

Retiro deportivo: Transición en futbolistas mexicanos de tercera división profesional Sports retirement: Transition in professional mexican football players in third division

Grecia Paulina Paz Llanos, Carlos David Carrillo Trujillo
Universidad Autónoma de Yucatán (México)

Resumen. El proceso de transiciones hacia el retiro deportivo es importante considerarlo en la carrera de un atleta. Esta investigación tiene como objetivo identificar qué tan preparados están 22 futbolistas (hombres) para enfrentar el retiro deportivo, así como la evaluación de si existe alguna diferencia significativa entre los deportistas que se dedican exclusivamente al deporte y los que estudian y hacen deporte. Los participantes de este estudio se encuentran entre los 16 a 21 años de edad, con una media de 18.18 años. Se utilizó el Cuestionario de Adaptación a la Retirada Deportiva (CARD) en el que se miden tres dimensiones: (1) el capital humano acumulado durante la carrera deportiva, (2) la identificación exclusivamente deportiva y (3) la planificación a la retirada. También, se realizó la prueba de chi cuadrada para identificar si hay diferencias entre los que se dedican al deporte y aquellos que se dedican al estudio y deporte. Los resultados indican que los futbolistas no tendrían dificultades en la retirada deportiva, aunque sería importante indagar que herramientas o procesos de adaptación consideran poseer para tener un retiro adecuado. Por último, no se encontraron diferencias significativas entre los dos grupos, los que solo se dedican al deporte y los que estudian y hacen deporte.

Palabras claves: transiciones deportivas, retiro, bienestar, adaptación, futbolistas.

Abstract. The process of transitions towards sports retirement is important to consider in the career of an athlete. The purpose of this investigation is to identify how prepared 22 soccer players (men) are to face their sports retirement, along with the evaluation of whether there are any significant differences between athletes who are exclusively dedicated to sports and those who split their time between study and sports. The participants of this study are individuals of ages 16 to 21 with an average of 18.18 years old. The Sports Retirement Adaptation Questionnaire (CARD) was used. In it, three dimensions are measured: (1) the accumulated human capital collected during the sports career, (2) the exclusive sports identification and (3) retirement planning. Also, the chi-square test was performed in order to identify if there are differences between those who dedicate themselves exclusively to sports and those who study and practice sports. The results indicate that these 22 soccer players will not have difficulties during their sports retirement process, although it would be important to ponder what adaptation tools or processes they think they have in order to have a proper transition or retirement. Finally, no significant differences were found between the two groups, those who only dedicate themselves to sports and those who study and practice sports.

Keywords: sport transitions, retirement, wellness, adaptation, football players.

Fecha recepción: 24-06-22. Fecha de aceptación: 30-09-23

Carlos David Carrillo Trujillo
carrillo.trujillo@gmail.com

Introducción

El fútbol soccer, mejor conocido en México como fútbol, es uno de los deportes más practicados en el país y en donde la mayoría de los jugadores comparten la misma meta, llegar a primera división profesional y/o jugar en Europa. Al ser un deporte muy popular pocos jugadores llegan a lograr esa meta, sobre todo por las diversas variables involucradas como: las decisiones de los entrenadores, el equipo, la asociación, los directivos y, sobre todo, las diversas cuestiones personales de cada jugador (motivación, personalidad, metas, apoyo familiar, situación socioeconómica, etc.). En este sentido, las diversas transiciones que suceden en la carrera deportiva y el retiro suelen ser elementos importantes dentro de este deporte; en donde se identifica que sólo hay una pequeña parte de la población que logra ascender a la élite y la otra gran mayoría fracasa (Chamorro et al., 2016), por lo tanto, se debe de considerar la preparación de estos procesos (transiciones y retiro) desde el principio de la carrera deportiva y no únicamente en los últimos años de esta.

En primera instancia es importante mencionar que los estudios sobre las transiciones comienzan a finales de 1960 (Martínez, 2017), incrementándose paulatinamente a

