

# PODIUM

Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física

EDITORIAL UNIVERSITARIA

Volumen 17  
Número 3

2022

Universidad de Pinar del Río "Hermanos Saíz Montes de Oca"

Director: Fernando Emilio Valladares Fuente

Email: fernando.valladares@upr.edu.cu

Artículo original

## Estudio comparativo de la concentración de la atención en boxeadores, antes y después de la intervención psicológica

Comparative study of the concentration of attention in boxers, before and after psychological intervention

Estudo comparativo da concentração de atenção em boxeadores, antes e depois da intervenção psicológica

Yanevis Soler Prieto<sup>1\*</sup>  <https://orcid.org/0000-0003-2266-8709>

Marta Cañizares Hernández<sup>2</sup>  <https://orcid.org/0000-0001-9504-9779>

Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez<sup>3</sup>  <https://orcid.org/0000-0002-7371-7876>

<sup>1</sup>Universidad de Ciencias de la Cultura Física y el Deporte (UCCFD) "Manuel Fajardo" La Habana, Cuba.

<sup>2</sup>Instituto de Medicina del Deporte, La Habana; Cuba.

\*Autor para la correspondencia: yanevisoler@gmail.com

**Recibido:**2022-04-07

**Aprobado:**2022-09-22.

Cómo citar un elemento: Soler Prieto, Y., Cañizares Hernández, M., & Suárez Rodríguez, M. (2022). Estudio comparativo de la concentración de la atención en boxeadores, antes y después de la intervención psicológica. *PODIUM - Revista de Ciencia y Tecnología en la Cultura Física*, 17(3), 1124-1140. Recuperado de <https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1329>



## RESUMEN

**Introducción:** La concentración de la atención es fundamental en el boxeo, actividad donde el deportista se enfrenta a un contrario a corta distancia, en un combate que transcurre en un tiempo limitado, planteándole elevadas exigencias al proceso de atención.

**Objetivo:** El presente trabajo tuvo como objetivo comparar la concentración de la atención en boxeadores categoría 15 - 16 años de la Eide "Mártires de Barbados" de La Habana, antes y después de la intervención psicológica del proceso.

**Materiales y métodos:** La muestra fue de 20 deportistas de interés competitivo. La evaluación se realizó en dos momentos durante la etapa de preparación especial; el primero antes de realizar acciones de intervención psicológica del proceso y el segundo luego de ocho semanas realizándolas. Para el diagnóstico inicial se utilizaron las siguientes técnicas: Test de Anillos de Landolt, escala de autovaloración a deportistas, escala de valoración externa a entrenadores, entrevista a deportistas y observación estructurada a entrenamientos y competencias. En el retest, se repitieron las tres primeras técnicas mencionadas.

**Resultados:** Los principales resultados arrojados inicialmente fueron una concentración evaluada de mal y de regular en el 50 % y 40 % de la muestra respectivamente, expresadas fundamentalmente en reiteración de errores ya corregidos por los entrenadores y en dificultad para mantener la focalización. Post intervención se comprobó una mejora de la concentración de la atención, al obtenerse un diagnóstico de bien, muy bien y excelente en el 35 %, 20 % y 20 % de la muestra respectivamente.

**Conclusiones:** Se concluye que la intervención propuesta contribuyó a una mejoría en el diagnóstico del proceso.

**Palabras clave:** Boxeadores; Concentración de la atención; Diagnóstico inicial; Estudio comparativo; Retest.

## ABSTRACT

**Introduction:** The concentration of attention is essential in boxing, an activity where the athlete faces an opponent at close range, in a fight that takes place in a limited time, placing high demands on the attention process.

**Objective:** The present study aimed to compare the concentration of attention in boxers category 15 - 16 years of the Sport Initiation School (Eide in Spanish) "Mártires de Barbados" in Havana, before and after the psychological intervention of the process.

**Materials and methods:** The sample consisted of 20 athletes of competitive interest. The evaluation was carried out at two moments during the special preparation stage; the first before carrying out psychological intervention actions of the process and the second after eight weeks carrying them out. For the initial diagnosis, the following techniques were used: Landolt Ring Test, self-assessment scale for athletes, external assessment scale for coaches, interviews with athletes, and structured observation of training and competitions. In the retest, the first three techniques mentioned were repeated.

**Results:** The main results initially obtained were a concentration evaluated as bad and regular in 50 % and 40 % of the sample, respectively, expressed mainly in the repetition of errors already corrected by the coaches and in difficulty in maintaining focus. Post-intervention, an improvement in attention concentration was verified, obtaining a diagnosis of good, very good and excellent in 35 %, 20 % and 20 % of the sample, respectively.



**Conclusions:** It is concluded that the proposed intervention contributed to an improvement in the diagnosis of the process.

**Keywords:** Boxers; Concentration of attention; Initial diagnostic; Comparative study; Retest.

## SÍNTESE

**Introdução:** A concentração da atenção é fundamental no boxe, uma atividade onde o atleta enfrenta um adversário a curta distância, em um combate que ocorre em um tempo limitado, colocando altas exigências no processo de atenção.

**Objetivo:** O objetivo deste estudo foi comparar a concentração de atenção nos boxeadores da categoria "Mártires de Barbados" Eide em Havana, antes e depois da intervenção psicológica do processo.

**Materiais e métodos:** A amostra consistiu de 20 atletas de interesse competitivo. A avaliação foi realizada em dois momentos durante a fase de preparação especial; o primeiro antes de realizar as ações de intervenção psicológica do processo e o segundo após oito semanas de realização das mesmas. Para o diagnóstico inicial, foram utilizadas as seguintes técnicas: Landolt's Ring Test, escala de auto-avaliação para atletas, escala de avaliação externa para treinadores, entrevista com atletas e observação estruturada de sessões de treinamento e competições. No novo teste, as três primeiras técnicas mencionadas acima foram repetidas.

