

Mujer y deporte de competición: barreras percibidas para la igualdad

Women and competitive sport: perceived barriers to equality

Belén Donoso Pérez^{1*}, Amalia Reina Giménez¹, Alberto Álvarez-Sotomayor Posadillo¹

¹ Faculty of Education, Sciences and Psychology. University of Córdoba, España

* **Autor para la correspondencia:** Belén Donoso Pérez,
belen.donoso@uco.es

Título corto:
Barreras para la igualdad en el deporte de competición

Cómo citar el artículo:
Donoso, B., Reina, A., & Álvarez-Sotomayor, A. (2022). Mujer y deporte de competición: barreras percibidas para la igualdad. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 17(54), 63-86. <https://doi.org/10.12800/ccd.v17i54.1887>

Recibido: 04 marzo 2022 / Aceptado: 25 julio 2022

Resumen

El deporte moderno fue concebido por y para hombres. Ha sido un territorio vedado a las mujeres, que han sido percibidas como *outsiders*, sobre todo aquellas que deciden practicar deporte de competición. A pesar de los avances sociales acontecidos, el deporte femenino continúa siendo estructural y simbólicamente más precario. El objetivo de este estudio es analizar las barreras que las mujeres perciben para continuar practicando deporte de competición desde una metodología cualitativa y desde la teoría fundamentada. Participaron en el estudio 45 mujeres residentes en España. Se realizaron cinco grupos focales configurados en función del deporte practicado: fútbol sala, voleibol, balonmano, natación, atletismo y esgrima. El discurso de las participantes apunta a la existencia de múltiples barreras por el hecho de ser mujer, tales como la percepción diferenciada de los cambios que acontecen en la adolescencia, la conciliación con los estudios, las dificultades para vivir del deporte a largo plazo y la conciliación laboral. Paralelamente, identifican otras que pueden afectar también a los hombres como el sacrificio que conlleva la competición, las lesiones y la presión competitiva. Los resultados sugieren que asegurar el acceso a la práctica deportiva no garantiza unas condiciones de práctica igualitarias y sin barreras.

Palabras clave: Género, Desigualdad, Barreras, Deporte, Competición.

Abstract

Modern sport was conceived by and for men. It has been a forbidden territory for women, who have been perceived as outsiders, especially those who choose to practice competitive sport. Despite the social advances that have taken place, women's sport continues to be structurally and symbolically more precarious. The aim of this study is to analyse the barriers that women perceive to continue practicing competitive sport from a qualitative methodology and from grounded theory. The methodology is qualitative. Forty-five women residing in Spain participated in the study. Five focus groups were formed according to the sport practiced: indoor soccer, volleyball, handball, swimming, athletics and fencing. The participants' discourse points to the existence of multiple barriers due to the fact of being a woman, such as the differentiated perception of the changes that occur in adolescence, the reconciliation with studies, the difficulties in making a living from sport in the long term and the work-life balance. At the same time, they identify others that may also affect men, such as the sacrifice involved in competition, injuries and competitive pressure. The results suggest that ensuring access to sport does not guarantee equal and barrier-free practice conditions.

Keywords: Gender, Inequality, Barriers, Sport, Competition.

Introducción

El deporte como fenómeno social y cultural refleja continuamente los significados de las relaciones de género en la vida cotidiana. Así, los avances de la sociedad acontecidos en materia de igualdad de género han ido acompañados de una transformación del género en el deporte (Martín et al., 2017). Este hecho no solo ha permitido que las mujeres se introduzcan en espacios deportivos tradicionalmente dominados por hombres (Cooky & Messner, 2018), sino que incluso ha supuesto que puedan plantearse hacer del deporte de competición su forma de vida (Donoso et al., 2021). No obstante, el acceso a los escenarios deportivos no garantiza que las condiciones de práctica, los significados atribuidos a la misma y la percepción social de las mujeres practicantes sea entendida y valorada en los mismos términos que la práctica masculina, por lo que se considera que el deporte femenino es estructural y simbólicamente más precario (Cooky, 2017; Pape & McLachlan, 2020). En este contexto, las mujeres, por el hecho de serlo, encuentran más barreras para poder dedicarse profesionalmente al deporte (Tjønndal, 2019).