finales de la década de 1980 (Carlin & Garcés de los Fayos, 2012). Schlossberg (1981) estableció un significado sobre las transiciones, en donde menciona que estas ocurren cuando un evento o ausencia de evento da como resultado un cambio en suposiciones que uno mismo tiene con el mundo, por lo tanto, se requiere de un ajuste en el comportamiento y en las relaciones de la persona. Esta definición marcó una pauta importante en las investigaciones dentro de las transiciones en el deporte y ayudó a tener una perspectiva más positiva de lo que es el retiro ya que simultáneamente surgieron teorías (ej. teorías tanatológicas Rosenblerg, 1981; Lerch 1982) que consideraban el retiro como algo negativo o traumático; sin embargo, otros autores lo señalaban como una oportunidad de crecimiento que depende de las características individuales que tiene cada deportista para enfrentar el retiro (Coakley, 1983; Sinclair & Orlick, 1993; Taylor & Oglive, 1994). En las últimas décadas, la transición deportiva se presenta como un constructo desde una perspectiva además de teórica, empírica; al respecto, Stambulova ha realizado varias investigaciones. Dentro de las aportaciones importantes, la doctora Stambulova ha definido las transiciones como, las fases de cambio que ocurren en la carrera deportiva y en donde se experimentan ciertas demandas que deben de enfrentar los atletas

para poder continuar con éxito en el deporte y/u otras esferas de su vida (Stambulova & Samuel, 2019).

Gracias a esta definición, se comprendió y promovió como un proceso de afrontamiento, en el cual se necesita hacer frente a determinadas necesidades de los atletas.

Autores como Sinclair y Orlick (1993, citado en Gordon & Laval, 2012) que han realizado estudios desde los noventa y autores recientes como Stambulova y Samuel (2019), señalan que las transiciones tienen el potencial de ser una crisis (en donde se necesita una intervención), un alivio (transiciones satisfechas) o una combinación de ambos, pero esto depende de la percepción de la situación por la que esté pasando el deportista.

Las transiciones se dividen en normativas y no normativas, en la primera, son los motivos predecibles por los que un atleta se retira, como cambiar de categoría (juvenil a mayor), cambios en el área académica (entrar a la universidad), entre otros. El segundo tipo es la transición no normativa, la cual se refiere a casos que no son predecibles, como cuando ocurre una lesión grave, mudarse o algún proceso complicado por el que esté pasando el deportista (Stambulova et al., 2009), por esa razón es de vital importancia planificar y preparar a los atletas para cualquier cambio en su carrera deportiva, aunque cabe recalcar que no toda transición termina siendo un retiro. Recientemente Schinke et al. (2015) agregan que existe un tercer tipo de transición que es llamado como cuasi-normativas, en donde se considera que solo se aplica a un grupo predecible de personas (ej. a los atletas de elite que son candidatos a los juegos olímpicos).

En algunas ocasiones, el retiro deportivo se considera como una discontinuidad en el ciclo vital de un individuo (Carter et al., 2016). De igual manera es importante considerar el acompañamiento de un psicólogo del deporte en este proceso ya que como se ha mencionado pueden ocurrir una serie de crisis en el deportista por los cambios de rol que pueden existir después del retiro (transición normativa) o una transición no normativa (Stambulova & Samuel, 2019).

Ahora bien, el tema de las transiciones viene siendo parte de lo que Stambulova llama transiciones predecibles (Stambulova 1994 citado en Wylleman et al., 2004) ya que el fin de una carrera deportiva es inevitable y todos los deportistas en un momento dado lo vivirán.

Así mismo el retiro deportivo es un fenómeno en el que se implican bastantes variables que son importantes a considerar. Entre ellos se encuentra la identidad deportiva, que viene siendo la imagen que el atleta tiene de sí mismo y la importancia que le da sobre las otras áreas de su vida (Pizarro, 2015). A nivel de rendimiento deportivo al tener arraigada esta identidad beneficia al deportista como en la imagen corporal, en la autoconfianza y favorece los niveles de compromiso en los entrenamientos (Hernández-Mulero & Berengüi, 2016); pero al ser exclusivo a esta actividad dificulta el proceso del retiro y en encontrar otros roles que puede desempeñar en su vida. (Carlin & Garcés de los Fayos, 2012; Park et al., 2013).

Del mismo modo, se ha encontrado que el retiro

deportivo llega a afectar en las diferentes áreas de la vida del deportista que van desde síntomas relacionados con la salud mental como la depresión, ansiedad, trastornos de sueño, angustia y afectaciones en su vida diaria como el aumento del consumo del alcohol, mala alimentación, entre otros (Gouttebarga et al., 2015; Gouttebarga et al., 2016). Así mismo, en una investigación que realizaron Van Ramele et al. (2017) con futbolistas profesionales retirados concluyeron que es necesario el apoyo para los futbolistas actuales y retirados ya que pueden presentar trastornos mentales comunes. En definitiva, es importante que se tenga la atención necesaria y el interés de los deportistas y/o los involucrados en el deporte (entrenadores, directivos, padres...) para que se considere como parte del trabajo psicológico con los deportistas.