**Resultados:** Os principais resultados mostraram inicialmente uma concentração fraca e justa em 50% e 40% da amostra respectivamente, expressa principalmente na repetição de erros já corrigidos pelos treinadores e na dificuldade de manter o foco. Após a intervenção, verificou-se uma melhora na concentração da atenção, obtendo-se um diagnóstico de bom, muito bom e excelente em 35%, 20% e 20% da amostra, respectivamente.

**Conclusões:** Conclui-se que a intervenção proposta contribuiu para uma melhoria no diagnóstico do processo.

**Palavras-chave:** Boxers; Concentração de atenção; Diagnóstico inicial; Estudo comparativo; Reteste.

## INTRODUCCIÓN

"La concentración de la atención o el prestar atención a lo que estamos haciendo y a lo que está ocurriendo, constituye un factor determinante en el rendimiento deportivo" (Suárez et al., 2018, p. 5). "El desarrollo de la concentración de la atención favorece la seguridad, confianza, autoestima, control emocional, el cumplimiento del plan de pensamiento táctico y el autoconocimiento" (Álvarez, 2020, p. 458-459).

"La atención-concentración es una habilidad psicológica relacionada con las fases del proceso motor de cualquier desarrollo deportivo pues influye en la codificación del estímulo externo o interno, en la selección y organización de la respuesta motriz y en la ejecución de la misma" (González et al., 2016, p. 78).

En este sentido, Blanco y López (2020), establecen que,

"el deportista adquiere su mayor rendimiento deportivo, cuando a pesar de su preparación técnico-táctica y física, logra mantener un adecuado nivel de



concentración de la atención en la actividad deportiva que realiza" (p. 1213-1214). Según refieren dichos autores, se hace eminente su estudio y comprensión por parte de los principales implicados en el proceso de entrenamiento deportivo.

Por su parte **Suárez et al. (2018)** señalan que,

"los mejores niveles de ejecución se consiguen cuando los deportistas se sitúan en una zona donde la atención está totalmente dirigida al proceso de ejecución y a nada más, es decir, focalizada en los factores relevantes, y alejada de los pensamientos negativos y de otras formas de distracción que deterioran la ejecución". (p. 5)

**González y Rabilera (2016, p. 108)** plantean que "el proceso de atención está estrechamente relacionado con las sensaciones, la percepción, el pensamiento y la memoria, adquiriendo particular importancia en el funcionamiento mental".

Este criterio es compartido por **Pérez-Iznaga et al. (2021)**, quien refiere que,

"una de las variables psicológicas relacionadas con el rendimiento deportivo, es la referida a la atención como actividad mental voluntaria, conscientemente dirigida y en estrecha relación con las sensaciones, percepciones, el pensamiento, la memoria" (p. 178).

Ambas investigaciones coinciden en considerar que el estudio de la atención y la concentración de la atención se considera fundamental para garantizar la eficacia de la actividad deportiva, de ahí su papel relevante en las investigaciones actuales en el ámbito deportivo.

Una revisión de la temática en diferentes deportes, permite apreciar que los estudios realizados en relación con el tema, han abordado la importancia del psicodiagnóstico de la concentración de la atención del deportista en entrenamientos y competencias; así como de la intervención psicológica, con el objetivo de buscar una mejoría en el comportamiento de la misma en deportistas de variadas categorías (**Soler y Suárez, 2015; Del Monte, 2017; Lorenzo et al., 2018; Pérez et al., 2018; Suárez et al., 2018; Dongoran et al., 2019; Blanco y López, 2020; Cañizares et al., 2020; Góonzález-Guirval, et al., 2020; Olmedilla et al., 2021; Pérez-Iznaga et al., 2021; Jaramillo, 2022**).

El estudio de los procesos atencionales en el ámbito deportivo no puede ir en contraposición a los elementos que tipifican esta actividad, y menos de las exigencias psicológicas que poseen cada uno de los deportes (**Pérez et al., 2018; Suárez et al., 2018**). Dentro de la agrupación de combate, el boxeo se caracteriza por el contacto cuerpo a cuerpo que se establece entre los contrincantes. Su calificación se basa en la percepción subjetiva de jueces y árbitros que otorgan la más alta puntuación al deportista que, según su criterio, proporcione la mayor cantidad de golpes efectivos, durante un período de tiempo establecido y controlado con rigurosidad.

La ejecución rápida y precisa de las acciones técnicas y los planes tácticos de los deportistas de boxeo, está asociada a la capacidad que puedan desarrollar para orientar de forma centralizada su atención. A la vez, resulta necesario que puedan distribuir esta en los diferentes componentes de su ejecución propia y en las variaciones de las ejecuciones de cada una de las acciones técnicas y de las acciones tácticas del contrario.



En ellos, la concentración de la atención juega un papel primordial en la penetración que deben ser capaces de hacer sobre aquellas intenciones que tiene el adversario. En un combate con un período de tiempo limitado y una gran proximidad del contrincante, el púgil debe buscar las oportunidades para realizar acciones que podrían definir la situación (Soler y Suárez, 2015; Suárez *et al.*, 2018).

La adquisición de herramientas y habilidades para la concentración de la atención desde edades tempranas, se convierten en un arma fundamental para el deportista, que le permite la autorregulación de su conducta y determina en gran medida la actitud asumida posteriormente por él ante las actividades docentes, de entrenamiento y competencia. Mientras más recursos y habilidades sean colocados en sus manos, mayores garantías de autocontrol y, por tanto, de éxito vivenciarán.

En el caso de la categoría escolar, el deportista de boxeo está sometido a varias exigencias: por un lado, el estudio como actividad obligatoria, responsable, que exige un trabajo organizado y sistemático, y por otra, la actividad deportiva, donde debe aprender y perfeccionar el manejo de implementos, y adquirir una serie de habilidades motrices, cognoscitivas, afectivo-motivacionales, volitivas, atencionales y comunicativas.