El estudio de estas barreras, campo en el que se enmarca este trabajo, permite identificar y entender el funcionamiento de espacios y prácticas desigualitarias y, con ello, apunta a posibles áreas y líneas de acción para la consecución de una igualdad de facto en el deporte de competición. Diversos estudios previos han descrito tres principales problemáticas que obstaculizan la permanencia de las chicas en el deporte de competición: el desafío a la feminidad hegemónica, la conciliación con los estudios y las desigualdades económicas que enfrentan para poder seguir compitiendo a largo plazo. Investigaciones en el ámbito internacional y nacional han identificado que el conflicto con el estereotipo tradicional de feminidad condiciona la participación de las chicas en el deporte de competición (Alfaro, 2004; Camacho-Miñano, 2013; Choi, 2000; Collado et al., 2021; Dwyer et al., 2006; Fernández-Lasa et al., 2019; Isorna et al., 2019; Martos-García et al., 2020; Rodríguez & Perrino, 2019; Whitehead & Biddle, 2008). El hecho de que “ganar” no se encuadre dentro de las características del estereotipo hegemónico de lo que significa ser femenina puede ocasionar que el significado de la competición resulte, en principio, poco atractivo para las mujeres y desencadene que se decidan por prácticas más acordes a su proceso de socialización (Martín et al., 2017). Esto puede resultar aún más problemático para aquellas chicas que deciden practicar deportes etiquetados como masculinos, pues se añade el obstáculo de tener que superar la tipificación de género de la propia actividad (Camacho-Miñano, 2013). Además, en el periodo adolescente acontece un cambio de prioridades, que se acentúa más en las chicas, en el que aumenta la importancia de la vida social y se incrementa la presión para invertir más tiempo con el grupo de iguales (Biscomb et al., 2000; Dwyer et al., 2006; Martínez de Quel et al., 2010; Whitehead & Biddle, 2008).

La dificultad para conciliar el deporte con el ámbito académico tanto en chicas adolescentes (Dwyer et al., 2006; Fernández et al., 2003; Martínez de Quel et al., 2010) como en adultas jóvenes (Alfaro, 2004; Galatti et al., 2019; Iglesia et al., 2013; Isorna et al., 2019) se presenta como otra de las barreras para que las mujeres continúen en el camino del deporte competitivo, tal y como han recogido estudios previos. La conciliación entre ambos espacios supone un gran esfuerzo para las chicas que suelen percibir una mayor responsabilidad de cara a los estudios. Este otro “conflicto de intereses” las conduce al abandono deportivo. Las que continúan practicando deporte de competición

contemplan como una de sus principales preocupaciones llegar al final de su vida deportiva sin una formación y una preparación que les facilite su desarrollo profesional. La exigencia del alto rendimiento es tan elevada que suele privar a los y las deportistas del tiempo necesario para su desarrollo académico (Álvarez et al., 2014; Barriopedro et al., 2016) y provoca, en el caso de abandono de los estudios, que se encuentren con una ausencia de formación específica que les permita acceder a algún ámbito profesional (Alfaro, 2004).

La precariedad económica que viven las mujeres deportistas se percibe como otra barrera para permanecer, a largo plazo, en el deporte de competición (Bowes et al., 2021; Isorna et al., 2019). Las voces de las mujeres participantes en el estudio de Clarkson et al. (2020) denuncian que los contratos que les ofrecen son de corta duración, con sueldos bajos y sin la posibilidad de disponer de baja por maternidad. Las deportistas, en este contexto, reportan la necesidad de buscar un trabajo extra para poder tener una cierta estabilidad económica (Bowes et al., 2021; López & Álvarez, 2019). No obstante, a menudo se quejan de la fatiga y el cansancio que supone conciliar ambos espacios y el reflejo que, consecuentemente, tiene en su rendimiento deportivo (Jaeger et al., 2010; Harrison et al., 2020).

El objetivo de este estudio es explorar las barreras que las deportistas de competición perciben para continuar con esta práctica. Los resultados obtenidos contribuyen a paliar la escasez empírica detectada de estudios cualitativos centrados en mujeres que exploren los conflictos que experimentan en el contexto deportivo español.

Método

Este trabajo parte de una investigación más amplia (Donoso, 2021; Donoso et al., 2020) que tenía como principal objetivo conocer cómo se construye la identidad de las mujeres que practican deporte de competición y el papel que desempeña el deporte en este proceso desde una perspectiva psico-socio-cultural. Nos aproximamos a esta realidad desde el paradigma interpretativo (Taylor & Bogdan, 1986) y desde la investigación feminista (Flores, 2014; Harding, 1987). Para ello, se parte de una epistemología capaz de rescatar y validar los discursos de las mujeres como conocimiento científico (Cala, 2004) en el mundo del deporte de competición desde el enfoque aportado por Harding (1987) y Harstock (1983) denominado “Standpoint Theories” o ‘Teorías del punto de vista’, explorando distintos fenómenos que influyen de forma esencial y directa en ellas por el conocimiento situado que tienen de sus propias vidas (De la Mata, et al., 2018). Un ‘punto de vista feminista’ que solo puede lograrse a través de un proceso de toma de conciencia individual y articulada colectivamente (Flores, 2014). Desde esta perspectiva, se promueve, fundamentalmente, el uso de una metodología cualitativa que no limite las posibilidades de respuesta y que recojan las propias voces de las mujeres estudiadas (Cala, 2004).

