

UCUENCA

Universidad de Cuenca

Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Carrera de Ciencias de la Educación en la Especialización de Cultura
Física

Motivos por los cuales los futuros talentos futbolísticos en las escuelas formativas “Joga Bonito” y “Liga Deportiva Cantonal” de la ciudad de Zaruma, abandonan la práctica del fútbol a tempranas edades, la influencia social, física y deportiva


Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciado en Ciencias de la Educación en Cultura Física

Autor:

Luciano Joel Sánchez Sisalima

Director:

Wilson Teodoro Contreras Calle

ORCID:  0000-0001-9091-2422

Cuenca, Ecuador

2025-11-06

Resumen

El presente estudio tuvo como objetivo identificar los motivos que inciden en el abandono de la práctica futbolística a tempranas edades por parte de jóvenes talentos en las escuelas formativas “Joga Bonito” y “Liga Deportiva Cantonal” de la ciudad de Zaruma. La investigación se enfocó en tres dimensiones fundamentales: social, física y deportiva. Se aplicó una metodología cuantitativa con diseño de campo, utilizando encuestas como técnica principal para la recolección de datos. La población estuvo conformada por 16 estudiantes entre 12 y 17 años. Los resultados reflejan que factores como el bajo acompañamiento de los padres, el sobreentrenamiento físico y la presión ejercida por los entrenadores inciden directamente en la decisión de abandonar el deporte. Se concluye que la permanencia en el fútbol formativo está influenciada por el entorno social, el estado físico y la calidad de la metodología de entrenamiento. Se recomienda implementar estrategias integrales de apoyo y orientación para prevenir la deserción deportiva.

Palabras clave del autor: abandono deportivo, fútbol juvenil, influencia social, sobreentrenamiento, presión deportiva



El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Cuenca ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por la propiedad intelectual y los derechos de autor.

Repositorio Institucional: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Abstract

The purpose of this study was to identify the factors that influence early abandonment of football practice among young talents from the training schools “Joga Bonito” and “Liga Deportiva Cantonal” in the city of Zaruma. The research focused on three main dimensions: social, physical, and sporting. A quantitative field-based methodology was applied, using surveys as the main data collection technique. The study involved 16 students between 12 and 17 years old. The results show that lack of parental support, physical overtraining, and pressure from coaches significantly affect the decision to leave the sport. It is concluded that the continuity in youth football is influenced by the social environment, physical condition, and the quality of the training methodology. It is recommended to implement comprehensive support and guidance strategies to prevent early dropout in football.

Author Keywords: sports dropout, youth football, social influence, overtraining, coaching pressure



The content of this work corresponds to the right of expression of the authors and does not compromise the institutional thinking of the University of Cuenca, nor does it release its responsibility before third parties. The authors assume responsibility for the intellectual property and copyrights.

Institutional Repository: <https://dspace.ucuenca.edu.ec/>

Índice de contenido

Resumen	2
Abstract.....	3
Agradecimiento.....	6
Introducción	7
Planteamiento del Problema	8
Justificación	9
Objetivos.....	10
Objetivo General	10
Objetivos Específicos	10
Capítulo II: Fundamentación teórica.....	11
Estado del arte	11
Abandono Deportivo.....	11
Marco teórico	13
Síndrome Burnout	13
Aspecto Social.....	16
Aspecto Físico.....	22
Capítulo III	24
Metodología.....	24
Tipo de Investigación.....	24
Caso de Estudio: Escuelas Formativas de Fútbol en Zaruma.....	25
Capítulo IV	27
4.1 Resultados	27
Resultados de las entrevistas cualitativas	27
Resultados de la encuesta cuantitativa.....	30
Discusión	35
Conclusiones y Recomendaciones	39
Conclusiones.....	39
Recomendaciones.....	40
Referencias.....	42
Anexos.....	44

Anexo A – Entrevista sobre la percepción del síndrome de burnout y el abandono deportivo	44
Anexo B – Permisos Institucionales.....	46
Anexo C – Ejemplos de Encuestas y Entrevistas Respondidas	48

Agradecimiento

A Dios, por brindarme la fortaleza y sabiduría para culminar esta etapa.

A mis padres, por su apoyo incondicional, motivación y ejemplo constante.

A mis docentes de la Universidad de Cuenca, especialmente al Mgtr. Teodoro Contreras, por su guía, paciencia y valiosas observaciones durante el desarrollo de esta investigación.

A las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma, y a cada uno de los jóvenes que participaron en este estudio, por su colaboración y confianza.

A todas las personas que, directa o indirectamente, fueron parte de este logro. Gracias por creer en mí.

Introducción

El propósito de este trabajo radicó en analizar e identificar las causas por las cuales los futuros talentos futbolísticos, pertenecientes a las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de la ciudad de Zaruma, abandonaron la práctica del fútbol a tempranas edades. En este contexto, la investigación se orientó a responder la siguiente pregunta: ¿Cuáles fueron los motivos por los cuales los futuros talentos futbolísticos abandonaron la práctica del fútbol a tempranas edades, bajo la influencia de factores sociales, físicos y deportivos?

Para ello, se realizó una revisión bibliográfica sobre temas relacionados con el abandono deportivo, el síndrome de burnout y diversas variables dentro del ámbito social, como la ausencia de apoyo por parte de los padres, el conflicto de intereses con otras actividades o deportes, y una experiencia deportiva percibida como poco divertida. Asimismo, en el ámbito físico y deportivo, se consideraron factores como la presión excesiva, las lesiones, la falta de oportunidades y un ambiente de equipo poco favorable. Estas variables se consideraron determinantes, dado que el entorno social, físico y deportivo conformó el estilo de vida del individuo. Por esta razón, fue fundamental que los deportistas se rodearan de modelos positivos, así como de hábitos saludables y adecuados.

Finalmente, se buscó conocer la percepción de los deportistas y entrenadores de las escuelas formativas mencionadas, mediante la aplicación de una metodología mixta, que incluyó estrategias como encuestas y entrevistas. Estas herramientas fueron utilizadas con el propósito de obtener información directa sobre su experiencia en relación con el tema de investigación, así como para identificar las causas sociales, físicas y deportivas que influyeron en la toma de decisiones de los futuros talentos futbolísticos. Asimismo, se pretendió conocer el grado de influencia que ejercieron las relaciones entre padres, entrenadores y deportistas en dicho proceso de decisión, y, de esa forma, interpretar el tipo de entorno y los factores de desmotivación que incidieron en el abandono deportivo. Todo ello permitió una comprensión más profunda del fenómeno investigado.

Planteamiento del Problema

En los últimos años, se ha prestado una atención creciente al estudio del fenómeno del abandono deportivo, especialmente entre jóvenes atletas con proyección en distintas disciplinas. Este fenómeno se manifiesta con mayor complejidad en los deportes colectivos, como el fútbol, donde los factores que influyen en la permanencia o retiro de los deportistas están estrechamente vinculados con su entorno familiar, social y deportivo. La interacción de estas variables puede incidir de forma positiva o negativa en la trayectoria de los jóvenes talentos, determinando su continuidad o abandono de la práctica deportiva (Ponseti & Gili, 2007).

Según Cervelló (1996) y Smith, Taylor y Baker (2024), el abandono deportivo se incrementa durante la adolescencia debido a múltiples barreras contextuales que incluyen el conflicto de intereses con otras actividades, la excesiva demanda de tiempo, la sobrecarga académica o laboral, la disminución del disfrute, la presión excesiva, la falta de apoyo por parte de los padres y las lesiones. A pesar de que la práctica deportiva ofrece numerosos beneficios físicos, psicológicos y sociales, diversas investigaciones han evidenciado un aumento sostenido en los índices de abandono, especialmente durante la etapa escolar, lo cual representa una preocupación significativa para las instituciones educativas y deportivas (Bodson, 1997; Gómez, Ruiz & Piéron, 2010; Nuviala & Nuviala, 2003; Ruiz, 2001).

En este contexto, surge la necesidad de analizar los motivos por los cuales los futuros talentos futbolísticos de las escuelas formativas “Joga Bonito” y “Liga Deportiva Cantonal” de la ciudad de Zaruma abandonan la práctica del fútbol a tempranas edades. Este fenómeno, que cobra cada vez mayor relevancia en el ámbito deportivo, no ha sido suficientemente estudiado a nivel local, lo que limita la implementación de estrategias efectivas para prevenirlo. La falta de conocimiento y sensibilización sobre este problema puede generar consecuencias negativas tanto para los jóvenes como para las instituciones formativas. Por ello, comprender los factores sociales, físicos y deportivos que inciden en el abandono deportivo es fundamental para promover entornos más saludables, motivadores y sostenibles que fomenten la continuidad en la práctica futbolística.

Justificación

La presente investigación reviste gran importancia al abordar los problemas que enfrentan los jóvenes de la ciudad de Zaruma para mantener la continuidad en la práctica deportiva, específicamente en el ámbito futbolístico. A través de un análisis teórico respaldado por estrategias metodológicas como encuestas y entrevistas, se pretende examinar los distintos factores —sociales, físicos y deportivos— que inciden en el abandono de la práctica del fútbol a tempranas edades. Este enfoque permitirá dar respuesta, de forma rigurosa y pertinente, a los interrogantes que surgen en torno a esta problemática (Carter-Thuillier, Carter-Beltrán, Cresp Barría, Ojeda Nahuelcura, 2016).

Además, este estudio representa una contribución significativa tanto para las escuelas formativas de fútbol de Zaruma como para los estudiantes de la carrera de Pedagogía de la Actividad Física de nuestra universidad. Al contar con una base teórica y empírica que permita identificar las causas del abandono deportivo, se facilitará la formulación de estrategias de intervención más eficaces. Del mismo modo, esta investigación servirá como herramienta para comprender los factores que inciden en la deserción de los adolescentes, proporcionando recomendaciones y conclusiones clave que contribuyan a mitigar esta problemática creciente en el contexto deportivo local.

Objetivos

Objetivo General

Identificar las problemáticas o causas que inciden en la decisión de seguir o abandonar la práctica deportiva por parte de futuros talentos futbolísticos en las escuelas de fútbol “Joga Bonito” y “Liga Deportiva Cantonal” de la ciudad de Zaruma.

Objetivos Específicos

1. Identificar las causas sociales que influyen en la toma de decisiones en los futuros talentos deportivos.
2. Conocer el grado de influencia que tiene la relación entre padres, entrenadores y deportistas sobre la toma de decisiones de los deportistas.
3. Interpretar el tipo de entorno y motivación negativas que influyen en el abandono deportivo.

Capítulo II: Fundamentación teórica

Este capítulo tiene como propósito desarrollar la base teórica que sustenta esta investigación, conectando directamente con los tres objetivos específicos planteados. Se abordan conceptos como el abandono deportivo, el síndrome de burnout, los aspectos sociales, físicos y deportivos, así como la influencia de las relaciones entre padres, entrenadores y deportistas. Esta fundamentación permite comprender las razones que inciden en la permanencia o deserción de los jóvenes talentos en el fútbol formativo de Zaruma.