En el contexto en que se desarrolla la presente investigación, se ha detectado como situación problemática que los deportistas de interés competitivo del equipo y que constituyen el pilar fundamental de la categoría 15 16 años, presentan dificultades en la concentración de la atención durante entrenamientos y competencias. Entre las principales deficiencias referidas por los entrenadores se encuentra la ejecución reiterada de los mismos errores luego de ser corregidos por ellos. Además, los boxeadores se muestran desorientados en entrenamientos, sobre todo en situaciones de combate, ceden en provocaciones de los contrarios, siguen con la mirada al público en situaciones de competencia y se distraen con facilidad.

Ante la rigurosidad del nuevo reglamento establecido para este deporte y por lo inminente del paso de estos deportistas a la categoría juvenil, existe una preocupación de los entrenadores en este sentido. Es por ello que se hace necesario realizar una evaluación planificada del proceso, que posibilite valorar la pertinencia de la realización de una intervención psicológica de este proceso en la muestra de estudio.

Tomando en consideración que "el entrenamiento psicológico no solo es importante en el deporte profesional y de élite, sino también en el deporte de base" (Moreno-Fernández *et al.*, 2019, p. 2), el presente trabajo realizado en la etapa escolar tiene como objetivo comparar la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15 16 años de la EIDE Mártires de Barbados de La Habana antes y después de la intervención psicológica del proceso.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Para la realización de la siguiente investigación se utilizó una metodología mixta, es decir, una metodología cualitativa y cuantitativa de forma integrada. El estudio que se realiza es en su esencia de tipo descriptivo. Se utiliza un diseño preexperimental que consta de preprueba y posprueba con un solo grupo de control. En este caso a un grupo se le aplica una batería de pruebas previa a la intervención psicológica del proceso,



después se le administra dicha intervención y finalmente se le aplican, posterior a la intervención, varias pruebas de la batería utilizada en el diagnóstico inicial.

Los métodos empleados para desarrollar la investigación, estuvieron determinados por los objetivos y las tareas previstas.

Del nivel teórico se emplearon:

Análítico-sintético: permitió mediante la implementación de los procesos cognitivos el análisis detallado de la información referida a la concentración de la atención como una cualidad de la atención. Resultó de vital utilidad en el estudio de los referentes teóricos sobre el tema, así como en el análisis de datos productos de la propia investigación. Posibilitó referir los elementos más significativos tanto en el período de diagnóstico, de elaboración y aplicación de las acciones, como en la comprobación de la efectividad de las mismas.

Inductivo-deductivo: se parte del estudio de la atención como un proceso en general para realizar énfasis en algunas de sus partes, en este caso la concentración de la atención, y a la vez, lograr que las conclusiones a las que se vayan arribando enriquezcan los elementos teóricos que se conocen sobre este proceso psicológico.

Del nivel empírico se emplearon:

Entrevista (a deportistas): fue utilizada para la recogida del estado de opinión de los deportistas miembros de la muestra en relación a elementos significativos relacionados con la concentración de la atención.

Observación (durante entrenamientos y topes competitivos): fue utilizada para corroborar la existencia de la situación problemática planteada.

La medición (Test de Anillos de Landolt, escala de autovaloración a deportistas y escala de valoración externa a entrenadores): fueron utilizados para la recopilación de datos sobre el estado actual del proceso en estudio, así como para la recogida del estado de opinión de los sujetos implicados de manera directa e indirecta en la investigación.

Del nivel estadístico-matemático:

Para la recogida de la información en el terreno se confeccionó una planilla que se llevó a una base de datos EXCEL para su ordenamiento y mejor comprensión. Para el análisis de los resultados se aplicó la estadística descriptiva, utilizando como medidas de tendencia la mediana y la moda. Adicionalmente fueron utilizadas las distribuciones empíricas de frecuencias absolutas y relativas con su correspondiente distribución porcentual para el análisis cuantitativo de las variables.

Se utilizó la prueba de rangos con signos de Wilcoxon con el objetivo de evaluar los contrastes test y retest. El nivel de significación utilizado fue de  $p < 0,05$ . Además, fue utilizado el análisis de varianza no paramétrico de Kruskal Wallis con el objetivo de comparar las observaciones diagnósticas. El nivel de significación utilizado fue de  $p < 0,05$ . Para la representación de la información fueron utilizadas tablas, gráficos de barras y pastel. Para el procesamiento estadístico se utilizó el paquete estadístico SPSS 22.0 para Windows.



Previo al comienzo del trabajo de campo se procedió a la selección de la muestra según criterios de inclusión y exclusión establecidos. Una vez seleccionada la muestra fueron solicitados consentimientos informados a todos los participantes en la investigación. De esta manera se garantizó un proceder ético de ambas partes durante todo el proceso.

De una población de 40 boxeadores, la muestra de la presente investigación quedó constituida por 20 boxeadores, todos de sexo masculino en un rango de edad de 15 a 16 años, con una edad cronológica promedio de 15.7 años. La edad deportiva de los miembros fue de entre 2 y 5 años, con una edad deportiva promedio de 2-8 años.

Para la realización de este diagnóstico se estableció una combinación entre los criterios arrojados por una prueba estandarizada para la medición de esta variable, el criterio de los deportistas implicados, el criterio de sus entrenadores y la valoración del psicólogo responsable de la investigación. Con este fin fueron empleados el Test de Anillos de Landolt, una escala de autovaloración a deportistas, una escala de valoración externa a entrenadores y la observación estructurada y participante tanto en entrenamientos como en competencias.

Para la realización de la investigación se toma como variable dependiente la concentración de la atención que se define en función de la estabilidad y la intensidad de su orientación hacia un objeto o estímulo determinado. La variable independiente es las acciones de intervención psicológica para la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15-16 años de la Eide "Mártires de Barbados" de La Habana y se define como el conjunto de acciones de intervención psicológica para favorecer la concentración de la atención, elaboradas a partir del diagnóstico realizado.

La investigación aconteció durante la etapa de preparación especial, por ser reconocido en la literatura que a medida que avanzan las etapas de la preparación del deportista la concentración de la atención alcanza sus mejores resultados. El momento de aplicación de las pruebas fue las mañanas para un mejor rendimiento del deportista, antes o después de las sesiones de entrenamiento, según requisitos de cada prueba.