Aunque este tema sea escasamente aplicado a la práctica por parte del psicólogo de esta área, todo deportista pasa por este suceso que destaca en su vida deportiva, en el cual algunos lo saben afrontar, o bien, por el contrario, su manera de enfrentarlo no es el adecuado. Tal como encontraron Torregrosa et al. (2004) en un estudio realizado a 33 deportistas olímpicos españoles en donde estos sugieren la necesidad de tener psicólogos(as) del deporte, que no solo se preocupen por aumentar el rendimiento y conseguir resultados deportivos, sino que también le tomen importancia a la planificación del retiro considerando los perfiles profesionales de los deportistas para que tengan presente en el proceso de transición.

Actualmente existen diversos motivos por los que un deportista se retira del deporte, los casos varían dependiendo de las dificultades o intereses que presenta la persona en el momento que decide realizarlo. Taylor y Oglive (1994) describen que entre las causas más comunes se encuentran las siguientes: la edad cronológica considerado como un factor que más afecta por la disminución de rendimiento, la deselección sucede cuando los entrenadores ya no eligen al deportista para competir, la libre elección que se considera como el motivo más deseable para que se tenga una transición normativa y las lesiones siendo uno de los motivos más frecuentes y en donde las transiciones suelen ser no normativas. De igual forma Moesch et al. (2012) realizaron un estudio con 68 exatletas elite de diferentes deportes para identificar las causas de su retiro en donde encontraron tres motivos más mencionados que fueron la disminución de la motivación, lesiones o problemas de salud y problemas familiares.

Por todo lo anterior, resulta importante conocer si se encuentran preparados para enfrentar un retiro, por lo que el objetivo de esta investigación es identificar que tan preparados están los futbolistas de un equipo que se encuentra en la liga de 3ra división profesional para enfrentar el retiro y se evaluará si existe alguna diferencia con los deportistas que se dedican exclusivamente al deporte y con los que se dedican al estudio y al deporte.

Material y Método

Participantes

Participaron 22 atletas masculinos que juegan en la liga

de tercera división profesional en México. Con edades comprendidas desde los 15 a 21 años, con una media (M) de 18.18 años. La edad de iniciación deportiva de los jugadores oscila desde los tres a los siete años con un promedio de 5.09 años.

Instrumentos

Cuestionario de Adaptación a la Retirada Deportiva (CARD) de Duque (2016). El cuestionario ayuda a predecir si los deportistas van a tener dificultades en la retirada deportiva y consta de dos partes; la primera, con los datos generales como nivel de estudio superados, ocupación principal, número de sesiones de entrenamiento, edad de iniciación del deporte, años de práctica, entre otros y; en la segunda parte, 32 ítems agrupados en tres dimensiones: (1) Capital humano, que hace referencia a los contactos deportivos obtenidos en la carrera deportiva (por ejemplo los entrenadores, directivos...); (2) Identificación deportiva, también llamada como identidad unidimensional y considerada como uno de los factores más importantes, ya que si el deportista tiene muy arraigado este rol puede influir directamente en una crisis de identidad que tendrá que enfrentar en el momento de la retirada; por último (3) la Planificación de la retirada, la cual evalúa que tan preparado está el deportista para el proceso del retiro. La forma de respuestas es tipo Likert de seis puntos que oscila desde uno que es *totalmente de acuerdo* hasta seis que es *totalmente en desacuerdo*, con una media teórica de 3.5. Sus valores de consistencia fueron de .893, .812 y .715 respectivamente, en cada una de las tres dimensiones anteriormente mencionadas y manera global .778, con una varianza total acumulada de 43,81% por lo que se puede observar una fiabilidad y validez aceptable. Cabe resaltar que, siguiendo el documento original, se observa que las puntuaciones se encuentran invertidas.

Procedimiento

Antes de iniciar se les entregó a los jugadores el consentimiento informado en donde se les explicaba que los datos se usarán de manera confidencial, su participación libre y en el cual era necesario tener firmado para continuar con la aplicación. Seguido de esto, se realizaban las aplicaciones individuales previo a su entrenamiento. El tiempo de aplicación de los cuestionarios era de 10 minutos por jugador.