Estado del arte

Abandono Deportivo

Actualmente, el abandono deportivo ha experimentado un notable incremento, convirtiéndose en una problemática de creciente preocupación tanto para entrenadores como para deportistas. Según Cecchini, Echevarría y Méndez (2003), la práctica deportiva es significativamente más alta en edades infantiles, pero tiende a disminuir durante la adolescencia. Esta etapa, caracterizada por múltiples cambios físicos y psicológicos, se encuentra fuertemente influenciada por el entorno social, lo que incrementa la probabilidad de abandono. En este contexto, la interrupción de la actividad físico-deportiva responde a diversas causas interrelacionadas con el entorno familiar, escolar y social (Ruiz Juan, 2001).

Abandonar el deporte es un comportamiento adoptado por un segmento determinado de la población, y puede estar motivado por los cambios que ocurren durante etapas clave del desarrollo humano, como el paso de un nivel educativo a otro, los ajustes en el entorno familiar o las exigencias del ámbito laboral. Por esta razón, resulta esencial que los jóvenes deportistas se vean rodeados de modelos sociales que promuevan hábitos saludables y positivos. Como indica Heaven (1996), la influencia de estos modelos puede prevenir desequilibrios emocionales como la pérdida de motivación, la baja autoestima o la falta de confianza, así como consecuencias físicas adversas, tales como lesiones deportivas o una disminución del rendimiento. El compromiso deportivo, por tanto, debe estar alineado con los distintos grupos que configuran el contexto físico y social del joven atleta.

Dentro de este marco, se destaca la aparición del síndrome de burnout como una de las consecuencias más graves del desgaste físico y emocional en el entorno deportivo. Este síndrome fue reconocido por la Organización Mundial de la Salud (OMS) en el año 2000 como un factor de riesgo psicosocial que afecta la salud mental y la calidad de vida, especialmente en contextos laborales y profesionales. En el ámbito deportivo, el burnout ha adquirido

relevancia debido a su impacto negativo en la motivación, el desempeño y la permanencia de los jóvenes en la práctica deportiva.

De acuerdo con Garcés de los Fayos y Cantón (2007), las variables que predicen el síndrome de burnout pueden clasificarse en tres categorías: deportivas, familiares/sociales y personales. En este sentido, la falta de apoyo familiar se convierte en un factor determinante del abandono.

Como señala Folgar (2009) y Holt y Knight (2024) el entorno familiar influye significativamente en la decisión de abandonar el deporte, tanto por apoyo emocional como por presión, ya que los padres pueden constituirse en figuras clave de apoyo o, por el contrario, en fuentes de presión.

Asimismo, García-Parra, González y Garcés de los Fayos (2016) identifican otras variables asociadas al abandono y al desarrollo del burnout, como los entrenamientos excesivamente largos, el perfeccionismo impuesto, la falta de oportunidades dentro del equipo, y las lesiones frecuentes son una causa común de abandono deportivo (AAP Council on Sports Medicine and Fitness, 2023). Todas estas condiciones afectan de manera directa la experiencia del joven en el deporte, generando agotamiento físico y emocional, disminuyendo la motivación e incluso provocando estrés o lesiones tempranas que, en muchos casos, culminan en el abandono definitivo de la práctica deportiva.

Marco teórico

Síndrome Burnout

El concepto de burnout emergió en Estados Unidos durante la década de 1970, siendo desarrollado inicialmente por Freudenberger (1974) y posteriormente por Maslach (1976). Según Maslach y Jackson (1981), el burnout es definido como un “síndrome de despersonalización, agotamiento emocional y reducción del sentido de realización personal que puede manifestarse en individuos que desempeñan trabajos altamente exigentes y estresantes, superando en muchos casos su capacidad de afrontamiento y afectando negativamente su desarrollo personal y profesional”.

A lo largo del tiempo, diversos autores han propuesto definiciones que enriquecen la comprensión del burnout, tal como se resume en la siguiente tabla:

Tabla 1:

Evolución del concepto de burnout según diferentes autores	
Autor	Definición
Freudenberger (1974)	Sensación de fatiga, frustración y fracaso debido a una sobrecarga de energía y recursos personales.
Pines y Kafry (1978)	Estado de agotamiento emocional, actitudinal y físico, resultado de prolongadas situaciones de tensión.
Cherniss (1980)	Tres procesos interrelacionados: estrés laboral, respuesta emocional (ansiedad, fatiga) y afrontamiento defensivo.
Edelwich y Brodsky (1980)	Pérdida progresiva de idealismo, propósito y energía.
Maslach y Jackson (1981)	Respuesta al estrés laboral caracterizada por agotamiento, despersonalización y baja realización personal.
Kahill (1988)	Síndrome asociado a depresión, mala salud física y relaciones interpersonales deterioradas.
Hernández et al. (2011)	Estrés interpersonal crónico que se presenta en el ejercicio laboral.

Nota. Elaboración propia con base en autores citados en el marco teórico.

A partir de estas definiciones, se puede concluir que el burnout representa una respuesta a situaciones prolongadas de estrés, con repercusiones significativas en los niveles físico, emocional y motivacional de los individuos. Aunque su estudio inicial se centró en entornos laborales, rápidamente se extendió al ámbito deportivo. En este contexto, autores como Flippin (1981) y Feigley (1984) identificaron en los deportistas síntomas similares, tales como pérdida de energía, disminución de la motivación y fatiga crónica, originados por la presión competitiva y las altas demandas de entrenamiento.

Durante las últimas décadas, el burnout se ha consolidado como un tema de interés dentro de la psicología del deporte, tanto en contextos formativos como de alto rendimiento (Adie, Duda & Ntoumanis, 2008; Balaguer et al., 2012; Castillo et al., 2012). Raedeke (1997) propone tres dimensiones fundamentales del burnout deportivo: (1) agotamiento físico y emocional, (2) reducida sensación de logro y (3) devaluación de la práctica deportiva.

Smith (1986), por su parte, define el burnout en deportistas como el resultado de una exposición prolongada al estrés psicosocial, lo cual puede derivar en una retirada emocional, psicológica e incluso física de una actividad que previamente resultaba gratificante. En esta línea, García-Parra et al. (2016) argumentan que este síndrome se manifiesta cuando el deportista percibe que los costos del entrenamiento y la competición superan los beneficios esperados, lo que genera una carga emocional difícil de manejar.

Gould et al. (1996) y Soares y Carvalho (2023) analizaron el burnout en jóvenes deportistas, encontrando que el desarrollo de talento sin apoyo emocional favorece el:

1. Agotamiento emocional y físico: caracterizado por bajos niveles de energía, motivación y confianza.
2. Baja realización personal: relacionada con sentimientos de ineficacia, desmotivación y estados depresivos.
3. Despersonalización y devaluación: asociadas a una pérdida de interés, desidentificación con el deporte y conductas de aislamiento.

A diferencia del burnout en el entorno laboral, el burnout deportivo presenta características particulares, sobre todo en contextos formativos juveniles, donde los jóvenes atraviesan etapas de gran vulnerabilidad física, emocional y psicológica. Feigley (1984), por ejemplo, documentó casos de burnout en niños desde los 10 años, especialmente en aquellos con proyecciones hacia el alto rendimiento, quienes enfrentan presiones prematuras que afectan su bienestar general.

Numerosos investigadores han señalado que este síndrome está estrechamente vinculado al estrés competitivo, la falta de apoyo social y familiar, el perfeccionismo, y las cargas excesivas de entrenamiento (Cohn, 1990; Rotella, Hanson y Coop, 1991; Garcés de los Fayos, 2004). Tales condiciones pueden desencadenar síntomas como ansiedad, irritabilidad, aislamiento, bajo rendimiento y lesiones reiteradas (diFiori et al., 2014; Vives & Garcés de los Fayos, 2004).

Revisiones teóricas realizadas por Garcés de los Fayos & Vives (2003) y Gustafsson, Kenttä & Hassmén (2014) destacan que factores como el sobreentrenamiento, la ausencia de períodos de recuperación, las exigencias académicas, los conflictos sociales y la falta de apoyo familiar son detonantes del burnout. En muchos casos, la consecuencia más evidente de este síndrome es el abandono deportivo.

Olivares (2021) señala que cuando la práctica deportiva se convierte en una fuente de angustia, frustración o insatisfacción, no solo se ve comprometido el rendimiento del atleta, sino también su estabilidad personal. Situaciones como la agresividad, el retraimiento social o la depresión pueden derivar en la decisión de abandonar el deporte como una forma de aliviar el malestar emocional.

En este sentido, Cervelló (1996) define el abandono deportivo como “un panorama en el cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta” (p. 67). Este fenómeno resulta particularmente preocupante en contextos formativos como las escuelas de fútbol en Zaruma, donde la falta de conocimiento sobre esta problemática limita la implementación de estrategias preventivas efectivas.

El deporte, especialmente en niveles competitivos, puede constituir una fuente considerable de estrés y desgaste emocional, debido a las exigencias físicas, cognitivas y emocionales inherentes al alto rendimiento (Maslach & Jackson, 1981). El burnout se configura como un estado de agotamiento generalizado cuando el individuo carece de los recursos personales necesarios para enfrentar tales demandas, dando lugar a problemas como ansiedad, depresión, insatisfacción e incluso la retirada definitiva de la práctica deportiva.

Rivera, Segarra y Valverde (2018) describen el burnout como un proceso de desgaste progresivo provocado por el estrés ambiental, que impacta negativamente la autopercepción del individuo, debilitando su sentido de eficacia y bienestar emocional. Esta condición afecta tanto la dimensión psicológica como física del deportista, disminuyendo su capacidad de rendimiento.

El síndrome de burnout presenta dos dimensiones esenciales: el agotamiento y la desvinculación. El primero puede manifestarse tanto en el plano físico como emocional, reduciendo drásticamente la capacidad del deportista para afrontar sus actividades con eficiencia. La desvinculación, por su parte, implica una pérdida de interés, motivación y conexión emocional con la práctica deportiva, acompañada de sentimientos de ineptitud o frustración (Maslach & Jackson, 1998).

Este distanciamiento emocional suele traducirse en abandono, especialmente entre jóvenes que, al enfrentarse constantemente a presiones externas e internas, comienzan a cuestionar su permanencia en el deporte. El burnout, en consecuencia, no solo representa un riesgo para el bienestar del atleta, sino que puede condicionar negativamente su desarrollo personal, social y profesional.

Aspecto Social

El abandono de la práctica deportiva en jóvenes futbolistas se ve fuertemente condicionado por factores sociales, que operan en distintos niveles del entorno del deportista. Estos factores pueden tener efectos directos e indirectos, influyendo en la decisión de continuar o dejar el deporte. A continuación, se examinan las principales causas sociales que influyen en el abandono, según la literatura especializada.

Falta de tiempo

Una de las causas más recurrentes del abandono deportivo juvenil es la falta de tiempo, generada por las demandas académicas, laborales o familiares. Según García Ferrando (1993), el 46% de los jóvenes de entre 17 y 19 años dejan la práctica deportiva debido a la imposibilidad de equilibrar sus responsabilidades cotidianas con los entrenamientos y competiciones. Esta situación empeora en la adolescencia y juventud tardía, donde las exigencias académicas y laborales aumentan, reduciendo el tiempo libre disponible. La incapacidad para organizar adecuadamente estas actividades genera un conflicto de prioridades que, frecuentemente, culmina en el abandono del deporte.