Se trabajó en un local cerrado con adecuadas condiciones de privacidad, iluminación, ventilación, así como con las condiciones materiales necesarias para la cómoda aplicación de las mismas. Las pruebas de terreno fueron realizadas en el lugar de entrenamiento. Las sesiones de trabajo en el terreno tienen una duración de 1 hora, comenzando a las 10:30 am y hasta las 11:30 am.

La investigación se realizó en cuatro etapas:

Etapa de diagnóstico (primera aplicación de los instrumentos de evaluación).

En este caso, fueron realizados un total de cinco instrumentos de evaluación. Ellos fueron:

Entrevista semiestructurada al deportista: individual.

Objetivo: indagar en la autovaloración que posee el deportista en relación a sus niveles de concentración de la atención.



Observación: tres en entrenamientos y dos en topes competitivos, condiciones habituales de realización de la actividad deportiva, no control de las variables ambientales intervinientes: ruido, calor, calidad de los aparatos.

Objetivo: corroborar la existencia de indicadores de baja concentración de la atención planteados en la situación problemática.

Test de Anillos de Landolt: 30 minutos antes de comenzar la sesión de entrenamiento.

Objetivo: evaluar el estado actual de la concentración de la atención que posee el boxeador.

Escala de autovaloración a deportistas: individual, 30 minutos después de finalizada la sesión.

Objetivo: profundizar en la autovaloración que posee el deportista en relación a sus niveles de concentración de la atención.

Escala de valoración externa a entrenadores: individual a cada entrenador responsable de la preparación individual de los deportistas, tanto en momentos previos al entrenamiento como posterior al mismo.

Objetivo: explorar los criterios valorativos del entrenador respecto a la concentración de la atención de los boxeadores de la muestra.

Etapas de elaboración de las acciones de intervención para el entrenamiento de la concentración de la atención.

Fueron elaboradas un total de 8 actividades partiendo de los postulados de autores cubanos y extranjeros que han realizado un trabajo previo con ellas. Para su selección fueron tomados en consideración los resultados del diagnóstico. Cada una de las actividades posee sus acciones específicas para cada fase. En este sentido, las acciones fueron organizadas para el desarrollo de cuatro habilidades fundamentales que deben fomentarse en los deportistas para el entrenamiento de la atención, ellas son:

- Habilidades concernientes al enfoque atencional utilizado por el deportista.
- Habilidades relacionadas con la preparación de la atención del deportista.
- Habilidades para el control de interferencias atencionales.
- Habilidades para el control del cansancio y el dolor.

Etapas de aplicación de las acciones de intervención para el entrenamiento de la concentración de la atención.

Se trabajó durante ocho semanas para la aplicación de las acciones de intervención elaboradas. El proceso de aplicación fue dividido de la siguiente forma:

- Fase educativa. (Primera y segunda semanas).
- Fase de adquisición. (De tercera a sexta semana).
- Fase práctica. (Séptima y octava semanas).



Etapa de valoración de la efectividad de las acciones de intervención propuestas para el entrenamiento de la concentración de la atención.

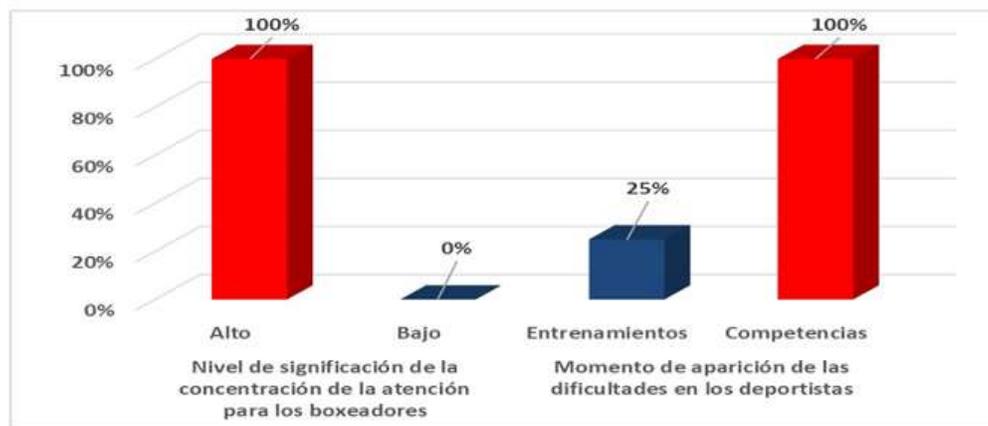
En este caso, fueron realizadas con carácter de retest y con el mismo objetivo tres de las técnicas utilizadas en la etapa de diagnóstico. Ellas fueron:

- Escala de autovaloración a deportistas.
- Escala de valoración externa a entrenadores.
- Test de Anillos de Landolt.

De esta manera, se pudo valorar la evolución de la variable no solamente desde la prueba directa de la cualidad en sí, sino también desde la opinión de los principales implicados en la situación, dígase deportista y entrenador. En este caso, fue realizada una sesión de trabajo para cada deportista, es decir, se le aplicaba la escala de autovaloración y seguidamente el Test de Anillos de Landolt. Concluido el trabajo individual con el deportista se pasó a aplicar la escala de valoración externa a su entrenador. Este procedimiento fue seguido con los 20 boxeadores de la muestra.

## RESULTADOS Y DISCUSIÓN

Los resultados de la entrevista individual realizada a los deportistas se muestran en la figura 1 (Figura 1).