El diseño se basó en la Teoría Fundamentada (Strauss & Corbin, 2002) para captar los significados que estas mujeres atribuyeron a las diferentes temáticas planteadas. En este marco, la representación de la realidad social y generación de teoría requirieron de un método inductivo que se apoyara en el análisis de los datos (Andréu et al., 2007).

Participantes

Participaron en este estudio 45 mujeres residentes en la provincia de Córdoba (España) con una edad comprendida entre 18 y 58 años ($M=28.22$, $SD=11.06$) y una experiencia

deportiva de 3 a 41 años ($M = 13.58$, $SD = 6.99$). Otras características sociodemográficas se detallan en la tabla 1.

Tabla 1. Datos sociodemográficos de las participantes

		n	%
Deporte practicado	Atletismo	12	26.7
	Balonmano	11	24.4
	Voleibol	10	22.2
	Fútbol sala	8	17.8
	Natación	3	6.7
	Esgrima	1	2.2
Edad	< 25 años	23	51.1
	25-45 años	15	33.3
	> 45 años	7	15.5
Nivel de estudios	Estudios primarios	1	2.2
	Estudios secundarios	33	73.3
	Estudios universitarios	9	20.0
	Estudios de postgrado	2	4.4
Situación laboral	Estudiante	27	60.0
	Estudiante y trabajadora	3	6.7
	Trabajadora	14	31.1
	Desempleada	1	2.2
Situación sentimental	Sin pareja	24	46.7
	Con pareja	21	53.3

Los criterios para poder formar parte del estudio fueron: ser mujer; tener más de 18 años; y, como criterio deportivo, haber participado en al menos un Campeonato de España en el caso de las deportistas individuales, o, en el caso de los deportes colectivos, que el equipo jugara en una División Nacional o estuviera aspirando al ascenso. La selección de las participantes se hizo mediante un muestreo no probabilístico intencional por bola de nieve (Taylor & Bogdan, 1986), en el caso de las deportistas individuales, o contactando con los entrenadores de equipos para acceder a las deportistas. Tras una búsqueda en el entorno de los equipos que cumplieran con los criterios establecidos se presentó la investigación al cuerpo técnico de los mismos para solicitar el acceso a las jugadoras y se realizaron reuniones con ellas para explicar con detalle el objetivo y el procedimiento del estudio. Tras un tiempo de reflexión y aclaración de dudas decidieron participar 48 deportistas, aunque 3 de ellas (1 jugadora de fútbol y 2 de voleibol) finalmente no formaron parte de los grupos focales. Se detuvo el trabajo de campo una vez se alcanzó el nivel de saturación teórica (Glaser & Strauss, 1967).

Todas las deportistas participaron voluntariamente y firmaron un consentimiento informado. Sus contribuciones aparecen bajo un pseudónimo con el fin de garantizar su anonimato.

Técnica de producción de datos

La técnica de producción de datos utilizada fue el grupo focal. Se llevaron a cabo cinco grupos focales presenciales que se conformaron teniendo en cuenta tres criterios: el deporte practicado, individual o colectivo, y la edad de las participantes. Tres grupos estuvieron compuestos por jugadoras de deportes de equipo: el primero por 9 jugadoras de fútbol sala, el segundo por 11 jugadoras de balonmano y el tercero por 10 jugadoras de voleibol. Los otros dos grupos fueron conformados con las deportistas individuales: uno con mujeres "jóvenes", con edades comprendidas entre los 20 y los 38 años practicantes de atletismo, natación y esgrima; y otro de mujeres practicantes de atletismo de categoría veterana, mayores de 45 años. La inclusión de deportistas veteranas daba la posibilidad de detectar diferencias discursivas intergeneracionales en caso de que las hubiera.

Los grupos fueron conducidos por una investigadora que ejercía el rol de moderadora. Su desarrollo se orientó bajo un mismo guion construido alrededor de los objetivos iniciales de la investigación y en el que se partía (de un modo abierto) de los siguientes interrogantes: ¿influye la práctica deportiva competitiva en el proceso de construcción de la identidad de la mujer?, ¿se perciben a sí mismas diferentes las mujeres que practican deporte de competición de las que no lo hacen?, ¿cuáles son los motivos y las barreras que perciben las mujeres que practican deporte de competición?, ¿las deportistas pueden ser femeninas?, ¿existe una asociación entre determinados deportes y la orientación sexual?, ¿se sienten las deportistas apoyadas y comprendidas por su entorno?, ¿qué visión externa se tiene de la mujer deportista de competición?. El guion se fue reconstruyendo a medida que se sucedían las intervenciones e interacciones discursivas de las participantes. Esto llevó, por ejemplo, a incluir temáticas que adquirieron gran relevancia discursiva, como es el caso de las desigualdades que sufren las mujeres en el deporte español, cuestión que emergía en relación a las barreras percibidas para la práctica deportiva.