Conflicto de intereses con otras actividades (estudios, trabajo, otros deportes)

El conflicto de intereses entre diversas actividades, como el estudio, el trabajo o la práctica de otros deportes, es otro factor relevante en la decisión de abandonar el fútbol. Aunque este conflicto no siempre es la causa directa de la deserción, puede generar tensiones emocionales y familiares que afectan la motivación del joven deportista (Balaguer et al., 2002). Estas tensiones dificultan la organización del tiempo libre, lo que puede resultar en

una menor implicación deportiva, sobre todo cuando las actividades alternativas ofrecen recompensas inmediatas o suponen menor desgaste físico y emocional.

Miedo al fracaso y sentimiento de frustración

El deporte competitivo, como el fútbol, implica una carga emocional considerable que puede derivar en experiencias negativas cuando el joven no alcanza los objetivos establecidos. La presión por obtener resultados puede generar miedo al fracaso, frustración y una pérdida de autoestima, especialmente cuando el joven no tiene las herramientas psicológicas necesarias para lidiar con estas situaciones (Gould, Udry, Tuffey, & Loehr, 1996). Este miedo puede convertirse en una barrera emocional que disminuye la motivación y genera sentimientos de impotencia, llevando al deportista a alejarse progresivamente del deporte. En muchos casos, el fracaso no solo se percibe como un revés deportivo, sino como una desilusión personal, amplificada por la constante comparación con sus compañeros.

A partir de estas definiciones, se puede concluir que el burnout representa una respuesta a situaciones prolongadas de estrés, con repercusiones significativas en los niveles físico, emocional y motivacional de los individuos. Aunque su estudio inicial se centró en entornos laborales, rápidamente se extendió al ámbito deportivo. En este contexto, autores como Flippin (1981) y Feigley (1984) identificaron en los deportistas síntomas similares, tales como pérdida de energía, disminución de la motivación y fatiga crónica, originados por la presión competitiva y las altas demandas de entrenamiento.

Durante las últimas décadas, el burnout se ha consolidado como un tema de interés dentro de la psicología del deporte, tanto en contextos formativos como de alto rendimiento (Adie, Duda & Ntoumanis, 2008; Balaguer et al., 2012; Castillo et al., 2012). Raedeke (1997) propone tres dimensiones fundamentales del burnout deportivo: (1) agotamiento físico y emocional, (2) reducida sensación de logro y (3) devaluación de la práctica deportiva.

Smith (1986), por su parte, define el burnout en deportistas como el resultado de una exposición prolongada al estrés psicosocial, lo cual puede derivar en una retirada emocional, psicológica e incluso física de una actividad que previamente resultaba gratificante. En esta línea, García-Parra et al. (2016) argumentan que este síndrome se manifiesta cuando el deportista percibe que los costos del entrenamiento y la competición superan los beneficios esperados, lo que genera una carga emocional difícil de manejar.

Weinberg y Gould (2007) clasifican el burnout deportivo en tres dimensiones:

1. Agotamiento emocional y físico: caracterizado por bajos niveles de energía, motivación y confianza.

2. Baja realización personal: relacionada con sentimientos de ineficacia, desmotivación y estados depresivos.
3. Despersonalización y devaluación: asociadas a una pérdida de interés, desidentificación con el deporte y conductas de aislamiento.

A diferencia del burnout en el entorno laboral, el burnout deportivo presenta características particulares, sobre todo en contextos formativos juveniles, donde los jóvenes atraviesan etapas de gran vulnerabilidad física, emocional y psicológica. Feigley (1984), por ejemplo, documentó casos de burnout en niños desde los 10 años, especialmente en aquellos con proyecciones hacia el alto rendimiento, quienes enfrentan presiones prematuras que afectan su bienestar general.

Numerosos investigadores han señalado que este síndrome está estrechamente vinculado al estrés competitivo, la falta de apoyo social y familiar, el perfeccionismo, y las cargas excesivas de entrenamiento (Cohn, 1990; Rotella, Hanson y Coop, 1991; Garcés de los Fayos, 2004). Tales condiciones pueden desencadenar síntomas como ansiedad, irritabilidad, aislamiento, bajo rendimiento y lesiones reiteradas (diFiori et al., 2014; Vives & Garcés de los Fayos, 2004).

Revisiones teóricas realizadas por Garcés de los Fayos & Vives (2003) y Gustafsson, Kenttä & Hassmén (2014) destacan que factores como el sobreentrenamiento, la ausencia de períodos de recuperación, las exigencias académicas, los conflictos sociales y la falta de apoyo familiar son detonantes del burnout. En muchos casos, la consecuencia más evidente de este síndrome es el abandono deportivo.

Olivares (2021) señala que cuando la práctica deportiva se convierte en una fuente de angustia, frustración o insatisfacción, no solo se ve comprometido el rendimiento del atleta, sino también su estabilidad personal. Situaciones como la agresividad, el retraimiento social o la depresión pueden derivar en la decisión de abandonar el deporte como una forma de aliviar el malestar emocional.

En este sentido, Cervelló (1996) define el abandono deportivo como “un panorama en el cual los sujetos han finalizado su compromiso explícito con una especialidad deportiva concreta” (p. 67). Este fenómeno resulta particularmente preocupante en contextos formativos como las escuelas de fútbol en Zaruma, donde la falta de conocimiento sobre esta problemática limita la implementación de estrategias preventivas efectivas.

El deporte, especialmente en niveles competitivos, puede constituir una fuente considerable de estrés y desgaste emocional, debido a las exigencias físicas, cognitivas y emocionales inherentes al alto rendimiento (Maslach & Jackson, 1981). El burnout se configura como un

estado de agotamiento generalizado cuando el individuo carece de los recursos personales necesarios para enfrentar tales demandas, dando lugar a problemas como ansiedad, depresión, insatisfacción e incluso la retirada definitiva de la práctica deportiva.

Rivera, Segarra y Valverde (2018) describen el burnout como un proceso de desgaste progresivo provocado por el estrés ambiental, que impacta negativamente la autopercepción del individuo, debilitando su sentido de eficacia y bienestar emocional. Esta condición afecta tanto la dimensión psicológica como física del deportista, disminuyendo su capacidad de rendimiento.

El síndrome de burnout presenta dos dimensiones esenciales: el agotamiento y la desvinculación. El primero puede manifestarse tanto en el plano físico como emocional, reduciendo drásticamente la capacidad del deportista para afrontar sus actividades con eficiencia. La desvinculación, por su parte, implica una pérdida de interés, motivación y conexión emocional con la práctica deportiva, acompañada de sentimientos de ineptitud o frustración (Maslach & Jackson, 1998).

Este distanciamiento emocional suele traducirse en abandono, especialmente entre jóvenes que, al enfrentarse constantemente a presiones externas e internas, comienzan a cuestionar su permanencia en el deporte. El burnout, en consecuencia, no solo representa un riesgo para el bienestar del atleta, sino que puede condicionar negativamente su desarrollo personal, social y profesional.:

Aspecto Social

El abandono de la práctica deportiva en jóvenes futbolistas se ve fuertemente condicionado por factores sociales, que operan en distintos niveles del entorno del deportista. Estos factores pueden tener efectos directos e indirectos, influyendo en la decisión de continuar o dejar el deporte. A continuación, se examinan las principales causas sociales que influyen en el abandono, según la literatura especializada.

Falta de tiempo

Una de las causas más recurrentes del abandono deportivo juvenil es la falta de tiempo, generada por las demandas académicas, laborales o familiares. Según García Ferrando (1993), el 46% de los jóvenes de entre 17 y 19 años dejan la práctica deportiva debido a la imposibilidad de equilibrar sus responsabilidades cotidianas con los entrenamientos y competiciones. Esta situación empeora en la adolescencia y juventud tardía, donde las exigencias académicas y laborales aumentan, reduciendo el tiempo libre disponible. La

incapacidad para organizar adecuadamente estas actividades genera un conflicto de prioridades que, frecuentemente, culmina en el abandono del deporte.

Conflicto de intereses con otras actividades (estudios, trabajo, otros deportes)

El conflicto de intereses entre diversas actividades, como el estudio, el trabajo o la práctica de otros deportes, es otro factor relevante en la decisión de abandonar el fútbol. Aunque este conflicto no siempre es la causa directa de la deserción, puede generar tensiones emocionales y familiares que afectan la motivación del joven deportista (Balaguer et al., 2002). Estas tensiones dificultan la organización del tiempo libre, lo que puede resultar en una menor implicación deportiva, sobre todo cuando las actividades alternativas ofrecen recompensas inmediatas o suponen menor desgaste físico y emocional.

Miedo al fracaso y sentimiento de frustración

El deporte competitivo, como el fútbol, implica una carga emocional considerable que puede derivar en experiencias negativas cuando el joven no alcanza los objetivos establecidos. La presión por obtener resultados puede generar miedo al fracaso, frustración y una pérdida de autoestima, especialmente cuando el joven no tiene las herramientas psicológicas necesarias para lidiar con estas situaciones (Gould, Udry, Tuffey, & Loehr, 1996). Este miedo puede convertirse en una barrera emocional que disminuye la motivación y genera sentimientos de impotencia, llevando al deportista a alejarse progresivamente del deporte. En muchos casos, el fracaso no solo se percibe como un revés deportivo, sino como una desilusión personal, amplificada por la constante comparación con sus compañeros.

Aburrimiento

La percepción de aburrimiento o falta de disfrute en la práctica deportiva es un factor determinante en el abandono. La literatura muestra que los individuos tienden a continuar con aquellas actividades que les resultan placenteras y abandonar aquellas que no generan satisfacción (Duda, 1993; Roberts, 1984). En el fútbol juvenil, la pérdida de interés puede surgir por entrenamientos monótonos, dinámicas grupales negativas o la ausencia de desafíos que mantengan el entusiasmo del jugador. La diversión, considerada un componente esencial de la motivación intrínseca, está estrechamente relacionada con la permanencia en el deporte. Su falta puede disminuir significativamente el compromiso del joven, transformando la práctica en una obligación poco atractiva.

Influencia del entorno (padres, amigos, entrenadores)

El entorno social del joven futbolista desempeña un papel crucial en su permanencia o abandono del deporte. La familia, los amigos y los entrenadores actúan como modelos de

comportamiento y fuentes de motivación o desmotivación. La Organización Mundial de la Salud (OMS, 1978) destaca que el deporte no solo promueve el desarrollo físico, sino también el psíquico y social del individuo. Por ello, el apoyo emocional, moral y la actitud positiva del entorno pueden reforzar la participación en el deporte. La influencia de los amigos y figuras de autoridad (padres, entrenadores) se ha vinculado directamente a la adherencia al deporte (Weiss & Ferrer-Caja, 2002). En este sentido, una actitud negativa o indiferente por parte del entorno puede convertirse en un factor desmotivador, aumentando las probabilidades de abandono.