**Fig. 1.** - Resultados de la entrevista individual realizada a los boxeadores de la muestra. Nivel de significación de la concentración de la atención y momento de aparición de las dificultades en este proceso

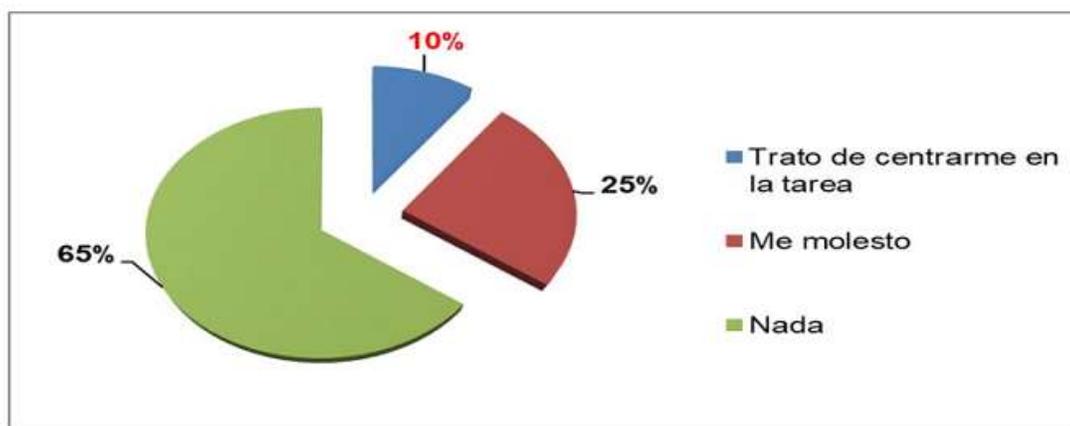
La entrevista arrojó que los 20 deportistas (100 %) de la muestra le confieren un nivel de significación alto a este proceso psicológico para la práctica del boxeo. Solamente cinco deportistas (25 %) de la muestra refiere haberlos vivenciado durante los períodos de entrenamiento; los 20 deportistas (100 %) de la muestra asocian la aparición de dichas dificultades a las situaciones de competencia. Estos elementos fueron corroborados mediante la observación participante que arrojó las principales dificultades en la concentración durante la tercera observación realizada en el transcurso de un tope



competitivo. También en las observaciones de los entrenamientos fueron detectadas dificultades en la totalidad del grupo, lo que indica que existe una subvaloración de la importancia del rendimiento deportivo durante los entrenamientos, y, por tanto, un conocimiento reducido de la función modeladora del mismo para enfrentar la situación de competencia.

Los indicadores de baja concentración de la atención más autopercebidos por los deportistas fueron: me dejó provocar por el contrario en 17 deportistas (85 %), repito los mismos errores ya corregidos por los entrenadores en 16 deportistas (80 %), escucho más al público que a mi entrenador en 11 deportistas (55 %). El indicador con menor nivel de reconocimiento como baja concentración de la atención fue, me agoto con facilidad, indicado solamente por tres deportistas (15 %). En el caso del segundo y tercer indicador mencionado se pudo constatar tanto en la observación como en la escala de valoración externa que son los que aparecen más reiterados con valores negativos.

En cuanto a las conductas asumidas por el deportista ante la aparición de dificultades en la concentración de la atención, como se muestra en la figura 2, solamente dos deportistas (10 %) adujeron tratar de centrarse nuevamente en la tarea, mientras que 13 (65 %) no hacen nada y cinco (25 %) se molestan (Figura 2).



**Fig. 2.** - Resultados de la entrevista individual realizada a los boxeadores de la muestra. Conductas asumidas ante la aparición de dificultades en la concentración de la atención

En relación a la observación, se obtuvo que cinco de los seis indicadores observados están evaluados de regular, encontrándose solamente evaluado de bien el tiempo de solución de las tareas orientadas. Estos resultados, unidos a la evaluación obtenida mediante el Test Anillos de Landolt, corroboran los elementos descritos anteriormente durante la justificación de la situación problemática planteada por los entrenadores, la cual constituye la cual argumenta la pertinencia de la presente investigación.

La tabla 1 muestra la estadística descriptiva asociada al Test de Anillos de Landolt, con carácter evolutivo. Al aplicar la prueba de rangos con signos de Wilcoxon para contrastar las diferencias encontradas, desde el punto de vista descriptivo, se obtuvieron diferencias significativas en cada minuto ( $p < 0,05$ ) (Tabla 1).

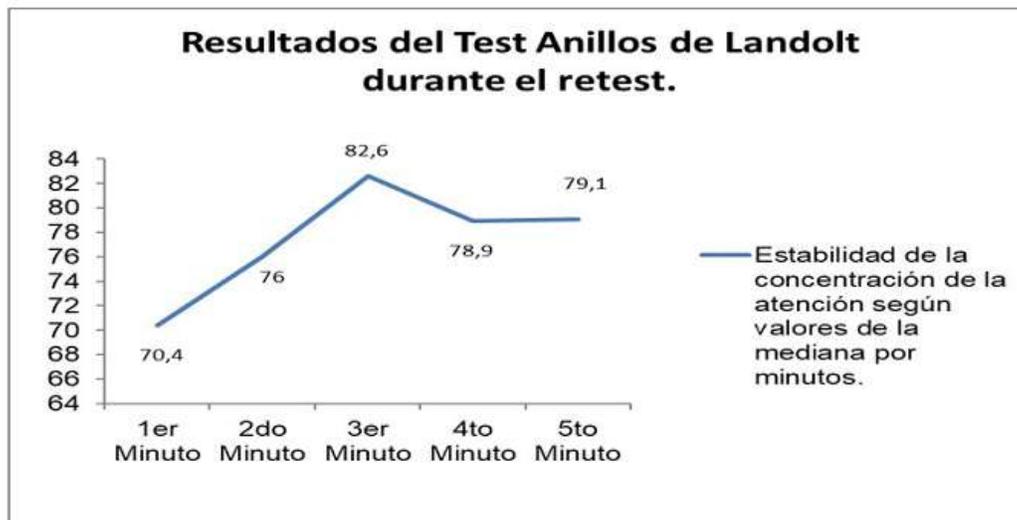


**Tabla 1.** - Resultados del test y retest del Test de Anillos de Landolt

Tiempo	Momento	Mediana	Significación*
<b>1er Minuto</b>	Antes	50,0	0,00
	Después	70,4	
<b>2do Minuto</b>	Antes	60,5	0,00
	Después	76,0	
<b>3er Minuto</b>	Antes	55,2	0,00
	Después	82,6	
<b>4to Minuto</b>	Antes	57,8	0,00
	Después	79,6	
<b>5to Minuto</b>	Antes	38,8	0,00
	Después	78,9	