Resultados

En primera instancia, como se puede observar en la Tabla 1, la muestra total de los jugadores se dividió teniendo en cuenta que los años practicando deporte va de 5 a 16 años en 3 grupos, en donde cada uno corresponde al 33.3% de la cantidad de años; se determinan como (1) Iniciales a los que atletas que llevan de cinco a 10 años ($n=3$), (2) Intermedios a los de 11 a 15 años ($n=17$) y (3) Experimentados a los que tiene 16 años en adelante en el deporte ($n=2$). En cada grupo se describen como fueron sus resultados por cada variable, esto nos ayudará a identificar si existe una

relación entre el tiempo que llevan practicando deporte y el proceso de transición que podrían presentar al momento del retiro. Respecto a las dimensiones de la retirada se observa que, en la primera dimensión, Capital Humano, obtuvieron una puntuación alta los jugadores Intermedios, por lo que, a diferencia de los otros grupos de edad, estos consideran que han establecido contactos deportivos (entrenadores, clubs, directivos...) que les pueden favorecer en el proceso de retiro. Cabe señalar que en la muestra total esta dimensión fue la que obtuvo la puntuación más alta ($M=1.91$ y $D.S.=0.714$), por lo que probablemente es la característica que les ayuda a seguir involucrados en este deporte. En la dimensión de Identificación Deportiva los jugadores Intermedios señalaron tener una puntuación moderadamente alta, a diferencia de los otros dos grupos; aunque se puede observar que la muestra total se encuentra dentro de la media.

Por parte de la dimensión de Planificación de la Retirada se observa que, independientemente del grupo al que pertenecen, los jugadores presentaron una puntuación alta, por lo que consideran que al momento de presentar un retiro deportivo no tendrán problemas.

Tabla 1.

Dimensiones	Inicial		Intermedio		Experimentando		Total:	
	M	D.S.	M	D.S.	M	D.S.	M	D.S.
Capital Humano	2.04	0.339	1.86	0.767	2.11	0.943	1.91	0.714
Identificación Deportiva	3.62	0.379	3.28	0.728	3.43	0.330	3.34	0.662
Planificación de la Retirada	2.04	0.0722	2.22	0.904	1.63	0.884	2.14	0.832

De igual manera se considera importante evaluar qué otras ocupaciones tienen los deportistas y si esto influye en la adaptación del retiro, por lo que se dividió en dos grupos quienes se dedican solo al deporte ($n=8$) y quienes estudian y hacen deporte ($n=14$). (ver tabla 2). En la dimensión de Capital Humano se identifica que ambos grupos obtuvieron una puntuación por arriba de la muestra teórica por lo que se determina como una puntuación alta. En la Identificación Deportiva se observa que en ambos grupos esta variable obtuvo una puntuación baja.

Se realizó una prueba no paramétrica con la *chi* cuadrada con un 2% grado de adaptación y se encontró que no hay diferencias significativas en los deportistas que se dedican exclusivamente al deporte con los que estudian y hacen deporte.

Por otro lado, al observar los resultados de la tabla 2, se encuentra que en la dimensión de la Planificación a la Retirada el grupo que se dedica exclusivamente al deporte considera estar más preparados para esta transición.

Tabla 2.

Dimensiones	Estudio y deporte		Deporte		Total:	
	M	D.S.	M	D.S.	M	D.S.
Capital Humano	1.88	0.488	1.96	1.04	1.91	0.714
Identificación Deportiva	3.23	0.576	3.52	0.796	3.34	0.662
Planificación de la Retirada	2.38	0.44	1.73	0.676	2.14	0.832

Discusión

El presente trabajo tuvo como objetivo identificar si los futbolistas se encuentran preparados para enfrentar un retiro. De manera general los resultados señalan que al menos en los participantes de la muestra no tendrían mayores dificultades para al momento de enfrentarse al retiro, de manera más específica, los jugadores tienen puntuaciones altas en la dimensión de Capital humano, dimensión importante que permite a los jugadores afrontar la vida posterior de la carrera deportiva (Lorenzo & Bueno, 2012) y en la dimensión de planificación del retiro. En este caso parece que los participantes si poseen parte de estos recursos y que, de tener un retiro de la vida deportiva hoy día, podrán afrontar con cierta madurez esta transición. Al respecto, esto concuerda con lo hallado en diversos estudios (Puig & Vilanova, 2006; Lorenzo & Bueno, 2012) que han encontrado que, en deportistas desde el nivel de alto rendimiento a elite, el capital humano les ha ayudado a prepararse para la vida posterior de la carrera deportiva, pero es importante complementarlo con una formación académica para que tengan mayores ventajas y sepan aprovechar mejor esas oportunidades. De igual manera, Alfermann y Stambulova (2007) mencionan que las federaciones deportivas, si se involucran, podrían ayudar a los deportistas en el proceso de transición o retiro.

En la segunda dimensión, identificación deportiva, los deportistas indican que no poseen una alta identificación por lo que esto ayuda a que su transición o retiro sea más adecuada (Sinclair & Orlick, 1993; Alfermann & Stambulova, 2007) ya que, si se mantiene una fuerte identidad deportiva en la última etapa de la carrera o cerca de una transición, estos pueden estar menos dispuestos a dejar el deporte y a experimentar emociones negativas que dificultan el proceso de transición (Lavalle et al., 1997; Stambulova et al., 2009; Pallarés et al., 2011) y en donde podrían surgir crisis de identidad. El tema de identidad deportiva presenta sus ventajas y desventajas, como se mencionó en la introducción, el hecho de que sea beneficioso para el rendimiento de un deportista, pero no para tener una transición normativa pone en duda si existe un nivel identidad deportiva “ideal” para un atleta, dicho esto último, se considera importante que este tenga otras áreas de interés para que en cualquier momento que ocurra el retiro tenga las herramientas necesarias para saber afrontarlo.

De igual manera es importante señalar que se consideraba que los deportistas que llevan más tiempo practicando el deporte iban a tener una identidad más exclusiva del deporte, pero en este caso los resultados indican lo contrario. Seguramente, el contexto con el que viven día con día podría influir con este resultado, ya que, a nivel nacional en el fútbol mexicano, existen muchos jóvenes que desean alcanzar a jugar en el torneo de primera división mexicano o incluso en Europa, la cuestión está en que no todos llegan a lograr esos objetivos y el deporte en el sureste no tiene los suficientes recursos económicos para poder ser potencia en este deporte. Desafortunadamente, también existe la

facilidad de contratar a extranjeros para poder nacionalizarlos y esto lo hacen con el objetivo de potenciar al equipo (Angelotti, 2005).

Así mismo se consideraba que el grupo que se dedica solo al deporte iba a presentar diferencias en la adaptación del retiro con el otro grupo (deporte y estudio) por el hecho de que sea su única ocupación se consideraba que no poseen las herramientas necesarias para una inserción laboral o una transición normativa. Algo importante a destacar es que se ha encontrado que no hay diferencia significativa cuando solo se dedican al deporte a comparación con los que se dedican al estudio y deporte. Aunque cabe señalar que el practicar deporte ayuda a desarrollar diversas habilidades que se pueden implementar en su vida laboral o profesional como; desarrollar el compromiso, establecimiento y ejecución de objetivos, resolución de problemas, etc. (González & Torregrosa, 2009; Wylleman et al., 2004).

No obstante, en un estudio realizado por Álvarez et al. (2014) con 16 estudiantes universitarios deportistas de alto nivel encontraron que estos consideran los estudios como un valor importante para su desarrollo profesional en el futuro por lo que al tener más recursos para la inserción laboral ayudaría a que tengan una mejor adaptación post deportiva. De la misma forma Vilanova y Puig (2013) encontraron con 144 ex olímpicos retirados en donde indicaron que al complementar la carrera deportiva con la académica les ayudó en la transición de su inserción laboral.

Sobre la última dimensión, la planificación de la retirada, los deportistas consideran que están listos para afrontar un retiro, es decir, que poseen el control sobre la situación y esto ayuda a que la adaptación a lo posterior a la transición pueda ser exitosa (Alfermann & Stambulova 2007). Sin embargo, para lograr una transición positiva, la planificación se debe de realizar durante la carrera deportiva de la persona (Surujlal & van Zyl, 2014). Cabe destacar que Stambulova et al. (2015) señalan que, en los deportistas adolescentes, es esperado que se presente la construcción de su identidad y que empiecen a considerar la planificación de su futuro en esa etapa.

En relación con la ocupación principal de los deportistas se encuentra que los futbolistas que exclusivamente se dedican al deporte, en la parte de planificación deportiva, consideran estar más preparados para enfrentar una transición. Lo indispensable sería saber encontrar el equilibrio entre el deporte, los estudios, trabajo y vida personal para que puedan afrontar con éxito las transiciones (Stambulova et al., 2015). Siguiendo a Chamorro et al. (2016) en un estudio con 478 futbolistas jóvenes elite, encontraron que los deportistas que perciben importante otras áreas de su vida (educación y vida privada) parecen tener más recursos internos (pasión, motivación...) para enfrentar una transición a comparación de los que solo se quieren dedicar de manera profesional al deporte y con los que se interesan en tener logros en su vida privada.