Ausencia de motivación

La motivación es un componente esencial para la continuidad en el deporte. Según la Teoría de la Autodeterminación de Deci y Ryan (1985, 2000), la motivación se sitúa en un continuo que va desde la desmotivación total hasta la motivación intrínseca. La desmotivación, definida como la falta de intención para actuar, se produce cuando el individuo no percibe valor en la actividad o se siente incapaz de alcanzar los resultados esperados (Ryan, 1995; Bandura, 1986). Este fenómeno puede manifestarse como apatía, baja implicación o incluso rechazo hacia el deporte. Pelletier et al. (1998) identifican cuatro formas de desmotivación: por percepción de falta de capacidad, por escepticismo sobre los resultados, por evitación del esfuerzo y por sentimiento de impotencia. Todas estas formas de desmotivación debilitan el compromiso deportivo, favoreciendo el abandono.

Apoyo del entorno social para practicar deporte

El apoyo del entorno social es clave para la participación continua de los jóvenes en el deporte. Hohepa et al. (2007) y Salvy (2008) hallaron que el respaldo familiar y la presión positiva de los amigos son factores esenciales para la continuidad en las actividades físicas extracurriculares. En particular, los padres desempeñan un papel fundamental al facilitar los recursos económicos, logísticos y emocionales necesarios para que sus hijos practiquen deporte (Ornelas, Perreira, & Ayala, 2007; Beets, Cardinal, & Alderman, 2010). El acompañamiento emocional, la asistencia a las competencias y el reconocimiento del esfuerzo son gestos que refuerzan el vínculo del joven con el deporte, fortaleciendo su sentido de pertenencia.

Motivos económicos

Aunque el factor económico no siempre aparece como causa directa del abandono, puede desempeñar un papel crucial cuando los recursos materiales, las instalaciones deportivas o los programas de formación son limitados. En contextos vulnerables, los jóvenes pueden

verse obligados a abandonar el fútbol por no poder costear la actividad (Gould, 1987; Klint & Weiss, 1986; Petlichkoff, 1992). Esta situación se agrava cuando no existen alternativas accesibles, impidiendo que el joven desarrolle sus habilidades y se beneficie de las ventajas del deporte. En estos casos, el abandono no responde a una elección personal, sino a una imposición de las condiciones socioeconómicas.

Aspecto Físico

Excesiva exigencia física

Dentro de los factores físicos, las lesiones deportivas, el desgaste físico y el sobreentrenamiento son causas significativas de abandono. Estas condiciones pueden causar agotamiento físico y emocional en los deportistas. Según la AAP Council on Sports Medicine and Fitness (2023), el sobreentrenamiento y las lesiones por sobreuso en jóvenes atletas no solo afectan el rendimiento físico, sino que también aumentan significativamente el riesgo de burnout y abandono deportivo prematuro.

Ya que el fútbol es un deporte de alta intensidad que exige un rendimiento físico sostenido, marcado por esfuerzos intermitentes y exigentes. Una de las métricas más utilizadas para evaluar estas demandas es la distancia recorrida durante un partido. Sin embargo, estudios recientes sugieren que este indicador es insuficiente para captar por completo la carga física, siendo la distancia recorrida a alta velocidad y la cantidad de sprints repetidos mejores predictores del esfuerzo competitivo (Bangsbo, Mohr & Krstrup, 2006; Reilly, 2007). Estas demandas varían considerablemente según la posición del jugador, lo que requiere adaptaciones fisiológicas específicas.

La acumulación crónica de cargas de entrenamiento y competición puede generar fatiga física y mental, afectando el rendimiento y aumentando el riesgo de abandono deportivo. Según Weinberg y Gould (2014), el agotamiento acumulado, sumado al estrés competitivo, puede desencadenar síntomas de burnout, afectando no solo el bienestar físico, sino también el psicológico. Esta situación es particularmente grave en contextos juveniles, donde los atletas aún se encuentran en desarrollo físico y emocional, lo que aumenta su vulnerabilidad ante niveles excesivos de exigencia (Côté, Lidor, & Hackfort, 2009).

Falta de habilidad técnica

La habilidad técnica en fútbol implica la capacidad de ejecutar movimientos esenciales como el control del balón, el pase, el remate, el dribbling y la recepción. En las etapas formativas, la percepción subjetiva que los jóvenes tienen de su nivel técnico puede influir significativamente en su autoestima y motivación para continuar practicando deporte (Horn,

2004). Cuando los jóvenes perciben que no poseen el nivel técnico esperado, comparándose con sus compañeros o con los estándares establecidos por los entrenadores, surge un sentimiento de inseguridad, frustración y desmotivación.

Estos factores pueden llevar a una disminución progresiva del compromiso con el deporte y, eventualmente, al abandono. Gould, Feltz y Weiss (1985) señalan que la percepción de baja competencia es una de las razones más comunes que mencionan los jóvenes al explicar su decisión de dejar el deporte. En este sentido, la falta de programas que refuercen el desarrollo técnico individual, en lugar de centrarse exclusivamente en el rendimiento competitivo, puede intensificar este problema.

Enfermedad o lesión

Las lesiones son una de las principales causas de abandono deportivo en el fútbol juvenil. A nivel físico, representan un daño estructural que interrumpe la continuidad en la práctica, mientras que, a nivel psicológico, se experimentan como eventos traumáticos que generan ansiedad, miedo, inseguridad y, en muchos casos, sensación de aislamiento (Wiese-Bjornstal et al., 1998). Este impacto se intensifica cuando el deportista pertenece a una estructura amateur o formativa con recursos limitados para su adecuada atención médica y psicológica.

Capítulo III

Metodología.

Tipo de Investigación

La investigación adoptó un diseño no experimental, de tipo descriptivo, con un enfoque mixto. Se aplicaron estrategias tanto cualitativas como cuantitativas, integrando la observación sistemática, la recolección de datos en campo y el análisis documental. Este enfoque permitió estudiar el fenómeno del abandono deportivo en su contexto natural, siguiendo el modelo de estudio de caso propuesto por Yin (1984).

El estudio se desarrolló en la ciudad de Zaruma, provincia de El Oro, Ecuador, específicamente en las escuelas formativas de fútbol “Joga Bonito” y “Liga Deportiva Cantonal”. Estas instituciones fueron seleccionadas debido a su trayectoria en la formación deportiva y la presencia de indicadores de abandono temprano entre los jóvenes futbolistas.

La población estuvo conformada por entrenadores y jóvenes futbolistas pertenecientes a ambas escuelas. Se seleccionó una muestra no probabilística e intencional de ocho entrenadores y quince deportistas con edades comprendidas entre doce y diecisiete años, considerando su experiencia directa con el fenómeno en estudio.

La investigación respetó los principios éticos de confidencialidad, consentimiento informado y participación voluntaria. Se garantizó el anonimato de los datos obtenidos y se aplicaron los lineamientos éticos de la Declaración de Helsinki (WMA, 2013).

Los criterios de inclusión consideraron a futbolistas activos con al menos seis meses de permanencia en la institución, entre doce y diecisiete años de edad, y entrenadores con mínimo un año de experiencia. Se excluyeron deportistas lesionados que no pudieron participar o que no cumplían el tiempo mínimo requerido, así como entrenadores inactivos durante el periodo de recolección de datos.

Las variables se organizaron en tres dimensiones principales: social, física y deportiva. Dentro de estas se analizaron aspectos como la presión familiar, las relaciones interpersonales con entrenadores, la motivación intrínseca y extrínseca, las lesiones, el ambiente competitivo y las oportunidades de desarrollo deportivo. La operacionalización de estas variables permitió diseñar adecuadamente los instrumentos de recolección de datos.

Se aplicaron dos técnicas principales: encuestas estructuradas para entrenadores y entrevistas semiestructuradas para deportistas. Las encuestas incluyeron preguntas

cerradas y de opción múltiple, permitiendo un análisis cuantitativo. Las entrevistas fueron diseñadas para explorar percepciones, experiencias y emociones, aportando profundidad cualitativa. Ambos instrumentos fueron validados por juicio de expertos.

El proceso inició con una revisión bibliográfica exhaustiva. Posteriormente, se diseñaron y validaron los instrumentos de recolección. Luego, se coordinó el acceso a las instituciones y se aplicaron las encuestas y entrevistas de manera presencial. La información fue sistematizada y organizada para su posterior análisis.

Aunque el diseño no contempló una intervención directa, a partir de los hallazgos se propusieron recomendaciones orientadas a mejorar el acompañamiento psicosocial y deportivo de los futbolistas. Estas sugerencias buscaron fortalecer la permanencia de los jóvenes talentos en las escuelas formativas.

Los datos cuantitativos fueron procesados en Microsoft Excel, aplicando análisis descriptivo mediante frecuencias y porcentajes. Los datos cualitativos se analizaron con codificación temática, identificando patrones y categorías relevantes relacionadas con el abandono deportivo juvenil.

Caso de Estudio: Escuelas Formativas de Fútbol en Zaruma

Este capítulo se centró en el análisis de dos instituciones deportivas clave en el cantón Zaruma: la escuela formativa 'Joga Bonito' y la 'Liga Deportiva Cantonal'. Ambas entidades desempeñaron un papel relevante en la formación de jóvenes futbolistas en etapas tempranas. Este caso de estudio permitió evaluar las causas y características del abandono deportivo desde una perspectiva local.

La escuela 'Joga Bonito' fue una iniciativa privada con orientación técnica, enfocada en la formación futbolística de niños y adolescentes con proyección competitiva. Operó con entrenadores certificados y participó en campeonatos cantonales y provinciales. El enfoque principal de esta escuela estuvo en el rendimiento, la disciplina y el entrenamiento intensivo, lo cual generó altos niveles de exigencia física y emocional en los jugadores.

Por su parte, la 'Liga Deportiva Cantonal' de Zaruma fue una institución pública respaldada por el gobierno local. Su objetivo consistió en fomentar la práctica deportiva como herramienta de inclusión social y bienestar integral. Aunque también participó en torneos locales, su orientación fue más recreativa, priorizando el acceso de niños y adolescentes sin importar su nivel competitivo. La liga contó con menos recursos técnicos, pero ofreció un entorno más flexible para la participación.

El análisis de estas dos escuelas permitió observar diferencias y similitudes en cuanto al nivel de exigencia, motivación, apoyo familiar, presión institucional y dinámica relacional entre entrenadores, padres y deportistas. Esto respondió a los objetivos específicos del estudio: identificar las causas sociales del abandono, evaluar la influencia de las relaciones padres–entrenadores–deportistas, e interpretar los entornos y motivaciones negativas.

Las entrevistas y encuestas aplicadas en ambas escuelas contribuyeron a una comprensión más profunda de los factores que incidieron en la continuidad o deserción deportiva en contextos reales del fútbol formativo local.

Capítulo IV

4.1 Resultados

El presente capítulo expone los hallazgos obtenidos a partir de la aplicación de entrevistas semiestructuradas y encuestas a los jóvenes futbolistas de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de la ciudad de Zaruma. El enfoque mixto permitió analizar de manera complementaria tanto las percepciones individuales como las tendencias generales en torno al abandono deportivo en edades tempranas. A continuación, se presentan los resultados cualitativos derivados de las entrevistas abiertas y los resultados cuantitativos obtenidos mediante encuestas estructuradas.

Resultados de las entrevistas cualitativas

Pregunta 1: ¿Qué factores sociales (familia, amigos, entorno) influyeron en tu decisión de seguir o abandonar el fútbol?