Los rasgos que caracterizan a esta técnica (Krueger & Casey, 2015; Morgan, 1997) permiten crear un espacio en el que las mujeres pueden expresar libremente sus percepciones y experiencias. Su diseño y desarrollo intentó facilitar una discursividad abierta y espontánea donde tuvieran cabida también las contradicciones y diferencias que pudieran existir entre las distintas participantes o entre las distintas posiciones de una misma. La duración de los grupos se situó en torno a una hora y media. Todos los discursos que emergieron en cada uno de los grupos fueron grabados en audio, previo consentimiento de las participantes.

Análisis

El análisis de los datos se realizó siguiendo la Teoría Fundamentada (Strauss & Corbin, 2002) mediante un proceso de codificación abierta de tipo inductivo a partir de las subjetividades de las participantes. Previamente, se transcribieron literal e íntegramente los discursos de las participantes.

De forma simultánea, se llevó a cabo la codificación axial, a partir de la cual se fueron construyendo y ligando de forma sistemática las subcategorías, hasta que se integraron y finalmente dieron lugar al esquema explicativo presentado en el apartado de resultados en torno a

la categoría principal "Barreras que dificultan la práctica deportiva competitiva".

Las unidades de significado se operativizaron en turnos y extractos discursivos. Los turnos son intervenciones individuales que tienen sentido en sí mismas. Los extractos discursivos son secuencias interactivas de varias participantes alrededor de un contenido analítico concreto e integrados por turnos.

Las estrategias de validación utilizadas fueron la triangulación de datos utilizando diversas fuentes de datos (grupos focales y variabilidad de la muestra) en relación con la misma problemática de estudio y la triangulación del personal de investigación en el proceso de codificación axial con el fin de introducir otras observaciones y aumentar la profundidad interpretativa (Denzin, 1970, citado en Flick, 2014). El rigor de esta investigación cualitativa se rige por los criterios de credibilidad, transferibilidad, dependencia y confirmabilidad (Ruiz-Olabuénaga, 2012).

Durante todo el proceso utilizamos el software NVivo 11 Plus.

Resultados

El discurso de las participantes en torno a las barreras percibidas para el desarrollo y la continuidad de la práctica del deporte de competición se representa proporcionalmente en la figura 1 como mapa jerárquico, en función del tipo de deporte practicado. Cabe señalar que la mayor presencia y alusiones a esta categoría se da en las deportistas de atletismo, seguido de las nadadoras y de las jugadoras de fútbol sala. Resulta llamativo señalar cómo las deportistas individuales perciben un mayor número de barreras tenido en cuenta que las áreas más grandes de la figura indican un mayor número de referencias de codificación y estas se corresponden con la suma de los deportes individuales de atletismo, natación y esgrima, si utilizamos este criterio de agrupación.

En la figura 2, se observan las relaciones establecidas entre las diferentes barreras que orbitan alrededor de las deportistas distribuidas por tramos de edad, siendo el de mayor edad (más de 45 años) en donde existe una menor variedad de barreras. Este grupo focal estuvo constituido por un verdadero conjunto de "supervivientes" que fueron capaces de sobreponerse a todas las circunstancias adversas que se le pusieron por delante para hacer del deporte de competición su forma de vida.