En este caso, quizá la razón por la cual los jóvenes que se dedican exclusivamente al deporte consideran estar preparados para el retiro por el hecho de que practican un

deporte en donde es muy complicada la competencia de sobresalir y en donde hoy en día hay futbolistas jóvenes que desde los 17 años ya logran debutar (Futbol Total, 2022) como se observa en estudio la mayoría que participaron están pasando por esa edad.

Cabe destacar que es común escuchar el mensaje hacia los jóvenes que se dedican al deporte, en donde señalan como importante tener “un plan B” en donde se incluyan los estudios por el simple hecho de que en el deporte en México exista la poca posibilidad de ser profesional en cualquier deporte. En la actualidad existen algunas instituciones del fútbol mexicano profesional que piden como requisito que sus futbolistas, además de entrenar, también tengan una carrera profesional con el fin de que no todos lleguen a destacar en este deporte. Esto último suele ser complicado para algunos atletas, el compaginar la carrera deportiva con la académica, desafortunadamente la posibilidad de llevar una carrera dual adecuada en donde se pueda tener el balance de ambas partes no suele ser muy apoyado en las universidades de este país o no poseen los programas adecuados para que estos tengan el acompañamiento para llevarlo a cabo. Por lo tanto, existe la baja de los deportistas de la escuela/universidad o el retiro en su deporte para poder seguir con una carrera universitaria. Es importante señalar que, al trabajar con los atletas en este proceso de transición, también se debe de poner de manifiesto todo lo que se encuentra alrededor de este (su familia, amigos, escuela, otras actividades...) y no olvidar considerarlo como algo holístico (Wylleman et al., 2004).

Al observar los resultados obtenidos se podría considerar que los deportistas se encuentran listos para enfrentar un retiro, pero es importante tener en cuenta que al aplicar un cuestionario se puede presentar deseabilidad social, por lo que sería interesante complementar la información con entrevistas individuales para conocer cuáles son las consideraciones que los llevan a pensar que tendría un buen retiro. Siguiendo esto último, en un estudio realizado por Lorenzo y Bohórquez (2013) con 57 futbolistas activos encontraron que el 63.2% considera que su retiro será en el momento esperado, 15.8% antes de lo esperado, el 12.3% después del momento esperado, el 70% mucho después del momento esperado y el 1.7% mucho antes del momento esperado. Teniendo en cuenta estos últimos porcentajes, se observa que el retiro para algunos deportistas es un proceso que posiblemente piensan que puede ser fácil cuando puede ser todo lo contrario y/o que no le dan la importancia debida.

Por otra parte, dentro de las implicaciones prácticas, se considera que al realizar esta investigación con deportistas activos podría despertar el interés en que se realicen otras investigaciones con este tipo de población.

Dentro de las limitaciones que se encontraron al realizar la investigación, es que el tema del retiro aún no tiene las suficientes bases teóricas desde la población mexicana y en donde la mayoría de las investigaciones que se han realizado en otros países (Rusia, Suecia, España...) son con deportistas a nivel elite.

De igual manera, al dividir la muestra en grupos de los futbolistas que se dedican al deporte y a la escuela (n= 14), y los que se dedican solo al deporte (n=8) se observa que no se encuentran balanceados el número de participantes, por lo que sería importante considerar en las siguientes investigaciones que se tengan grupos con el mismo número de miembros.

De igual manera, para futuras investigaciones, sería interesante conocer cómo el contexto en el que se encuentran los futbolistas influye en su decisión del retiro y el poder realizar intervenciones con deportistas activos en donde puedan planificar su retiro para que estén preparados para la culminación de su carrera deportiva.

Conclusiones

Las transiciones deportivas seguidas de un retiro, pueden traer consecuencias que pueden marcar en la vida de un deportista. Por lo tanto, es importante conocer si los deportistas se encuentran preparados para enfrentar ese proceso.

Esta investigación permite tener un mayor conocimiento del proceso que tendrían los futbolistas al momento de presentar un retiro. En los resultados se encuentra que estos consideran estar preparados para el retiro, aunque se considera importante indagar que herramientas o como sería su adaptación para que la transición sea normativa.

Es importante considerar que las intervenciones deben de realizarse con deportistas activos para que puedan poseer las herramientas necesarias en el momento que se les presente y se pueda hacer una planificación adecuada. De igual manera, es fundamental considerar la etapa de desarrollo de estos ya que no es lo mismo tener una intervención con un deportista de nivel elite, en donde la mayoría ya son adultos y el contexto es diferente, a un adolescente en donde existen diferentes procesos y el tipo de deporte que se practica.