Los participantes coincidieron en señalar que los tres elementos mencionados —familia, amigos y entorno social— influyeron de manera significativa en su decisión de abandonar la práctica del fútbol. En relación con el entorno familiar, se evidenció que los padres otorgaron mayor prioridad a la culminación de los estudios superiores, como la obtención de títulos universitarios, considerando el deporte únicamente como una actividad recreativa o secundaria. Este enfoque limitó el apoyo emocional y logístico hacia una carrera deportiva sostenida.

Respecto al grupo de amigos, se identificó una influencia negativa, ya que muchos de ellos no practicaban deporte y consideraban que el tiempo invertido en entrenamientos era una pérdida de oportunidades para actividades sociales, como asistir a fiestas u otras reuniones. Esta presión social contribuyó a la desmotivación de los jóvenes futbolistas.

Finalmente, el entorno sociocultural más amplio tampoco favoreció la continuidad deportiva. En general, la comunidad valoraba más el éxito académico que el deportivo, y se percibía al deporte como una actividad transitoria, sin proyección profesional. Esta percepción social generó un entorno poco estimulante para quienes deseaban desarrollar una carrera futbolística, lo cual influyó directamente en el abandono deportivo.

Pregunta 2: ¿Cómo fue tu relación con los entrenadores durante tu formación deportiva?

En relación con las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de la ciudad de Zaruma, los participantes manifestaron, de manera general, que la relación interpersonal con sus entrenadores fue positiva. Indicaron que existía una comunicación respetuosa, un ambiente de confianza y una disposición constante por parte de los entrenadores para acompañar los procesos formativos. Sin embargo, también señalaron que, a pesar de esta buena relación, existían limitaciones en cuanto a la capacidad técnica y metodológica de los entrenadores para guiarlos adecuadamente en su desarrollo deportivo.

Los entrevistados coincidieron en que los entrenadores demostraban interés por el bienestar de los jugadores, aunque carecían de formación especializada y herramientas pedagógicas suficientes para potenciar el rendimiento individual y colectivo. Esta carencia generó la percepción de que, si bien existía compromiso por parte de los entrenadores, hacía falta mayor preparación profesional para brindar un acompañamiento efectivo.

Asimismo, se reportaron contratiempos ocasionales en la dinámica entrenador-deportista, aunque no fueron frecuentes ni considerados conflictivos. En conjunto, los resultados sugieren la necesidad de fortalecer la capacitación técnica de los entrenadores en ambas instituciones, a fin de garantizar una formación integral que promueva no solo la permanencia en el deporte, sino también el desarrollo de competencias acordes con las exigencias del fútbol formativo.

Pregunta 3: ¿Recibiste apoyo emocional de tus padres durante tu participación en la escuela formativa?

En el contexto de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de la ciudad de Zaruma, los participantes indicaron que sí recibieron cierto nivel de apoyo emocional por parte de sus padres durante su participación deportiva. Sin embargo, este apoyo estuvo mayoritariamente enfocado en la dimensión recreativa del fútbol, más que en una visión de desarrollo competitivo o profesional.

Los entrevistados señalaron que sus padres valoraban la práctica deportiva como una actividad saludable para el uso del tiempo libre, especialmente después de la jornada escolar, considerándola un medio para la distracción y la recreación. En este sentido, el respaldo parental se centró en permitir que sus hijos asistieran a los entrenamientos como parte de una rutina equilibrada, pero sin un compromiso profundo hacia la formación deportiva a largo plazo.

No obstante, se destacó la ausencia de un apoyo emocional más estructurado o sostenido, vinculado con la motivación, el acompañamiento en competencias o el reconocimiento del

esfuerzo deportivo. Esta limitación en la implicación parental fue interpretada por los jóvenes como un desinterés relativo hacia sus aspiraciones futbolísticas, lo cual, en varios casos, influyó negativamente en su motivación y sentido de pertenencia al deporte.

Pregunta 4: ¿Has sentido en algún momento agotamiento físico o emocional que te llevara a pensar en abandonar?

Los entrevistados de ambas escuelas formativas, Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma, manifestaron que, si bien el agotamiento físico no fue una constante determinante en su experiencia deportiva, sí se presentaron episodios de cansancio emocional que llegaron a influir, en ciertos momentos, en su motivación para continuar con la práctica del fútbol.

Este agotamiento emocional estuvo principalmente asociado a la dificultad de equilibrar las responsabilidades escolares con las demandas familiares y la práctica deportiva. Varios participantes señalaron que, debido a la necesidad de apoyar a sus familias o cumplir con sus obligaciones académicas, experimentaron altos niveles de estrés que disminuyeron su disposición hacia el entrenamiento y la competencia.

Sin embargo, también se aclaró que, dado que Zaruma es una ciudad pequeña, donde las distancias son cortas y los entornos sociales son más cercanos y conocidos, la intensidad del agotamiento no fue tan elevada como la que podría experimentarse en ciudades más grandes. Solo en casos particulares, como aquellos jóvenes que residían en parroquias más alejadas o con mayores dificultades logísticas, se percibió un desgaste mayor. En general, los sentimientos de agotamiento no fueron lo suficientemente severos como para provocar un abandono inmediato, pero sí constituyeron un factor latente de desmotivación.

Pregunta 5: ¿Qué mejorarías en la escuela donde estuviste para que los jóvenes no pierdan la motivación por el fútbol?

Los participantes provenientes de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal coincidieron en que, para mantener y fortalecer la motivación de los jóvenes futbolistas, sería necesario implementar diversas mejoras tanto en la gestión institucional como en la planificación de los entrenamientos.

En primer lugar, los entrevistados sugirieron la incorporación de entrenadores con mayor preparación profesional y pedagógica, que no solo dominen los aspectos técnicos del fútbol, sino que también comprendan la dimensión emocional y motivacional del proceso formativo. Consideraron que un acompañamiento más cercano, con estrategias personalizadas de

motivación, podría marcar una diferencia significativa en la permanencia de los jóvenes en el deporte.

Asimismo, señalaron la necesidad de diversificar las metodologías de entrenamiento, incluyendo dinámicas más recreativas, juegos adaptados y espacios para el diálogo entre entrenadores y deportistas. En muchos casos, los entrenamientos eran percibidos como repetitivos y poco estimulantes, lo cual generaba desinterés progresivo.

Otro aspecto relevante fue la recomendación de organizar actividades complementarias, como torneos, encuentros amistosos, charlas motivacionales y convivencias deportivas, que permitan a los jóvenes establecer vínculos más sólidos con su equipo y entorno. Estas iniciativas contribuirán a reforzar el sentido de pertenencia, la cohesión grupal y el entusiasmo por el deporte.

Finalmente, algunos participantes propusieron mejorar las condiciones materiales de las escuelas, incluyendo la dotación de uniformes, balones y espacios adecuados para el entrenamiento. Afirmaron que estas mejoras básicas impactarían positivamente en la experiencia del joven futbolista y en su decisión de continuar vinculado al fútbol formativo.

Resultados de la encuesta cuantitativa

Pregunta 1: ¿Con qué frecuencia tus padres asistían a tus entrenamientos o partidos?

Los resultados obtenidos en ambas escuelas formativas, Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma, indicaron que la mayoría de los participantes afirmó que sus padres asistían frecuentemente a sus entrenamientos o partidos. Esta tendencia estuvo influida por la cercanía geográfica de los espacios deportivos, dado que en una ciudad pequeña como Zaruma los desplazamientos resultaban accesibles. Además, la comunidad fomentaba la participación de los padres como parte de un enfoque recreativo del deporte.

Sin embargo, también se reportaron casos en los que la asistencia fue más esporádica, especialmente debido a responsabilidades laborales de los padres. A pesar de ello, los encuestados percibieron la presencia de un apoyo generalizado en términos emocionales, aunque no siempre materializado en la asistencia física constante.

A continuación, se presenta la distribución de respuestas:

Tabla 2:

Frecuencia de asistencia de los padres a entrenamientos o partidos		
Frecuencia	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Nunca	1	6%
A veces	4	25%
Frecuentemente	9	56%
Siempre	2	13%
Total	16	100%

Nota. Elaboración propia con base en datos de encuestas aplicadas a deportistas de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma (2025).

Pregunta 2: ¿Sentiste presión por parte de tus entrenadores? (Sí / No)

Respecto a la percepción de presión ejercida por los entrenadores, la mayoría de los participantes de las escuelas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal indicaron que no sintieron una presión significativa durante su etapa formativa. Esta percepción se relacionó, en gran medida, con la limitada preparación metodológica de los entrenadores, quienes, según los encuestados, carecían de estrategias avanzadas para imponer exigencias altas o establecer niveles de competitividad que generaran presión psicológica.

Los entrevistados expresaron que, si bien existían expectativas dentro de los entrenamientos, estas no se percibieron como estrictas ni emocionalmente desgastantes. Por el contrario, algunos jóvenes identificaron una falta de estructura técnica que podría haber motivado mayores niveles de rendimiento, lo cual sugiere un ambiente más laxo en términos de exigencia deportiva.

La siguiente tabla muestra la distribución de las respuestas:

Tabla 3:

Percepción de presión por parte de los entrenadores		
Respuesta	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	5	31%
No	11	69%
Total	16	100%

Nota. Elaboración propia con base en datos de encuestas aplicadas a deportistas de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma (2025).

Pregunta 3: ¿Consideras que el nivel de exigencia física fue adecuado para tu edad? (Sí / No / No estoy seguro)

Ante esta pregunta, la mayoría de los encuestados de las escuelas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal manifestaron no estar seguros respecto a si el nivel de exigencia física durante su etapa formativa fue el adecuado para su edad. Esta incertidumbre se relacionó, principalmente, con la percepción de que los entrenadores carecían de conocimientos técnicos especializados para estructurar los entrenamientos con base en criterios fisiológicos adaptados a cada grupo etario.

Aunque los jóvenes no reportaron sentirse excesivamente fatigados ni abrumados físicamente, reconocieron no tener referentes claros sobre los estándares de exigencia apropiados para su edad, lo que dificultó una valoración precisa. Esta falta de claridad evidenció una debilidad tanto en la planificación del entrenamiento como en la formación de los deportistas respecto a su propia preparación física.

La distribución de las respuestas fue la siguiente:

Tabla 4:

Percepción sobre la adecuación del nivel de exigencia física		
Respuesta	Número de respuestas	Porcentaje (%)
Sí	2	12%
No	1	6%
No estoy seguro	13	82%
Total	16	100%

Nota. Elaboración propia con base en datos de encuestas aplicadas a deportistas de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma (2025).

Pregunta 4: En una escala del 1 al 5, ¿cuánto apoyo emocional sentiste por parte de tu entorno familiar?

Los resultados obtenidos en ambas escuelas formativas, Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma, mostraron que los participantes ubicaron el nivel de apoyo emocional familiar en valores intermedios a positivos dentro de la escala propuesta. En general, los jóvenes percibieron que sus familias valoraban la práctica del deporte como una actividad beneficiosa para la recreación, el ejercicio físico y el uso adecuado del tiempo libre.