\*Significación de la prueba de rangos de Wilcoxon

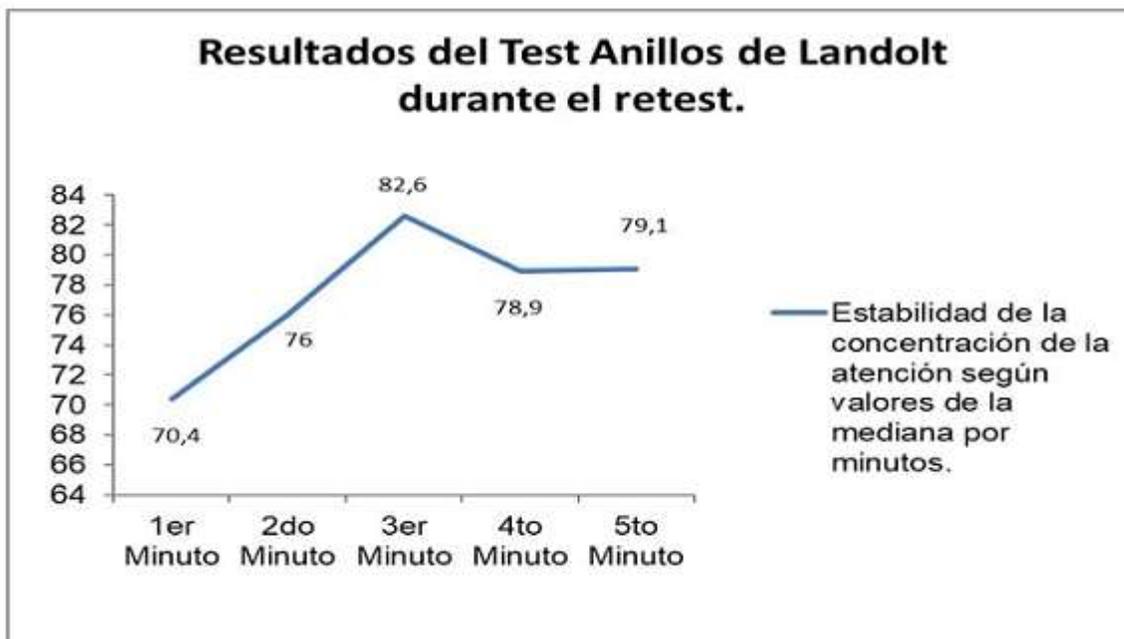
Durante el diagnóstico inicial existió una evaluación predominante de mal en 10 deportistas (50 %) y regular en ocho deportistas (40 %) en relación a este proceso, existiendo una correspondencia entre los criterios de deportistas, entrenadores, los resultados del test dispuesto en este sentido y los elementos arrojados por la observación. Los minutos de mayor concentración de la atención fueron el segundo y el cuarto, mientras los de más baja fueron el quinto y el primero (Figura 3).



**Fig. 3.** - Índice de la concentración de la atención por minutos obtenido mediante el Test de Anillos de Landolt durante la etapa de diagnóstico



En la evaluación final realizada luego de aplicadas acciones de intervención, se observa un paso a las categorías de bien en siete deportistas (35 %) y muy bien en cuatro deportistas (20 %), existiendo cuatro sujetos evaluados de excelente (20 %). En este caso son el 3ro., 5to. y 4to. minuto (en ese orden) los de mejores resultados y el 1ro. el de más bajo (Figura 4).



**Fig. 4.** - Índice de la concentración de la atención por minutos obtenido mediante el Test de Anillos de Landolt durante la etapa de comprobación de la efectividad de las acciones de intervención

Se puede observar una mejoría en la concentración de la atención durante todos los minutos de realización de la prueba, pasando de una evaluación de regular en el segundo minuto y mal en los restantes durante el diagnóstico inicial hacia una evaluación de bien en el 1ro., 2do., 4to. y 5to. y de muy bien en el 3ro. En la curva realizada en este sentido (Figura 4) se observa una línea en ascenso desde el inicio de la prueba, con un ligero declive en el 4to y 5to. minuto.

Esta vez el 5to. minuto fue incluso superior al 2do. y 4to., lo que indica un desarrollo de habilidades para combatir el agotamiento físico y psicológico que aparece ante situaciones de carga, así como capacidad para el mantenimiento de la concentración de la atención en momentos de cansancio o dolor, habilidades que fueron desarrolladas con las acciones de intervención realizadas.

La tabla 2 muestra la evolución de las categorías de autoevaluación utilizadas para la recogida de la autopercepción de los deportistas en relación a su concentración de la atención (Tabla 2).



**Tabla 2.** - Resultados de las distribuciones empíricas de frecuencias absolutas y relativas con su correspondiente distribución porcentual de la escala de autovaloración a deportistas

Categorías evaluativas	Antes	Después
<b>Habilidades excelentes.</b>	15%	45%
<b>Necesita tiempo para mejorar.</b>	40%	40%
<b>Necesita atención especial.</b>	45%	15%

En relación a la autovaloración de los deportistas, se encontró un progreso significativo, pues de la categoría necesita atención especial (45 %) predominante durante la fase de diagnóstico, se avanza a un mayor número de deportistas (nueve) ubicados en la categoría habilidades excelentes (45 %). Este elemento muestra la comprensión de los deportistas de sus fortalezas y dificultades, e indica su necesidad de continuar realizando este tipo de trabajo, pues aun cuando valoran la existencia de un cambio positivo en este sentido, la mediana del grupo no considera haber alcanzado un entrenamiento óptimo en el proceso.