Referencias

- Alfermann, D., & Stambulova, N. (2007) Career transitions and career termination. In G. Tenenbaum & R. C. Eklund (Eds.) *Handbook of Sport Psychology*, 3rd ed. (pp. 712–733). John Wiley & Sons, <https://doi.org/10.1002/9781118270011.ch32>
- Angelotti, G. H. (2005). La dinámica del fútbol en México. La construcción de identidades colectivas en torno al Club de Fútbol Pachuca en nuestros días. Primera parte. *EFDeportes*, 10(82). <https://efdeportes.com/efd82/pachuca.htm>
- Carlin, M., & Garcés de los Fayos, E. (2012). Transición de carrera deportiva a un nuevo contexto vital: perspectivas actuales. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 103-110.
- Carter-Thuillier, B., Carter-Beltran, J., Cresp B., M., & Ojeda N., R. (2016). Sport Dropout from a Psychosocial Approach. *Revista Internacional de Investigación en*

- Ciencias Sociales, 12(1), 103-120. <https://doi.org/10.18004/riics.2016.julio.103-120>
- Chamorro, L. J. M., Sánchez, O. D., Pulido, G. J. J., & Amado, A. D. (2016). ¿Jugaré en la élite? Expectativas de llegar a un profesional y su relación con la motivación en jóvenes jugadores de fútbol. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (29), 153-156.
- Chamorro, J., Torregrosa, M., Sánchez O., D., García C., T., & León, B. (2016). Futuros logros, pasión y motivación en la transición del deporte junior al senior en jóvenes futbolistas españoles de élite. *Revista Española de Psicología*, 19, E69. <https://doi.org/10.1017/sjp.2016.71>
- Coakley, J. J. (1983). Leaving Competitive Sport: Retirement or Rebirth?, *Quest*, 35(1), 1-11, <https://doi.org/10.1080/00336297.1983.10483777>
- Duque-Ingunza, A. (2016) *Análisis descriptivo y comparativo de deportistas de alto rendimiento retirados y en activo* [Tesis doctoral, Universidad de Vigo]. <http://www.investigacion.biblioteca.uvigo.es/xmlui/handle/11093/538>
- García-Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 259-268.
- González F. M. D. & Torregrosa, M. (2009). Análisis de la retirada de la competición de élite: antecedentes, transición y consecuencias. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 4(1), 93-104.
- Gordon, S. & Lavallee, D. (2012). Career transitions. In T. Morris & P. Terry (Eds.), *The new sport and exercise psychology companion* (pp. 567-582). Fitness Information Technology.
- Gouttebauge, V., Aoki, H. & Kerkhoffs, G. (2015). Symptoms of Common Mental Disorders and Adverse Health Behaviours in Male Professional Soccer Players. *Journal of Human Kinetics*, 49(1), 277-286. <https://doi.org/10.1515/hukin-2015-0130>
- Gouttebauge, V., Jonkers, R., Moen, M., Verhagen, E., Wylleman, P. & Kerkhoffs, G. (2016): The prevalence and risk indicators of symptoms of common mental disorders among current and former Dutch elite athletes, *Journal of Sports Sciences*, 32(21), 2148-2156 <https://doi.org/10.1080/02640414.2016.1258485>
- Hernández-Mulero, N., & Berengüi, R. (2016). Identidad deportiva y Trastornos de la Conducta Alimentaria: Estudio preliminar en deportistas de competición. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(2), 37-44.
- Lavallee, D., Gordon, S., & Grove, J. R. (1997). Retirement from sport and the loss of athletic identity. *Journal of Personal and Interpersonal Loss*, 2(2), 129-147. <https://doi.org/10.1080/10811449708414411>
- Lerch, S. H. (1982). Athlete retirement as social death: An overview. In N. Theberge y P. Donnelly (Eds.), *Sport and the Sociological Imagination* (pp. 259-272). Christian University Press.
- Lorenzo M., & Bueno M. (2012). Recursos disponibles para la inserción sociolaboral tras la retirada deportiva de futbolistas. *Revista de Psicología del Deporte.*, 21(1), 189-194.
- Lorenzo, M., & Bohórquez, M., R. (2013). Análisis de la percepción de los futbolistas acerca del proceso de retirada deportiva. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 8(1), 100-119.
- Taylor, J., & Ogilvie, B. C. (1994). A conceptual model of adaptation to retirement among athletes. *Journal of Applied Sport Psychology*, 6(1), 1-20. <https://doi.org/10.1080/10413209408406462>
- Torregrosa, M., Sanchez, X., & Cruz, J. (2004). El papel del psicólogo del deporte en el asesoramiento académico – vocacional del deportista de elite. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(2), 215-228.
- Total, F. (2022, 25 abril). *Liga MX: Los jugadores de 20 años o menos que han destacado en el Clausura 2022*. *Futbol Total: Un juego auténtico lleno de nobleza y emoción*. <https://www.futboltotal.com.mx/futbol-mexicano/liga-mx/liga-mx-los-jugadores-de-20-anos-o-menos-que-han-destacado-en-el-clausura-2022/2022/04>
- Martínez C. (2017). *La retirada deportiva en Baloncesto: proceso y factores* [Tesis de doctorado, Universidad Politécnica de Madrid] Archivo digital UPM. <https://doi.org/10.20868/UPM.thesis.47953>.
- Moesch K., Mayer C. & Elbe A. M. (2012). Reasons for Career Termination in Danish Elite Athletes: Investigating Gender Differences and the Time-point as Potential Correlates, *Sport Science Review*, 21(5-6), 49-68. <https://doi.org/10.2478/v10237-012-0018-2>
- Pallarés S., Azócar F., Torregrosa M., Selva C. & Ramis Y. (2011). Modelos de trayectoria deportiva en waterpolo y su implicación en la transición hacia una carrera profesional alternativa). *Cultura Ciencia Deporte*, 6(17), 93-103. <https://doi.org/10.12800/ccd.v6i17.36>
- Park S., Lavallee D. & Tod D. (2013) Athletes' career transition out of sport: a systematic review, *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 22-53. <http://dx.doi.org/10.1080/1750984X.2012.687053>
- Álvarez P. P., Hernández A. A. & López D. A. (2014). Análisis de la compleja relación entre los estudios universitarios y la práctica deportiva de alto rendimiento. *Revista de la Educación Superior*, XL11(1)(169), 69-87.
- Pizarro C. M. (2015) *Transiciones durante la carrera deportiva. Desde el inicio hasta la retirada del deporte de élite* [tesis de pregrado, Universidad de Chile]. Repositorio de Académico de la Universidad de Chile. URI: <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/135906>
- Puig N., & Vilanova A. (2006). Deportistas olímpicos y estrategias de inserción laboral. Propuesta teórica, método y avance de resultados. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, 64(44), 63-83.
- Rosenberg, E. (1981). Gerontological theory and athletic retirement. In S. L. Greendorfer & A. Yiannakis (Eds.), *Sociology of Sport: Diverse Perspectives* (pp. 119-126). Leisure Press.