Sin embargo, dicho apoyo estuvo mayoritariamente enmarcado en un enfoque recreativo, más que en una perspectiva de acompañamiento hacia un proyecto deportivo a largo plazo. A pesar de ello, los encuestados reconocieron una actitud positiva por parte del entorno familiar, especialmente al permitir su participación en las actividades deportivas, lo que representó una forma de respaldo emocional moderado pero significativo.

La siguiente tabla presenta la distribución de respuestas en la escala de 1 a 5, donde 1 representa ningún apoyo y 5 apoyo emocional completo:

Tabla 5:

Nivel de apoyo emocional percibido por parte del entorno familiar		
Valor en la escala	Número de respuestas	Porcentaje (%)
1 (Muy bajo)	0	0%
2 (Bajo)	2	12%
3 (Intermedio)	7	44%
4 (Alto)	5	31%
5 (Muy alto)	2	13%
Total	16	100%

Nota. Elaboración propia con base en datos de encuestas aplicadas a deportistas de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma (2025).

Pregunta 5: En una escala del 1 al 5, ¿cuánto te sentías motivado para seguir en la práctica del fútbol antes de dejarlo (si aplicable)?

Los participantes de las escuelas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal expresaron que, antes de abandonar la práctica del fútbol, su nivel de motivación se ubicaba en un rango intermedio a alto dentro de la escala evaluativa. Señalaron que el fútbol les resultaba una actividad placentera, tanto por la posibilidad de entrenar con amigos como por la oportunidad de mantenerse activos y distraerse del entorno académico y cotidiano.

Muchos destacaron que la práctica deportiva les proporcionaba bienestar emocional y satisfacción personal, especialmente en aquellos momentos en los que participaban en torneos o actividades competitivas. Este contexto favorecía la integración social y reforzaba el sentido de pertenencia al grupo, elementos que contribuían significativamente a mantener su motivación.

Sin embargo, a pesar de este entusiasmo, otros factores, como los compromisos académicos, la presión externa o la falta de apoyo especializado, influyeron progresivamente en su decisión de desvincularse del deporte.

A continuación, se presenta la distribución de respuestas en la escala de 1 a 5, donde 1 representa ninguna motivación y 5 máxima motivación:

Tabla 6:

Nivel de motivación percibido antes de abandonar la práctica del fútbol		
Valor en la escala	Número de respuestas	Porcentaje (%)
1 (Muy bajo)	0	0%
2 (Bajo)	2	12%
3 (Intermedio)	6	44%
4 (Alto)	6	38%
5 (Muy alto)	2	12%
Total	16	100%

Nota. Elaboración propia con base en datos de encuestas aplicadas a deportistas de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma (2025).

En síntesis, los resultados obtenidos a partir de las entrevistas y encuestas aplicadas a los jóvenes futbolistas de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal permitieron identificar diversos factores que influyeron en su decisión de abandonar la práctica deportiva a temprana edad. Entre los más relevantes se encuentran la presión social, el escaso apoyo emocional estructurado, la percepción de poca preparación técnica de los entrenadores, y la falta de motivación sostenida. Asimismo, los datos revelaron que, si bien existía un interés inicial por continuar en el deporte, este se vio afectado por la combinación de elementos contextuales, familiares y personales. Estos hallazgos ofrecen una base sólida para el análisis interpretativo que se desarrollará en el siguiente capítulo, donde se contrastaron los resultados con los referentes teóricos revisados, con el fin de comprender en profundidad las causas del abandono deportivo en el contexto zarumeño.

Discusión

En cuanto a la Influencia de los factores sociales en la decisión de abandono deportivo, el primer objetivo específico de esta investigación fue identificar las causas sociales que influyen en la toma de decisiones en los futuros talentos deportivos de las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma. Los resultados obtenidos tanto en entrevistas como en encuestas evidenciaron que la familia, los amigos y el entorno sociocultural desempeñaron un papel determinante en el proceso de abandono deportivo.

Uno de los hallazgos más reiterados fue que la familia, aunque presente en términos afectivos, priorizó la educación académica sobre la formación deportiva, considerando al fútbol como una actividad recreativa más que como un proyecto a largo plazo. Esta percepción coincide con lo expuesto por García Ferrando (1993), quien señala que en muchos contextos sociales latinoamericanos el deporte es visto como una actividad complementaria, no esencial, lo cual limita el compromiso y apoyo parental hacia una carrera deportiva. Asimismo, Cervelló (1996) plantea que la falta de reconocimiento familiar del esfuerzo deportivo genera una disminución en la motivación de los jóvenes y puede contribuir a su abandono.

Además, los resultados evidenciaron que el grupo de amigos influyó de forma negativa, al restar valor a la práctica deportiva y preferir actividades sociales de ocio, como fiestas o reuniones. En este sentido, la presión de pares puede debilitar el sentido de pertenencia al deporte, especialmente cuando la práctica exige sacrificios que no son comprendidos ni compartidos por el entorno inmediato (Weiss & Ferrer-Caja, 2002). Esto se alinea con lo propuesto por Gould et al. (1996), quienes destacan que la falta de aceptación del grupo puede generar frustración y conflicto de identidad en los adolescentes deportistas.

Otro aspecto importante fue la percepción de que en la comunidad zarumeña el deporte no se valora como una opción profesional real, lo cual crea un entorno desalentador para el desarrollo del talento futbolístico. Tal como lo argumentan Salvy et al. (2008), el entorno sociocultural cumple una función clave en la adherencia o abandono deportivo, ya que las creencias colectivas pueden fortalecer o debilitar el compromiso del individuo. En poblaciones pequeñas o rurales, donde el acceso a niveles competitivos más altos es limitado, las expectativas suelen centrarse en estudios o empleos tradicionales, dejando el deporte en un plano secundario (Carter-Thuillier et al., 2016).

En conjunto, estos factores sociales revelan una ausencia de apoyo integral y estructurado, más allá de lo emocional o recreativo. El acompañamiento familiar, la valoración comunitaria y la influencia de los pares son elementos que configuran un entorno motivador o

desmotivador. En este caso, los datos indican que la carencia de un entorno social que impulse la continuidad deportiva fue uno de los principales factores que explican el abandono en los jóvenes futbolistas de Zaruma.

En cuanto a la Influencia de la relación entre padres, entrenadores y deportistas en la decisión deportiva, el segundo objetivo específico fue conocer el grado de influencia que tiene la relación entre padres, entrenadores y deportistas en la toma de decisiones de los jóvenes. A través de las entrevistas, los participantes señalaron que, aunque la relación con los entrenadores fue mayormente positiva en el plano interpersonal, existía una percepción generalizada de que los entrenadores carecían de formación especializada. Esta falta de preparación técnica y pedagógica influyó negativamente en el desarrollo deportivo de los jóvenes, generando incertidumbre sobre sus capacidades y limitando su motivación.

Los deportistas expresaron que los entrenadores mostraron buena disposición y preocupación por su bienestar, pero no contaban con herramientas profesionales suficientes para orientar su progreso deportivo. Esta situación coincide con lo afirmado por Garcés de los Fayos y Cantón (2007), quienes señalan que la relación entrenador-deportista debe estar mediada por conocimientos técnicos y habilidades comunicativas que promuevan la confianza, el respeto y la superación de desafíos. La ausencia de estos elementos puede generar desmotivación, desorganización y abandono.

En cuanto al vínculo con los padres, los resultados reflejaron un apoyo emocional limitado y centrado mayormente en el aspecto recreativo del deporte. Los padres permitían la participación en actividades deportivas como una forma de esparcimiento o equilibrio frente a las responsabilidades escolares, pero no acompañaban activamente el proceso ni fomentaban una visión de continuidad o crecimiento dentro del fútbol. Esta actitud, aunque no abiertamente negativa, demuestra una baja implicación en la formación deportiva de sus hijos. Según el modelo de participación parental propuesto por Weiss y Ferrer-Caja (2002), la falta de implicación activa en aspectos técnicos y motivacionales disminuye el sentido de compromiso del joven con el deporte.

Además, la falta de coordinación entre padres y entrenadores fue identificada como una debilidad importante. En muchas ocasiones, no existía una comunicación fluida entre ambos actores, lo que provocaba contradicciones en las expectativas y mensajes hacia los deportistas. Esta desarticulación impide la formación de un entorno coherente de apoyo y genera confusión en el joven, afectando su autoestima, su rendimiento y su deseo de permanencia. Côté (1999) resalta que la alianza entre padres y entrenadores es fundamental para generar un clima deportivo positivo y sostenible.

En síntesis, la calidad de la relación entre padres, entrenadores y deportistas tiene un impacto directo en la continuidad del joven en el fútbol formativo. Cuando estas relaciones se caracterizan por la falta de conocimiento, escasa implicación o comunicación deficiente, se debilita el entorno de apoyo necesario para sostener el compromiso deportivo, incrementando las posibilidades de abandono.

En cuanto los Entornos y motivaciones negativas que influyen en el abandono deportivo, el tercer objetivo específico de esta investigación fue interpretar el tipo de entorno y motivación negativas que influyen en el abandono deportivo por parte de los futuros talentos futbolísticos de Zaruma. Los datos obtenidos a través de las entrevistas y encuestas mostraron que, aunque muchos jóvenes expresaron una motivación inicial moderada a alta hacia el fútbol, esta se vio progresivamente debilitada por una combinación de factores emocionales, logísticos y estructurales que configuraron un entorno desfavorable para la permanencia.

Uno de los principales hallazgos fue que, aunque los jóvenes disfrutaban de la práctica del fútbol y se sentían motivados al compartir tiempo con sus compañeros y participar en eventos competitivos, esta motivación no fue lo suficientemente sólida ni sostenida como para contrarrestar las presiones externas. Según Deci y Ryan (2000), para que la motivación sea duradera, debe estar acompañada de condiciones que favorezcan la autonomía, la competencia y la relación social; elementos que, en este estudio, aparecieron limitados por el contexto local.

Entre las condiciones negativas más mencionadas estuvieron el agotamiento emocional derivado de la carga académica y familiar, así como la falta de claridad en los procesos de entrenamiento. Este agotamiento, aunque no extremo, generó desinterés, frustración y una desconexión progresiva con el deporte. Esto se alinea con lo planteado por Gustafsson, Kenttä y Hassmén (2014), quienes destacan que cuando los jóvenes perciben una sobrecarga o un desbalance entre esfuerzo y recompensa, tienden a desarrollar síntomas tempranos de burnout, lo cual puede culminar en el abandono.

Además, la ausencia de metas claras o proyección deportiva afectó el compromiso a largo plazo. La falta de información sobre oportunidades futuras, el escaso seguimiento técnico y la carencia de retroalimentación constante provocaron que los jóvenes no visualizan un camino de crecimiento dentro del fútbol. Según Cervelló (1996), la motivación intrínseca disminuye cuando el sujeto no encuentra sentido o dirección en su participación deportiva, especialmente en edades formativas donde el reconocimiento y la orientación son clave.

Otro factor relevante fue la escasa renovación metodológica en los entrenamientos, los cuales fueron percibidos como rutinarios y poco estimulantes. La falta de variedad, dinamismo y

creatividad en las sesiones de práctica redujo el entusiasmo por asistir regularmente, lo que deterioró el compromiso progresivamente. Duda (1993) señala que la percepción de disfrute y desafío es uno de los principales predictores de permanencia en el deporte en adolescentes.

