



# Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

[www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org](http://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org)



## EDITORIAL

Avances y desafíos son dos palabras que podrían definir nuestra situación actual. El crecimiento de la *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico* (RPADEF), evidenciado en el aumento de artículos recibidos y de visibilidad en el ámbito académico y profesional tras la indexación de la revista (SJR, Q3), representa un motivo de orgullo, pero también de responsabilidad: seleccionar trabajos que cumplan los estándares de calidad y relevancia científica sigue siendo nuestra prioridad. Hacemos un llamamiento a los autores para que continúen enviando contribuciones rigurosas, ya sea dentro de los apartados “*Investigación Aplicada en Psicología del Deporte*”, “*Revisiones Sistemáticas y/o Metaanálisis*” y “*Experiencias profesionales de los psicólogos y psicólogas del deporte*”.

Como se indica en la guía de envío para autores de la revista (<https://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org/autores>), los factores en los que se basa la decisión sobre la aceptación-rechazo de los trabajos por parte de la redacción de la RPADEF son los siguientes:

1. Experiencias profesionales representativas del psicólogo/a;
2. Aplicabilidad al campo profesional;
3. Actualidad y novedad;
4. Originalidad: totalmente original, información valiosa, repetición de resultados conocidos;
5. Relevancia: aplicabilidad de los resultados para la resolución de problemas concretos;
6. Significación: avance del conocimiento científico;
7. Fiabilidad y validez científica: calidad metodológica contrastada con representatividad muestral;
8. Presentación: buena redacción y organización (coherencia lógica y presentación material).

Adicionalmente, informamos a autores y lectores de que la revista adopta un modelo de publicación continua en acceso abierto, dejando atrás el formato bianual por número (diciembre–junio). Este cambio permitirá mayor agilidad en

los tiempos de publicación y una mejora en la visibilidad e impacto de los trabajos aceptados.

En relación con este nuevo número de la *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico* (RPADEF), celebramos la diversidad y profundidad de la investigación aplicada en nuestro campo. La colección de artículos incluidos refleja la amplitud de las temáticas abordadas, desde la Psicología del Deporte competitivo y los esports hasta la salud mental en adultos activos y la evaluación de trastornos relacionados con la imagen corporal en deportistas.

Dentro del apartado de **Investigación Aplicada en Psicología del Deporte**, comenzamos con investigaciones que exploran aspectos innovadores y de relevancia práctica. Guillermo Mendoza, Manuel Jiménez y Oliver Leis presentan el artículo “**Respuestas hormonales después de ganar y perder de un equipo profesional de ‘League of Legends’**”, mostrando cómo la victoria y la derrota en competiciones oficiales modulaban testosterona y cortisol, datos que pueden guiar estrategias de intervención para optimizar el rendimiento y el bienestar psicológico. Por su parte, Flavia Vique-Bonino, Karina Curione-Bulla, Diego Pena-Perg y Miquel Torregrossa-Alvarez publican “**¿Cómo vine a parar acá? Migración interna, profesionalización temprana y desigualdades en el fútbol uruguayo**”, ofreciendo un profundo análisis de la migración temprana y la profesionalización en el fútbol uruguayo, evidenciando cómo estos procesos impactan la identidad y las oportunidades de desarrollo de los jóvenes atletas.

En el ámbito de la salud y el rendimiento, Javier Sánchez-Betancourt, Jorge Alberto Guzmán Cortés, Rubén Avilés Reyes, María Rosa Avila-Costa y Gabriel Miranda Sandoval presentan “**Efecto del ejercicio físico de alta intensidad en la salud mental y memoria de trabajo en adultos activos**”, mostrando que la práctica de ejercicio físico de alta intensidad no solo protege la salud mental, sino que también favorece la memoria de trabajo en adultos activos. En línea con la importancia de la imagen corporal y la salud



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

psicológica, Ximena Shady Godínez Garrido, Lilián Elizabeth Bosques-Brugada, Luis Israel Ledesma Amaya, Abel Lerma-Talamantes, Rebeca María Elena Guzmán Saldaña, María Luisa Escamilla Gutiérrez y Christian Jazmín Flores Pérez publican **“Trastornos de la conducta alimentaria y dismorfia muscular en atletas de CrossFit mexicanos”**, destacando la presencia de insatisfacción corporal y dismorfia muscular en atletas de CrossFit mexicanos, subrayando la necesidad de intervenciones preventivas. Finalmente, José Pérez García presenta **“Competencias mentales y emocionales en nadadores máster de aguas abiertas: estudio cualitativo”**, profundizando en las competencias mentales y emocionales de nadadores máster de aguas abiertas y proponiendo la implementación de programas de preparación mental adaptados a las características de esta población adulta activa.

En el apartado de **Revisiones**, Luis Cardozo, Cristian Lozano Rodríguez, Karen Uriza García, Carlos Castillo-Daza, Jhonatan Peña-Ibagón, Eduardo Saez de Villarreal, Jennifer Méndez-González y Andrés Carrillo-González presentan **“Instrumentos de evaluación psicológica en taekwondo: una revisión de alcance”**, mostrando la fragmentación y la necesidad de herramientas validadas específicas para este deporte. Camila Tristancho-Celis, Laura Parra-Jaramillo, Cristhian Quiceno-Florez, Terry Sandberg, Alejandra Franco, Diana Salazar-Tamayo, Michelle Vargas-Galeano y Haney Aguirre-Loaiza presentan **“Efectos de la actividad física sobre la salud mental: una revisión paraguas de carácter integral”**, sintetizando la evidencia sobre los efectos de la actividad física en la salud mental, reforzando su potencial preventivo y terapéutico, y subrayando la importancia de investigar variables como frecuencia, intensidad y tipo de actividad.

En la **sección de Recensión**, Pilar Jerez Villanueva analiza el libro **Gestiona tu adrenalina: entrénate para la vida** de Alejo García-Naveira, una obra que conecta de manera clara el afrontamiento y la preparación emocional con la vida

cotidiana de las personas a partir de las experiencias de deportistas de alto rendimiento, hábitos saludables que potencian y la Psicología del Deporte.

Adicionalmente, se inaugura una nueva **sección de Análisis Psicológico de Películas sobre Deporte**, en este caso de la película “42 segundos”, realizada por Isabel Bermejo Gómez, del grupo *Psicoartaes* (Psicología y Artes Audiovisuales y Escénicas) del Colegio Oficial de la Psicología de Madrid. “42 segundos” narra la preparación del equipo español masculino de waterpolo rumbo a los Juegos Olímpicos de Barcelona 1992, mostrando tanto el esfuerzo físico como las luchas personales de los jugadores. La película combina drama y deporte, destacando la resiliencia y el espíritu de equipo.

Cabe destacar que *Psicoartaes*, activo desde 2008, busca explorar la interacción entre psicología y disciplinas artísticas, y su participación en la revista permitirá abrir nuevas secciones que reflejen la aplicación de la psicología en contextos creativos y culturales. Invitamos a nuestros lectores a conocer más sobre su trabajo en su [blog](#) y sus redes sociales de [Instagram](#) y [Facebook](#).

Esperamos que este número inspire nuevas investigaciones, fomente la aplicación práctica de la Psicología en el Deporte y el ejercicio físico, y refuerce la relevancia de nuestra disciplina en contextos diversos dentro del deporte.

Y, por último, todo el equipo editorial de la *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico* queremos desearles unas felices fiestas navideñas y próspero año nuevo. Que el 2026 nos traiga salud, felicidad y trabajo..., así como nuevos avances y desafíos en Psicología del Deporte.

**Alejo García-Naveira**  
Director de RPADEF