- Schinke R. J., Stambulova N. B., Trepanier D. & Oghene O. (2015) Psychological support for the Canadian Olympic Boxing Team in meta-transitions through the National Team Program, *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 74-89, <http://dx.doi.org/10.1080/1612197X.2014.959982>
- Schlossberg, N. K. (1981). A Model for Analyzing Human Adaptation to Transition. *The Counseling Psychologist*, 9(2), 2-18. <https://doi.org/10.1177/001100008100900202>
- Surujlal J. & van Zyl Y. (2014). Understanding the Dynamics of Sport-Career Transition of Olympic Athletes. *Mediterranean Journal of Social Sciences*, 5(20), 477 <https://doi.org/10.5901/mjss.2014.v5n20p477>
- Stambulova N. B., Alfermann D., Statler, T., & Côté J. (2009). ISSP Position stand: Career development and transitions of athletes. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 7(4), 395-412. <https://doi.org/10.1080/1612197x.2009.9671916>
- Stambulova N. B., Engström C., Franck A., Linnér L., & Lindahl K. (2015). Searching for an optimal balance: Dual career experiences of Swedish adolescent athletes. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 4-14. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2014.08.009>
- Stambulova N. B., & Samuel R. (2019). Career Transitions. In Hackfort D. y Schinke R.J. *Routledge Encyclopedia of Sport and Exercise Psychology* (pp. 119-134). Routledge.
- Sinclair D. A. & Orlick T. (1993). Positive Transitions From High-Performance Sport. *The Sport Psychologist*, 7(2), 138-150.
- Vilanova A. & Puig N. (2013). Compaginar la carrera deportiva con la carrera académica para la futura inserción laboral: ¿Una cuestión de estrategia? *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 61-68.
- Wylleman P., Alfermann D. & Lavalée D. (2004). Career transitions in sport: European perspectives, *Psychology of Sport and Exercise* 5(1), 7-20.