Finalmente, el entorno físico y logístico también influyó negativamente. Las limitaciones en cuanto a materiales deportivos, infraestructura adecuada y apoyo institucional redujeron las condiciones mínimas para una práctica eficiente. Esto se convierte en un factor de desmotivación especialmente en contextos rurales o con escasos recursos, como lo advierten Ornelas, Perreira y Ayala (2007), quienes concluyen que la desigualdad de oportunidades deportivas contribuye al abandono temprano.

En conclusión, el abandono deportivo no fue producto de una única causa, sino de una combinación de entornos poco estimulantes, falta de apoyo estructurado, sobrecarga emocional y desmotivación acumulada. Estas condiciones negativas impidieron que los jóvenes proyectaran una continuidad en su práctica futbolística, pese a tener, en muchos casos, interés y talento para seguir.

Conclusiones y Recomendaciones

Conclusiones

Con base en los resultados obtenidos, el análisis teórico y el cumplimiento de los objetivos específicos, se presentan las siguientes conclusiones generales del estudio:

1. Los factores sociales ejercieron una influencia significativa en la decisión de abandono deportivo por parte de los jóvenes futbolistas de las escuelas formativas de Zaruma. La limitada participación de las familias en el proceso formativo, la percepción del fútbol como una actividad recreativa sin valor profesional y la influencia de pares poco involucrados en la práctica deportiva crearon un entorno poco estimulante. Esta ausencia de respaldo integral afectó la motivación de los jóvenes, debilitando su compromiso y generando dudas respecto a la continuidad en la práctica del fútbol.
2. La relación entre entrenadores, padres y deportistas se caracterizó por una interacción cordial pero poco estructurada. Si bien los jóvenes reconocieron un trato respetuoso y empático por parte de sus entrenadores, también manifestaron que estos carecían de herramientas técnicas y formativas para guiarlos efectivamente. A su vez, los padres no desempeñaron un rol activo ni articulado en el acompañamiento del proceso deportivo. Esta desconexión entre los principales actores del entorno formativo debilitó la base de apoyo que los jóvenes requerían para sostener su participación a largo plazo.
3. El entorno de entrenamiento y las condiciones metodológicas también influyeron directamente en el abandono. Los jóvenes reportaron que los entrenamientos eran monótonos, poco innovadores y escasamente adaptados a sus necesidades e intereses. La falta de retos motivadores, reconocimiento al esfuerzo y seguimiento personalizado provocó una pérdida progresiva del entusiasmo y el sentido de pertenencia al grupo deportivo. Esta situación, sumada a la presión académica y a las responsabilidades familiares, contribuyó a un desgaste emocional acumulado que culminó en la desvinculación con el deporte.
4. La ausencia de recursos materiales y logísticos adecuados también limitó las oportunidades de continuidad. En contextos como Zaruma, donde el acceso a infraestructura, implementos deportivos y programas de apoyo institucional es limitado, los jóvenes enfrentan mayores barreras para sostener su proceso formativo.

Esta carencia estructural impacta tanto la calidad del entrenamiento como la percepción de que el deporte puede representar una opción real de desarrollo.

En conjunto, los hallazgos de este estudio permiten concluir que el abandono deportivo no responde a una única causa, sino a una combinación de factores sociales, afectivos, motivacionales y estructurales que interactúan entre sí y condicionan la decisión de los jóvenes de continuar o desvincularse del fútbol. Para revertir esta problemática, se requiere de una intervención integral y coordinada que fortalezca los vínculos familiares, eleve el nivel de formación de los entrenadores, dinamice los métodos de enseñanza y mejore las condiciones materiales y emocionales del entorno deportivo formativo.

Recomendaciones

A partir de los hallazgos y conclusiones obtenidas, se proponen las siguientes recomendaciones, con el fin de reducir los niveles de abandono deportivo en los jóvenes futbolistas y mejorar la calidad de los procesos formativos en las escuelas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal de Zaruma:

1. Impulsar campañas de concienciación dirigidas a padres, madres y tutores legales sobre la importancia del deporte como herramienta formativa integral. Estas campañas deben destacar no solo los beneficios físicos del deporte, sino también sus impactos positivos en la salud emocional, la disciplina, la socialización y la posibilidad de proyectar una carrera deportiva. Se sugiere que estas campañas incluyan talleres, charlas y espacios de diálogo en los que se visibilicen casos exitosos y se promueva una cultura de apoyo activo hacia el desarrollo deportivo de los jóvenes.
2. Establecer procesos de formación continua para entrenadores, orientados no solo a fortalecer sus competencias técnicas, sino también sus habilidades pedagógicas, comunicativas y emocionales. Los entrenadores deben ser preparados para desempeñar un rol más integral, que les permita acompañar a los jóvenes desde una perspectiva humana, empática y motivacional. Se recomienda incluir módulos sobre psicología del deporte, planificación de entrenamientos, estrategias de liderazgo y prevención del abandono deportivo.
3. Fomentar una cultura de colaboración y comunicación permanente entre padres, entrenadores y deportistas. La creación de comités de apoyo, reuniones periódicas y plataformas de comunicación directa permitirá alinear expectativas, prevenir conflictos y generar un entorno cohesionado que favorezca la permanencia en el deporte. Esta

relación tripartita debe consolidarse como un eje fundamental del proceso formativo, donde todos los actores asuman un compromiso corresponsable en la evolución del deportista.

4. Diseñar programas de entrenamiento dinámicos, personalizados y centrados en la motivación del joven. Se recomienda incorporar metodologías activas que promuevan el disfrute, el aprendizaje significativo y el sentido de logro. Los entrenamientos deben adaptarse a las edades, capacidades y necesidades de los jugadores, incluyendo variedad de ejercicios, actividades recreativas, competencias internas, retroalimentación positiva y refuerzos motivacionales. El objetivo es que el joven futbolista se sienta valorado, retado y motivado en cada sesión.
5. Gestionar alianzas con instituciones públicas, privadas y comunitarias para fortalecer las condiciones materiales y estructurales de las escuelas formativas. El acceso a infraestructura adecuada, equipamiento deportivo, uniformes, transporte y asistencia médica es esencial para sostener el interés y la participación de los jóvenes. Se sugiere que las autoridades locales, educativas y deportivas se articulen para implementar políticas públicas y estrategias de inversión que garanticen una práctica deportiva digna y de calidad.

Incluir espacios para el acompañamiento emocional y la orientación vocacional de los jóvenes deportistas. La adolescencia es una etapa de gran vulnerabilidad, en la que surgen dudas, tensiones y conflictos internos. Disponer de profesionales en psicología deportiva, trabajo social o pedagogía permitirá detectar factores de riesgo, brindar contención emocional y orientar al joven en sus decisiones, fortaleciendo su autoestima, sentido de pertenencia y permanencia en el deporte.

Referencias

- AAP Council on Sports Medicine and Fitness. (2023). Overuse injuries, overtraining, and burnout in young athletes. *Pediatrics*, 153(2), e2023065129. <https://doi.org/10.1542/peds.2023-065129>
- Bandura, A. (1986). *Social foundations of thought and action: A social cognitive theory*. Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall.
- Cervelló, E. (1996). El abandono deportivo en la adolescencia: Un indicador importante de la motivación en el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 5(1), 7–18.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (1985). *Intrinsic motivation and self-determination in human behavior*. New York: Plenum Press.
- Fernández-López, N., Smith, T., & Rodríguez, P. (2022). Burnout trajectories among adolescent student-athletes: The role of sport vs school stress. *Journal of Adolescent Health*, 72(2), 150–158. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2022.10.004>
- García Ferrando, M. (1993). *Tiempo libre y deporte en la sociedad española*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Gould, D., Feltz, D. L., & Weiss, M. R. (1985). Reasons for attrition in competitive youth swimming. *Journal of Sport Behavior*, 8(3), 155–165.
- Gould, D., Udry, E., Tuffey, S., & Loehr, J. (1996). Burnout in competitive junior tennis players: I. A quantitative psychological assessment. *The Sport Psychologist*, 10(4), 322–340.
- Holt, N. L., & Knight, C. J. (Eds.). (2024). *Positive youth development through sport: Critical reflections*. Routledge.
- Jayanthi, N. A., Pinkham, C., Dugas, L., Patrick, B., & Labella, C. (2019). Sports specialization in young athletes: Evidence-based recommendations. *Sports Health*, 11(2), 111–123. <https://doi.org/10.1177/1941738119837000>
- Klint, K. A., & Weiss, M. R. (1986). Dropping in and dropping out: Participation motives of current and former youth gymnasts. *Canadian Journal of Applied Sport Sciences*, 11(2), 106–114.
- Microsoft Corporation. (2023). *Microsoft Excel* (Versión 365). <https://www.microsoft.com/excel>

- Pelletier, L. G., Fortier, M. S., Vallerand, R. J., & Brière, N. M. (1995). Toward a new measure of intrinsic motivation, extrinsic motivation, and amotivation in sports: The Sport Motivation Scale (SMS). *Journal of Sport and Exercise Psychology, 17*(1), 35–53.
- Petlichkoff, L. M. (1992). Youth sport participation and withdrawal: Is it simply a matter of fun? *Pediatric Exercise Science, 4*(1), 105–110.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being. *American Psychologist, 55*(1), 68–78. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.1.68>
- Smith, A., Taylor, M. L., & Baker, J. (2024). Barriers and challenges related to sport persistence and dropout among adolescents. *Frontiers in Public Health, 12*, Article 1416558. <https://doi.org/10.3389/fpubh.2024.1416558>
- Soares, A. L. A., & Carvalho, H. M. (2023). Burnout and dropout associated with talent development in youth sports. *Frontiers in Sports and Active Living, 5*, 1190453. <https://doi.org/10.3389/fspor.2023.1190453>
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (2000). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Barcelona: Paidós.
- Valenzuela-Moss, J., Sini, M., Wren, T. A. L., & Edison, B. R. (2024). Changes in sports participation, specialization, and burnout: Final results from a 6-year longitudinal study. *Sports Health. https://doi.org/10.1177/19417381241234567*
- Weiss, M. R., & Ferrer-Caja, E. (2002). Motivational orientations and sport behavior. In T. S. Horn (Ed.), *Advances in sport psychology* (2nd ed., pp. 115–155). Champaign, IL: Human Kinetics.
- World Medical Association. (2013). *Declaración de Helsinki: Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos*. <https://www.wma.net/es/polices-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicas-en-seres-humanos/>

Anexos

Anexo A – Entrevista sobre la percepción del síndrome de burnout y el abandono deportivo

Título del trabajo:

Motivos por los cuales los futuros talentos futbolísticos en las escuelas formativas “Joga Bonito” y “Liga Deportiva Cantonal” de la ciudad de Zaruma abandonan la práctica del fútbol a tempranas edades: la influencia social, física y deportiva.

Sinopsis:

El presente Trabajo de Titulación es elaborado por el estudiante Luciano Joel Sánchez Sisalima, de la carrera de Cultura Física de la Universidad de Cuenca, bajo la dirección del Mgtr. Wilson Teodoro Contreras. El objetivo general del estudio es identificar las problemáticas o causas que inciden en la decisión de continuar o abandonar la práctica deportiva por parte de jóvenes talentos futbolísticos en las escuelas formativas Joga Bonito y Liga Deportiva Cantonal, ubicadas en la ciudad de Zaruma.