Un referente importante para la realización de investigaciones sobre la concentración de la atención en deportistas, y más específicamente en boxeadores, es el criterio del entrenador individual del boxeador desde su rol como especialista en la actividad deportiva en cuestión. En este caso, los resultados referentes a la evaluación de la escala de valoración externa que se aplicó a estos (Tabla 3).

**Tabla 3.** - Resultados del test y retest de la escala de valoración externa

Indicadores	Momento	Mediana	Moda	Frecuencia
<b>Comete los mismos errores luego de ser corregido por los entrenadores.</b>	Antes	4,5	5	Casi siempre
	Después	2	2	Casi nunca
<b>Cede ante las provocaciones de los contrarios y no desarrolla sus planes tácticos.</b>	Antes	3	3	A veces
	Después	2	2	Casi nunca
<b>En el momento de la pelea los ruidos del público y las orientaciones de los entrenadores desde la esquina afectan su concentración.</b>	Antes	3	3	A veces
	Después	2	2	Casi Nunca
<b>Durante las peleas parece como si estuviera pensando en algo ajeno a ello.</b>	Antes	3,5	3	A veces
	Después	2	2	Casi nunca
<b>Durante la pelea descuida los movimientos de ambas manos y pies de sus contrarios por lo que es sorprendido con facilidad.</b>	Antes	4,5	5	Casi siempre
	Después	2	1	Casi Nunca



Se evidencia que el retest tuvo valores en la mediana más discretos en todos los ítems evaluados. Se encontraron cambios en las respuestas, más marcados en el primero (comete los mismos errores luego de ser corregido por los entrenadores) y en el último (durante la pelea descuida los movimientos de ambas manos y pies de sus contrarios por lo que es sorprendido con facilidad). Estos cambios marcados se evidencian a través de la variación en el valor de la moda de cinco a dos (casi siempre a casi nunca) en el primer ítem y de cinco a uno (casi siempre a nunca) en el último ítem. En los ítems restantes la moda varía de una manera más discreta pero siempre en sentido positivo, en este caso los valores van de tres a dos (a veces a casi nunca).

Al hacer referencia a los dos indicadores anteriormente mencionados, es significativo destacar el hecho de que los entrenadores perciban un cambio positivo de tal magnitud, pues son los elementos que en su accionar práctico reiteran con más frecuencia cuando argumentan su consideración de la existencia de dificultades en este proceso psicológico.

De manera general, se puede observar que las evaluaciones que más se repiten durante la etapa de diagnóstico (moda) son casi siempre y a veces, mientras que ya en la etapa de retest los criterios de los entrenadores se desplazan fundamentalmente a las evaluaciones de casi nunca y nunca, lo que representa una percepción por su parte de un paso de avance en el entrenamiento que se ha venido realizando a este proceso.

Al efectuar la prueba de rangos de Wilcoxon para evaluar el contraste para cada ítem entre el diagnóstico inicial y el retest, se encontraron diferencias significativas para todos los ítems ( $p=0,00$ ) al nivel de  $p<0,05$ .

Los resultados obtenidos en la investigación muestran la existencia de mayores dificultades en la concentración de la atención al inicio de actividades que demandan al deportista un mayor esfuerzo. En este caso, los bajos niveles de concentración existentes al comienzo de una nueva actividad que reta la voluntad del deportista, se encuentran en correspondencia con estudios anteriores realizados por **Del Monte (2017)**, quien hace referencia a resultados encontrados en deportistas de judo en entrenamientos de altura en 1998 y 1999 y plantea que tanto en el Test Anillos de Landolt (1998) como con el Test de la Rejilla (1999) se observan diferencias en la atención (concentración) en los siguientes periodos: antes de partir y a los tres días de estancia (menos concentración), siete días de estancia (ya mejor que antes de partir), catorce y veintiún días de estancia (más o menos los mismos resultados para estos dos momentos de estudio, pero con una gran mejoría con respecto a antes de salir para la altura).

Como se puede apreciar en los resultados de la investigación, al realizar la segunda evaluación fueron encontradas diferencias significativas en todas las pruebas, elemento que indica la influencia positiva que ejerce en los deportistas la realización de acciones de intervención para el entrenamiento de la concentración de la atención durante el proceso de entrenamiento deportivo. Este avance en la concentración se encuentra en correspondencia con estudios realizados por **Del Monte (2017)** que plantea que a medida que transcurren las etapas de preparación mejora la concentración de la atención, así como con los resultados alcanzados por **Álvarez (2020)**, quien expresa como conclusión de su investigación que "las acciones elaboradas para la concentración de la atención conforme con las necesidades que manifiestan los atletas constituyó una alternativa, que favoreció el cumplimiento del objetivo propuesto y el ascenso a niveles superiores" (p. 459).



Similares resultados han sido referidos por Blanco y López (2020) en investigación realizada en otro deporte de combate, la esgrima específicamente. Según refieren estos autores una vez concluidos el diagnóstico, el 95 % (19 atletas) de la muestra poseen rasgos de inatención y un 70 % (14) entran en la categoría déficit de atención, lo que concuerda con los resultados alcanzados en el cuestionario aplicado a los entrenadores de dichos deportistas y con el comportamiento referido por los mismos en el entrenamiento. Estos resultados variaron favorablemente una vez aplicadas las acciones de intervención.

Este resultado científico se corresponde con el criterio de investigadores de la materia en disímiles deportes que defienden la necesidad actual de aumentar los programas, estrategias, modelos, alternativas de intervención que proporcionen herramientas para un entrenamiento psicológico sistemático. Estas herramientas metodológicas deben ser diseñados específicamente para que los deportistas puedan controlar y, por ende, mejorar sus habilidades mentales, dentro de las cuales se destaca la concentración de la atención (Dongoran et al., 2019; Álvarez, 2020; Blanco y López, 2020; Olmedilla et al., 2021).

## CONCLUSIONES

En la investigación actual con boxeadores categoría 15 16 años de la Eide "Mártires de Barbados" de La Habana, la aplicación de acciones de intervención durante la preparación del deportista contribuyó a una mejoría en el diagnóstico de la concentración de la atención.

