos de categorías infantil y cadete. Próximamente, se contratarán siete psicólogos/as deportivos para trabajar en doce clubes de la Comunidad de Madrid y en las selecciones de la FFM. Más información en: [enlace](#).

Respecto a este nuevo número de RPADEF, se presentan estudios que, desde distintas perspectivas, refuerzan la importancia de un enfoque integrador, interdisciplinario y basado en la evidencia para la promoción del bienestar psicológico y el rendimiento deportivo.

Dentro del apartado de *Investigación Aplicada en Psicología del Deporte*, comenzamos con el trabajo de Peña-Muñante, Cerezuela, Lirola y Cangas, titulado "*Actividades deportivas y bienestar en personas con trastorno mental grave*". Este estudio analiza el impacto de diversas actividades deportivas en personas con Trastorno Mental Grave (TMG). A través de un diseño cuasi-experimental, los autores muestran cómo una única sesión de senderismo, atletismo, fútbol-7 o pickleball puede favorecer mejoras en el bienestar emocional, especialmente en términos de estado de ánimo y relajación. Estos hallazgos evidencian el valor terapéutico de la actividad física en una población que enfrenta serias dificultades de integración social y bienestar.

Por su parte, Ardura-González y De la Villa Moral-Jiménez, en "*Ansiedad precompetitiva y rendimiento deportivo en futbolistas profesionales: relación con categoría y supervisión psicológica*", examinan la relación entre ansiedad precompetitiva y rendimiento en futbolistas profesionales. Aunque no se encuentran diferencias en función de variables sociodemográficas o competitivas, los autores subrayan que las habilidades psicológicas son determinantes en el desempeño, destacando el papel esencial del psicólogo del deporte.

En el estudio "*Regulación emocional y problemas con los videojuegos: explorando las diferencias entre jugadores de esports y otros gamers*", Gili Pozo y Bernaldo-de-Quirós



Este es un artículo Open Access bajo la licencia <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

abordan el proceso de regulación emocional en *gamers*, diferenciando entre jugadores de esports y no competitivos. Aunque no se hallaron diferencias significativas en el uso problemático de videojuegos, los resultados invitan a profundizar en la regulación emocional como factor protector frente al Trastorno de Juego por Internet.

El trabajo *“Síntomas psicopatológicos en árbitros de fútbol: un estudio piloto”* de Arbinaga, Duran Andrada y Abdul-Jabbar Khudhair explora la sintomatología psicopatológica en árbitros de fútbol. Los resultados reflejan una preocupante prevalencia de malestar psicológico en esta población, reforzando la urgencia de implementar programas específicos de apoyo emocional y prevención.

En el apartado de *Revisiones*, Valls Barberá y Magallares, en *“Influencia de los estilos de apego en el deportista de competición: una revisión sistemática PRISMA”*, ofrecen una revisión sistemática sobre el papel del apego en deportistas de competición. Sus hallazgos validan el uso de la teoría del apego para comprender mejor los factores que influyen en el bienestar y rendimiento deportivo, destacando el valor del apego seguro.

En *Experiencia Profesional*, el trabajo *“Implementación de un servicio de psicología en la academia de fútbol de primera división”* de De las Heras, Silva y Pons, describe la creación de un servicio de Psicología en la academia del R.C.D. Mallorca. Este proyecto constituye un excelente ejemplo de intervención interdisciplinaria, promoviendo el desarrollo integral y la salud mental de los jóvenes futbolistas.

Finalmente, en la sección de *Recensión*, Garcés de los Fayos nos acerca al libro *“Avances en el entrenamiento de habilidades mentales”*, coordinado por Bertollo, Filho y Terry. La obra recopila contribuciones internacionales de alto nivel y ofrece una actualización de estrategias eficaces en el entrenamiento psicológico en el deporte.

Con este conjunto de contribuciones, reafirmamos el compromiso de nuestra revista con la difusión de trabajos que, desde la rigurosidad científica y la aplicación práctica, contribuyen a construir un deporte más humano, saludable y basado en el conocimiento.

Alejo García-Naveira
Director de RPADEF