La entrevista individual tiene como finalidad recoger la percepción de los participantes sobre las causas del abandono deportivo a temprana edad, con especial énfasis en la influencia del síndrome de burnout dentro de los ámbitos social, físico y deportivo. Las opiniones recabadas contribuirán al análisis cualitativo del fenómeno investigado y podrían ser citadas de forma textual en el cuerpo del Trabajo de Titulación. La información será utilizada exclusivamente con fines académicos y se mantendrá en total confidencialidad.

Preguntas Cualitativas:

1. ¿Qué factores sociales (familia, amigos, entorno) influyeron en tu decisión de seguir o abandonar el fútbol?
2. ¿Cómo fue tu relación con los entrenadores durante tu formación deportiva?
3. ¿Recibiste apoyo emocional de tus padres durante tu participación en la escuela formativa?
4. ¿Has sentido en algún momento agotamiento físico o emocional que te llevara a pensar en abandonar?

5. ¿Qué mejorarías en la escuela donde estuviste para que los jóvenes no pierdan la motivación por el fútbol?

Preguntas Cuantitativas:

1. ¿Con qué frecuencia tus padres asistían a tus entrenamientos o partidos? (Nunca / A veces / Frecuentemente / Siempre)

2. ¿Sentiste presión por parte de tus entrenadores? (Sí / No)

3. ¿Consideras que el nivel de exigencia física fue adecuado para tu edad? (Sí / No / No estoy seguro)

4. ¿En una escala del 1 al 5, cuánto apoyo emocional sentiste por parte de tu entorno familiar?

5. ¿En una escala del 1 al 5, ¿cuánto te sentías motivado para seguir en la práctica del fútbol antes de dejarlo (si aplicable)?

Anexo B – Permisos Institucionales

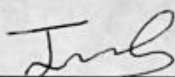
Nota: A continuación, se presentan los permisos otorgados por las autoridades de las escuelas formativas de fútbol “Joga Bonito” y “Liga Deportiva Cantonal” de la ciudad de Zaruma, quienes autorizaron la aplicación de instrumentos de recolección de datos para fines académicos. Las autorizaciones fueron solicitadas de manera verbal y posteriormente formalizadas mediante el presente documento, a cargo del investigador Luciano Joel Sánchez Sisalima.

Zaruma, Ecuador – 9 de mayo de 2025

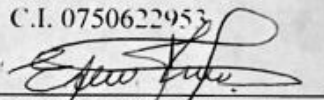
Yo, **Luciano Joel Sánchez Sisalima**, estudiante de la carrera de **Cultura física** en la [Nombre de la universidad o instituto], solicité y obtuve el permiso verbal del responsable de la escuela formativa “**Joga Bonito**” para aplicar encuestas y entrevistas a los deportistas y entrenadores que forman parte de dicha institución, en el marco de mi trabajo de titulación titulado:

“Motivos por los cuales los futuros talentos futbolísticos en las escuelas formativas 'Joga Bonito' y 'Liga Deportiva Cantonal' de la ciudad de Zaruma, abandonan la práctica del fútbol a tempranas edades, la influencia social, física y deportiva.”

Declaro que toda la información recolectada fue utilizada exclusivamente con fines académicos y que se respetó el principio de confidencialidad de los participantes. Agradezco la apertura y colaboración brindada por la institución para el desarrollo de esta investigación



Luciano Joel Sánchez Sisalima
C.I. 0750622953




Edison Branco Mora Aguirre
Propietario

Zaruma, Ecuador – 9 de mayo de 2025

Yo, **Luciano Joel Sánchez Sisalima**, estudiante de la carrera de [Nombre de la carrera] en la [Nombre de la universidad o instituto], solicité y obtuve el permiso verbal del responsable de la **Liga Deportiva Cantonal de Zaruma** para aplicar encuestas y entrevistas a los deportistas y entrenadores que integran dicha institución, como parte del desarrollo de mi trabajo de titulación titulado:

“Motivos por los cuales los futuros talentos futbolísticos en las escuelas formativas 'Joga Bonito' y 'Liga Deportiva Cantonal' de la ciudad de Zaruma, abandonan la práctica del fútbol a tempranas edades, la influencia social, física y deportiva.”

Manifiesto que la información obtenida fue manejada bajo estricta confidencialidad y con fines exclusivamente académicos. Agradezco profundamente la colaboración de esta entidad para la realización del estudio.



Luciano Joel Sánchez Sisalima
C.I. [número de cédula]



Mgt José Fabian Corella Aguilar
Presidente del Directoriva

Anexo C – Ejemplos de Encuestas y Entrevistas Respondidas

Nota: En este anexo se presentan ejemplos representativos de encuestas y entrevistas respondidas por los futbolistas participantes. Las entrevistas cualitativas se registraron de manera oral y se eligieron las más representativas para su transcripción. El resto se conservó como evidencia audiovisual debido a la extensión y repetitividad de los contenidos.

Nombre del encuestado: Gabriel R.
 Edad: 15
 Escuela: Liga Deportiva

1. ¿Con qué frecuencia tus padres asistían a tus entrenamientos o partidos?
 Nunca A veces Frecuentemente Siempre
2. ¿Sentiste presión por parte de tus entrenadores?
 Sí No
3. ¿Consideras que el nivel de exigencia física fue adecuado para tu edad?
 Sí No No estoy seguro
4. En una escala del 1 al 5, ¿cuánto apoyo emocional sentiste por parte de tu entorno familiar?
 1 2 3 4 5
5. En una escala del 1 al 5, ¿cuánto te sentías motivado para seguir en la práctica del fútbol antes de dejarlo (si aplicable)?
 1 2 3 4 5

Anexo F. Entrevistas Cualitativas Aplicadas

1. ¿Qué factores sociales (familia, amigos, entorno) influyeron en tu decisión de seguir o abandonar el fútbol?
Todos mis amigos juegan conmigo
2. ¿Cómo fue tu relación con los entrenadores durante tu formación deportiva?
Amigos es complicado.
3. ¿Recibiste apoyo emocional de tus padres durante tu participación en la escuela formativa?
Sí, pero quisieron que me dedique a los estudios
4. ¿Has sentido en algún momento agotamiento físico o emocional que te llevara a pensar en abandonar?
No, pero sí me aburría mucho
5. ¿Qué mejorarías en la escuela donde estuviste para que los jóvenes no pierdan la motivación por el fútbol?
Más actividades

Nombre del encuestado: Daniel P
 Edad: 14 años
 Escuela: Joga Bonita

1. ¿Con qué frecuencia tus padres asistían a tus entrenamientos o partidos?
 Nunca A veces Frecuentemente Siempre
2. ¿Sentiste presión por parte de tus entrenadores?
 Sí No
3. ¿Consideras que el nivel de exigencia física fue adecuado para tu edad?
 Sí No No estoy seguro
4. En una escala del 1 al 5, ¿cuánto apoyo emocional sentiste por parte de tu entorno familiar?
 1 2 3 4 5
5. En una escala del 1 al 5, ¿cuánto te sentías motivado para seguir en la práctica del fútbol antes de dejarlo (si aplicable)?
 1 2 3 4 5

Anexo F. Entrevistas Cualitativas Aplicadas

1. ¿Qué factores sociales (familia, amigos, entorno) influyeron en tu decisión de seguir o abandonar el fútbol?
 Mi mamá siempre me llevaba y animaba pero mucho trabajo
2. ¿Cómo fue tu relación con los entrenadores durante tu formación deportiva?
 A veces hay favoritos
3. ¿Recibiste apoyo emocional de tus padres durante tu participación en la escuela formativa?
 Sí
4. ¿Has sentido en algún momento agotamiento físico o emocional que te llevara a pensar en abandonar?
 Una vez me lesioné
5. ¿Qué mejorarías en la escuela donde estuviste para que los jóvenes no pierdan la motivación por el fútbol?
 Mejorar la comunicación

Nombre del encuestado: Luis R.
Edad: 12 años
Escuela: Liga Deportiva Candor.

1. ¿Con qué frecuencia tus padres asistían a tus entrenamientos o partidos?
 Nunca A veces Frecuentemente Siempre
2. ¿Sentiste presión por parte de tus entrenadores?
 Sí No
3. ¿Consideras que el nivel de exigencia física fue adecuado para tu edad?
 Sí No No estoy seguro
4. En una escala del 1 al 5, ¿cuánto apoyo emocional sentiste por parte de tu entorno familiar?
 1 2 3 4 5
5. En una escala del 1 al 5, ¿cuánto te sentías motivado para seguir en la práctica del fútbol antes de dejarlo (si aplicable)?
 1 2 3 4 5

Anexo F. Entrevistas Cualitativas Aplicadas

1. ¿Qué factores sociales (familia, amigos, entorno) influyeron en tu decisión de seguir o abandonar el fútbol?
Mi mamá me decía que estudiara
2. ¿Cómo fue tu relación con los entrenadores durante tu formación deportiva?
Era buena
3. ¿Recibiste apoyo emocional de tus padres durante tu participación en la escuela formativa?
No mucho
4. ¿Has sentido en algún momento agotamiento físico o emocional que te llevara a pensar en abandonar?
Sí, pero en partidos difíciles
5. ¿Qué mejorarías en la escuela donde estuviste para que los jóvenes no pierdan la motivación por el fútbol?
Que escuchan más a los niños.

Nombre del encuestado: Carlos MEdad: 13 añosEscuela: Joga Bonita

1. ¿Con qué frecuencia tus padres asistían a tus entrenamientos o partidos?
 Nunca A veces Frecuentemente Siempre
2. ¿Sentiste presión por parte de tus entrenadores?
 Sí No
3. ¿Consideras que el nivel de exigencia física fue adecuado para tu edad?
 Sí No No estoy seguro
4. En una escala del 1 al 5, ¿cuánto apoyo emocional sentiste por parte de tu entorno familiar?
 1 2 3 4 5
5. En una escala del 1 al 5, ¿cuánto te sentías motivado para seguir en la práctica del fútbol antes de dejarlo (si aplicable)?
 1 2 3 4 5

Anexo F. Entrevistas Cualitativas Aplicadas

1. ¿Qué factores sociales (familia, amigos, entorno) influyeron en tu decisión de seguir o abandonar el fútbol?
Mi familia me apoyaba mucho, pero algunos amigos se burlaban cuando perdimos.
2. ¿Cómo fue tu relación con los entrenadores durante tu formación deportiva?
Fue buena, aunque a veces el entrenador era muy estricto.
3. ¿Recibiste apoyo emocional de tus padres durante tu participación en la escuela formativa?
Si mis padres me motivaban y me acompañaban a casi todos los partidos.
4. ¿Has sentido en algún momento agotamiento físico o emocional que te llevara a pensar en abandonar?
Sí, a veces me sentía cansado después de los entrenamientos y eso me hacía pensar dejar.
5. ¿Qué mejorarías en la escuela donde estuviste para que los jóvenes no pierdan la motivación por el fútbol?
Tener entrenamientos más divertidos.