El diagnóstico de la concentración de la atención alcanzó las categorías de bien, muy bien y excelente en la mayoría de los boxeadores estudiados durante la evaluación final.

El trabajo con los boxeadores de La Habana durante su etapa de especialización deportiva, puso en evidencia, una vez más, la necesidad de continuar desarrollando investigaciones, cuyos aportes teóricos y prácticos brinden al entrenador deportivo y al propio deportista, herramientas que les posibiliten enfrentar y superar las dificultades que, en relación a la concentración de la atención, aparecen durante la actividad deportiva.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Álvarez, F. Y. (2020). Acciones para favorecer la concentración de la atención de los deportistas de béisbol. *Magazine de las Ciencias. Revista de investigación e innovación*, 5(CISE 2020), 450-459. <https://revistas.utb.edu.ec/index.php/magazine/article/view/1133>
- Blanco, A. A., y López, S. A. (2020). Estrategia de intervención para la concentración de la atención en esgrimistas. *Olimpia*, 17, 1207-1221. [https://redib.org/Record/oai\\_articulo2902412](https://redib.org/Record/oai_articulo2902412)



- Cañizares, M., Soler, Y., Domínguez, J., y Suárez, M. (2020,). Los factores que afectan la concentración de la atención en atletas de boxeo en situaciones de combate. *Revista PODIUM*, 15(1), 5 21. <http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/841>
- Del Monte, L. M. (2017). La concentración de la atención en entrenamiento de altura. Experiencias en su diagnóstico e intervención. *REVISTA CUBANA DE MEDICINA DEL DEPORTE Y LA CULTURA FÍSICA*, 12 (3). <http://www.revmedep.sld.cu/index.php/medep/article/view/97>
- Dongoran, M. F, Nopiyanto, Y. E., Saputro, D. P. y Nugroho, A. I. (2019). Comparison of Psychological Skills of Pencak Silat and Boxing Athletes (Study on Indonesian Training Camp athletes). *Advances in Social Science, Education and Humanities Research*, 383, 124 128. <https://doi.org/10.2991/icss-19.2019.210>
- González, G., Valdivia-Moral, P., Cachón, J., y Romero, O. (2016). La Motivación y la Atención-Concentración en Futbolistas. Revisión de Estudios. *SPORT TK: Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 5(2), 77-82. <https://revistas.um.es/sportk/article/view/264701>
- González-Guirval, F., Reigal, R. E., Morillo Baro, J. P., Juárez-Ruiz, R., Hernández-Mendo, A., y Morales Sánchez, V. (2020). Análisis de la validez convergente de un instrumento informatizado para evaluar la atención en deportistas: Rejilla 1.0. *Cuadernos de Psicología del Deporte*. 20 (2), 83-94. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7367102>
- González, J. y Rabilero, H. R. (2016). Aproximaciones epistemológicas al estudio de la concentración de la atención. *ARRANCADA*, 16 (28). <https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/11-29>
- Jaramillo, L. C. (2022). Revisión sistemática sobre el diagnóstico psicológico de la atención y la concentración en el fútbol. *Ciencia y Deporte*, 7 (1), 148 158. <http://revistas.reduc.edu.cu/index.php/cienciaydeporte/>
- Lorenzo, E. J., Cañizares, M., Pérez, M. L., Orosa, S., y Viamontes, D. (2018). La automatización de test psicológicos para la evaluación del rendimiento psicológico de los deportistas. *Acción*, 14 (2018), 1-7. <http://accion.uccfd.cu/index.php/accion/article/view/21/62>
- Moreno-Fernández, I. M., Gómez-Espejo, V., Olmedilla-Caballero, B., Ramos-Pastrana, L. M., Ortega-Toro, E., y Olmedilla-Zafra, A. (2019). Eficacia de un programa de preparación psicológica en jugadores jóvenes de fútbol. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 4 (e14), 1 7. <https://doi.org/10.5093/rpaedf2019a13>
- Olmedilla, A., Moreno-Fernández, I., Olmedilla-Caballero, B., Sevilla, A., y Gómez-Espejo, V, (2021). Formación en relajación para el control de estrés en boxeadores de un Centro de Tecnificación Deportiva. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 6 (e11), 1-10. <https://doi.org/10.5093/rpadef2021a10>



- Pérez, M. L., Cañizares, M., Fleitas, I., y D'Amico, A. (2018). Estudio sobre la concentración de la atención en atletas escolares de gimnasia rítmica. *Revista PODIUM*, 13(3), 202-212.  
<http://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/778>
- Pérez-Iznaga, M. L., Fleitas-Díaz, I. M., y Cañizares-Hernández, M. (2021). Alternativa metodológica dirigida al tratamiento de la concentración de la atención, como vía para el perfeccionamiento de la técnica corporal en la Gimnasia Rítmica. *Arrancada*, 21 (38), 177-195.  
<https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/362>
- Soler, Y. y Suárez, M. (2015). La atención en los deportes de combate: punto de partida hacia el óptimo rendimiento. *EF Deportes. Revista Digital*, 19 (202).  
<https://www.efdeportes.com/efd202/la-atencion-en-los-deportes-de-combate.htm>
- Suárez, M., Soler, Y., y Cañizares, M. (2018). *Intervención de la concentración de la atención en el deporte. Su aplicación en el Boxeo*. Editorial académica española  
<https://www.eae-publishing.com/catalog/details/store/gb/book/978-620-2-14900-6/intervenci%C3%B3n-de-la-concentraci%C3%B3n-de-la-atenci%C3%B3n-en-el-deporte>

**Declaración de conflicto de intereses:**

Los autores declaran que no existen conflictos de intereses.

**Contribución de autoría:**

Los autores han participado en la redacción del trabajo y análisis de los documentos.



Esta obra está bajo una licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial 4.0 Internacional.  
Copyright (c) 2022 Yaneivis Soler Prieto, Marta Cañizares Hernández, Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez