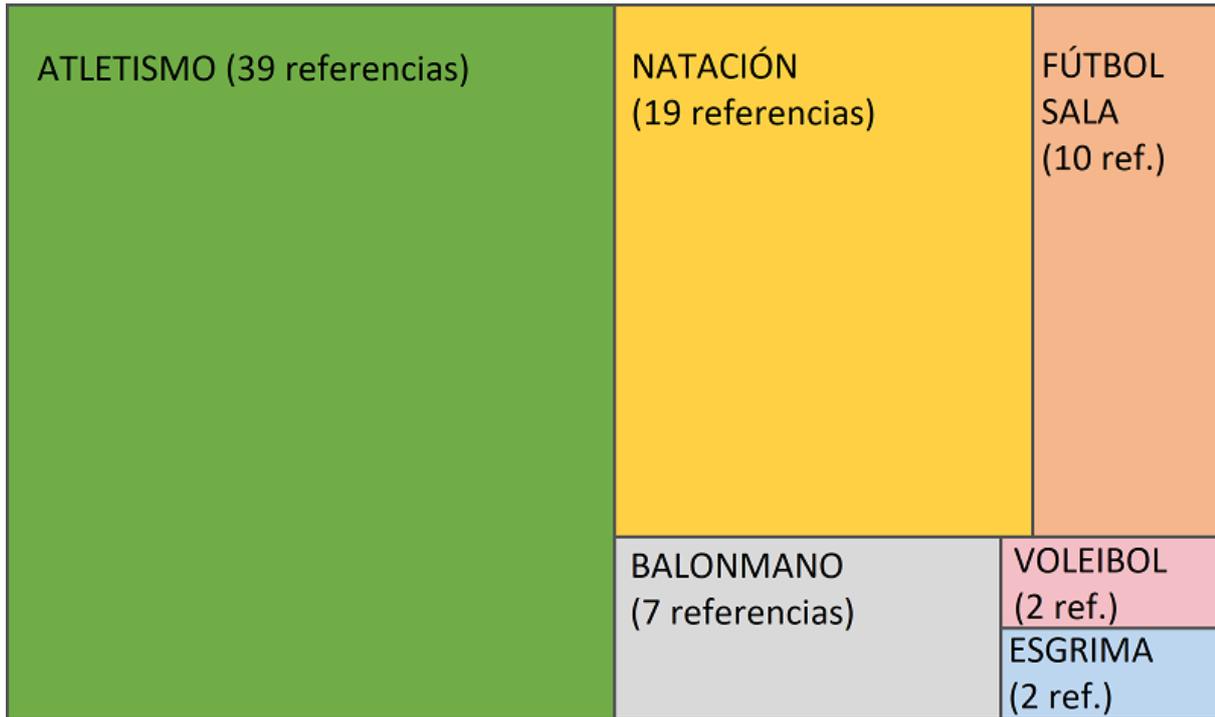


Figura 1. Mapa jerárquico de la categoría “Barreras que dificultan la práctica deportiva competitiva” en función de su presencia en cada deporte practicado

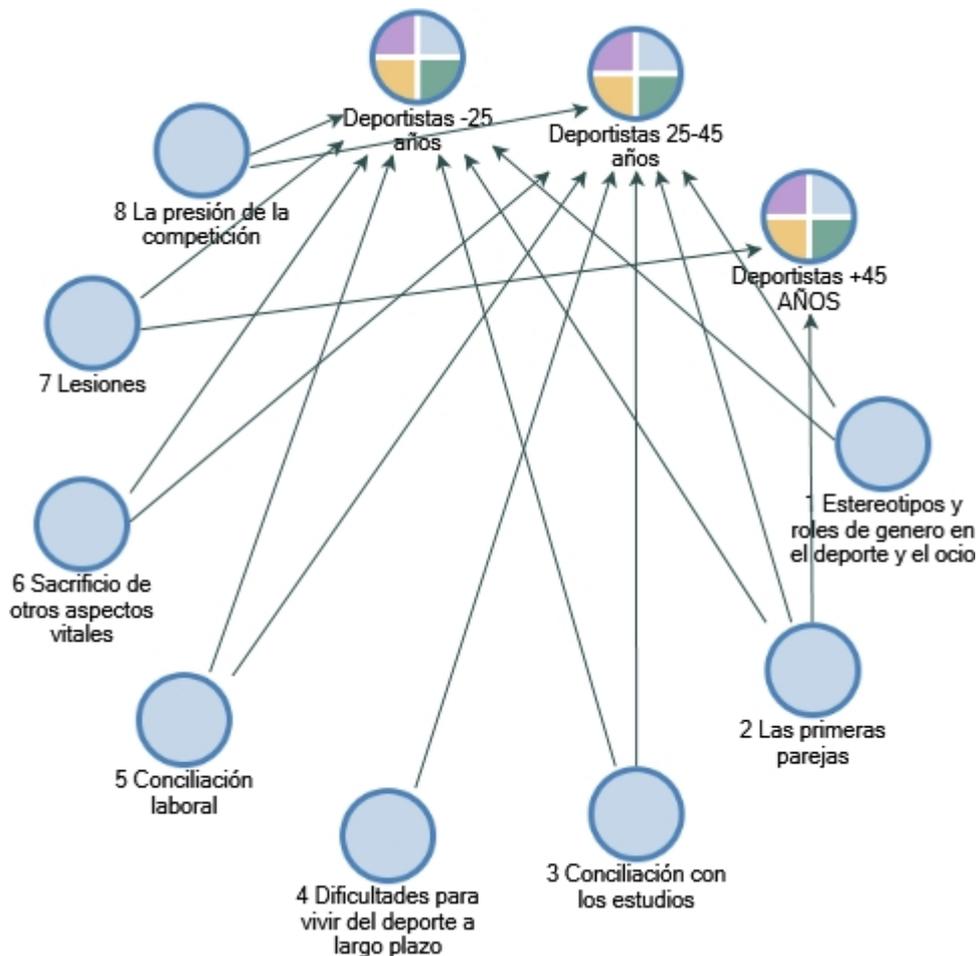


Figura 2. Relaciones entre las deportistas por grupos de edad y las barreras en el deporte de competición

Vida social, ocio y práctica deportiva

Los estereotipos y roles de género parecen tener un peso específico en los motivos de abandono de las deportistas, sobre todo en el periodo adolescente. Las participantes entienden que el deporte se encuentra dentro del repertorio de actividades de ocio y de sociabilidad tradicionalmente asociadas a los hombres y que, el carácter grupal con el que generalmente se practica, ayuda a que ellos no se desvinculen de la práctica deportiva en mayor medida. No ocurriría igual con las chicas, que se suelen decantar en mayor grado por otro tipo de actividades. Desde la perspectiva de quienes han continuado en el deporte de competición, presenciando a su alrededor el abandono temprano de muchas chicas, se percibe, por tanto, que el distinto papel que juega el deporte en la vida social de hombres y mujeres es un elemento diferencial a este respecto:

Y a esa edad, sí. Los hombres siempre el ocio va asociado..., el deporte forma parte de ese ocio, y para la mujer quizás no tanto... Los colegas quedan los domingos, impenable su partidito, las chicas no... Quedamos para tomar café, para irnos de compras..., los intereses cambian... ya empiezo a ponerme mona, a querer salir, a ligar con uno y con otro..., y sin embargo eso, los hombres, quizás lo llevan más... [Susana, atleta, 35 años]

Bueno, pero es que para los hombres es lo que dice Susana, es su hobby, es su... "vamos con la bici los sábados", estás haciendo deporte, "el domingo el partidito de..." [...], claro, es una forma de relacionarse a nivel social... No es lo mismo que nosotras, nosotras es raro relacionarte algo social relacionarte haciendo deporte, entonces evidentemente al final lo acabas dejando... [Teresa, nadadora, 32 años]

En este contexto, las participantes relatan la presión, quizás de una manera inconsciente, que ejerce el grupo de iguales que no practica deporte sobre ellas. El hecho de no poder ajustarse a los horarios de las actividades de ocio de sus redes de iguales porque coinciden con los entrenamientos, o ni tan siquiera poder asistir a ellas porque incluyen una serie de hábitos que no son compatibles con los deportivos (alcohol, acostarse tarde, etc.) les ha generado ciertas dudas y malestar, a pesar de que, en su caso, no ha supuesto un motivo que las haya alejado del deporte.

Tener que decirle a tu grupo de amigas que, por ejemplo, no están dentro de este mundo, tener que decirles un viernes: "pues mira no, no quedamos a las nueve de la noche, quedamos a las doce de la noche porque yo termino de entrenar a las once o las ocho, y mientras me ducho..." [Patricia, jugadora de balonmano, 26 años]

Influye mucho, influye mucho el hecho de que mis compañeros de colegio se fueran al parque todas las tardes, y que los fines de semana empezaran a beber, la fiesta... para acá, para allá... Y está claro que eso influye... [Teresa, nadadora, 32 años]

Tú estás ahí y las otras están con el noviete o saliendo de marcha... [Susana, atleta, 35 años].

Aparición de las primeras parejas

La aparición de los primeros noviazgos se presenta como un factor que puede inducir el abandono del deporte competitivo. La cantidad de horas necesarias, así como los sacrificios asociados a los entrenamientos y

competiciones, pueden provocar dudas e influir en que la deportista priorice sus relaciones amorosas iniciales frente al entrenamiento. Una atleta veterana subraya la aparición de "los novios" como uno de los principales factores por los que abandona el deporte:

Lo dejé, claro..., los novios no sé qué, no sé cuánto, lo dejas y luego ya empecé a correr cuando pude... [Manuela, atleta veterana, 47 años]

En esta línea se sitúan varias deportistas pertenecientes al grupo focal de las deportistas individuales. En el extracto discursivo que se expone, se puede comprobar cómo Teresa adopta una actitud más crítica con las mujeres que abandonan el deporte por la pareja con un argumento sólido con el que intenta rebatir a Alejandra: los hombres también están inmersos en esas relaciones y no lo abandonan. Susana intenta buscar una justificación y alega un cambio de interés de las chicas, que hace que prioricen a la pareja más que el hombre:

[risas] El gran temor de mi entrenador son los novios... [risas], porque se mezcla todo un poco... [Alejandra, atleta, 19 años]

Relaciones tienen los dos, o sea, te quiero decir..., que el hombre también tiene [pareja] [Teresa, nadadora, 32 años]

La mujer se vuelca más..., yo creo que cambian los intereses... [Susana, atleta, 35 años]

Resulta curioso que, con respecto a la influencia de las parejas en la permanencia de las chicas en el deporte de competición, no se observen diferencias intergeneracionales. En este contexto, el discurso de las participantes apunta a que el establecimiento de las primeras relaciones de pareja continúa teniendo un mayor peso para las chicas que parecen priorizarlas frente al deporte.

Conciliación con los estudios

Las dificultades asociadas a la conciliación entre los ámbitos académico y deportivo constituyen una de las principales razones de abandono de las chicas jóvenes, en comparación con sus pares masculinos, según las voces de las participantes.

En su discurso, se identifican varios factores que dificultan la conciliación entre ambos espacios: el alto grado de responsabilidad y esfuerzo que la deportista debe tener para poder llevar los dos ámbitos con un elevado nivel de rendimiento, la ubicación de un centro o lugar de entrenamiento que posibilite o no la conciliación, y los recursos económicos que pudieran obtenerse del deporte. Estos factores condicionarían la capacidad de conciliar o priorizar un ámbito sobre otro y, de esta manera, acelerar el abandono deportivo para involucrarse en los estudios. Se observa que las chicas perciben una mayor responsabilidad de cara a los estudios que los chicos con los que han compartido entrenamientos y competiciones:

Se nota la tasa de bajas femeninas, que yo lo he notado en equipos. De mi equipo, yo soy la única que sigo de mi año, y de mi año en hombres siguen todos... [...], las bajas cuando ellas entraron en la universidad..., la mujer [se da de] baja más, lo deja más que el hombre... [Paola, jugadora de balonmano, 31 años]

Yo en mi caso, cuando entrenaba en el club, las chicas fueron dejando de nadar poco a poco por el tema de los estudios y no porque ellas quisieran, sino porque la familia le imponía una decisión: "o esto o

lo otro". Entonces, ellas sí que se volcaron con sus carreras y las carreras que eligieron, bueno eso en mi caso, que no tiene por qué ser el de todo el mundo [...] [Mercedes, nadadora, 31 años]

En ese aspecto es que las mujeres solemos ser más responsables, ¿no?, entonces como que tenemos más claro a lo mejor... "pues quiero ser abogada y me pongo, y si tengo que dejar el deporte y todo lo dejo, y me centro más" [...], yo creo que eso también es un factor condicionante. [Susana, atleta, 35 años]

No obstante, en el caso de las deportistas que no pudieron conciliar estudios y deporte, al acercarse el final de sus carreras deportivas, los miedos e incertidumbres de cara a la retirada y a la posterior adaptación a una carrera profesional empiezan a aparecer. Estos sentimientos están generados, según sus percepciones, por la inseguridad acerca de su cualificación académica y laboral. Una atleta apunta en este sentido:

Otra cosa que tiene es que parece que estás perdiendo el tiempo, eh... Y lo estás perdiendo... A nivel de futuro laboral, eres una discapacitada social totalmente [...], laboral y socialmente, porque tú llegas a un trabajo y dices: "porque soy la que más corre... la más rápida del mundo"... "Bueno y qué..." [...], "pues mira a mí me habían dicho que yo iba a ser la campeona que no me iba a faltar de nada...", mentira, ¿sabes?, entonces tú estás dedicando todos los años de tu vida, que hay gente que lo compagina, otra gente no lo compagina... Normalmente, quien llega a las súper medallas no lo compagina. Yo tengo amigos que sí lo han compaginado y son unos elegidos, o súper responsables... [Raquel, atleta, 37 años]

El relato de Raquel sugiere que las dificultades que entraña combinar el proceso formativo y la práctica deportiva requieren de una óptima planificación y gestión del tiempo. En este momento, surgiría un conflicto de intereses en el que se ven obligadas a enfrentar sus objetivos deportivos a los académicos, en algunos casos, por cuestiones circunstanciales y de falta de apoyo desde el ámbito académico:

Yo donde entrenaba, no podía estudiar una carrera... pero si hubiese vivido en Madrid o en un sitio con una universidad más grande, pues a lo mejor podía haberlo compaginado, pero allí no [...] [Mercedes, nadadora, 31 años]

Es que también depende de eso, de la ayuda con la que cuentas, porque yo conozco también a los que dices, que llegan a las medallas, y no es lo mismo. Por ejemplo, en Madrid, en el CAR, yo tengo muchos amigos en la BLUME, y si le facilitan, por ejemplo, allí cuando estás en los estudios secundarios, tienes allí el mismo instituto, tienes..., entonces está bien, pero luego te encuentras el caso de L, la atleta de Barcelona que, de hecho al Universitario no participó porque dice: "es que yo he tenido campeonatos, no te digo un control, sino un Campeonato de Europa que me coincidía con un examen y la Universidad no me lo ha podido facilitar", a septiembre..., entonces va a depender de los medios, de la ayuda que a ti te presten [Alejandra, atleta, 19 años].

Dificultades para vivir del deporte a largo plazo

La toma de conciencia de que no van a poder vivir del deporte sin un salario seguro siembra las dudas sobre

su permanencia en el deporte competitivo y empiezan a plantearse su continuidad desde otra perspectiva:

Yo en mi caso, sé que en mi deporte uno no se gana la vida si no es Mireia Belmonte, es decir, si no tienes medallas internacionales muy seguidas... porque también hay gente que tiene medallas internacionales, una, y ya está y no pasa nada. En mi caso, me dio para vivir y yo me sentía una privilegiada porque trabajaba de lo mío, en lo que a mí me gustaba, en mi pasión... Entonces, hasta que lo pude mantener... Cuando ya mentalmente me entró la neura de que mi cabeza estaba a punto de explotar y sabía que no me iba a poder mantener el año siguiente, fue cuando ya surgieron las dudas y decidí continuar de otra manera, pero en el caso de la natación, o eres muy, muy, muy bueno, o no recibes recompensa..., vamos, para mantenerte muchos más años, no, yo iba al mes, sabes, yo iba al mes [Mercedes, nadadora, 31 años]

A las dificultades asociadas al tipo de deporte practicado, se le une el condicionante de ser mujer. Las deportistas perciben que los hombres que practican deportes etiquetados como masculinos tienen mayores posibilidades de hacer del deporte su principal fuente de ingresos y "vivir de él". Sin embargo, las mujeres se enfrentan a una doble problemática: practicar un deporte que "no les pertenece" y ser mujer, tal y como relatan:

Si hablamos de baloncesto masculino, de fútbol masculino, puede ser... pero en el femenino no creo yo que gane mucho más, con lo cual... [Mercedes, nadadora, 31 años]

El mío es que como es un deporte tan minoritario, no da nada, nada, nada, pero que conozco a gente que ha estado a punto de entrar en las Olimpiadas y nada... trabajando... [Clara, esgrimista, 27 años]

Conciliación laboral

El inicio de la vida laboral presenta uno de los mayores obstáculos para continuar en el deporte de competición. Las deportistas subrayan aspectos como la incompatibilidad de horario, el gasto energético añadido, e incluso el cambio en el estilo de vida, como factores que pueden conducirlos a plantearse si continuar o no en el deporte en su vertiente competitiva. Las deportistas perciben que la conciliación con el ámbito académico se realiza con mayor facilidad que con el laboral:

Yo creo que es también por el estilo de vida que llevamos, que todas, la mayoría, estamos estudiando, entonces no es lo mismo compaginar a lo mejor con... [Patricia, jugadora de balonmano, 26 años]

Un trabajo. [Gema, jugadora de balonmano, 25 años]

Un horario de estudio con un horario de trabajo. [Patricia, jugadora de balonmano, 26 años]

Y porque en cualquier trabajo, no te dan las facilidades... [Ana, jugadora de balonmano, 23 años]

Nadie te las va a dar... [Paola, jugadora de balonmano, 31 años]

Vamos, es lo primero que te dicen... [Gema, jugadora de balonmano, 25 años]

El hecho de que solo las practicantes de deportes colectivos se hayan pronunciado a este respecto, no induce a pensar que el tener que ajustarse a un horario de entrenamiento fijo y compartido con otras practicantes

dificulta la conciliación, aspecto que no se da en los deportes individuales, en los que las deportistas pueden, en función del horario laboral, ubicar el tiempo dedicado al entrenamiento.

Por otro lado, las jugadoras tienen interiorizada la idea de que no van a poder vivir del deporte, una asunción que se presume más presente entre las mujeres debido a la menor posibilidad que tienen en comparación con los hombres. Esto les conduce, llegadas a un punto de su carrera deportiva, a tener que apostar por la inserción laboral. El desempeño de un trabajo lleva asociado un gasto energético que pasa factura sobre el rendimiento deportivo:

Tú no puedes vivir del balonmano..., entonces tienes que buscar algo extra [...], evidentemente, toda persona que no solo tenga balonmano, sino que tenga un gasto externo [se refiere a gasto energético] como es pegarte trabajando en un hospital de médico de ocho a tres, por ejemplo, ese gasto de estar toda la mañana ahí se ve reflejado en el entrenamiento... ¿Qué pasa? Que, si esa persona no tiene que trabajar y directamente está entrenando, pues físicamente estará mejor y todo eso... [Bea, jugadora de balonmano, 23 años]

Sacrificio de otros aspectos vitales

El discurso de las participantes refleja que el camino de las personas en el deporte competitivo conlleva sacrificar otros aspectos vitales. Ellas se muestran plenamente conscientes de ese sacrificio y algunas manifiestan que, en algún punto, han evaluado racionalmente (o piensan que en un futuro lo harán) si dicho sacrificio merece la pena. Concretamente, el hecho de no poder disponer de los fines de semana para dedicarlo a otras actividades porque los invierten en asistir a las competiciones, y el estar lejos de la familia se perciben como obstáculos que a largo plazo puede alejarlas del deporte de competición. En este contexto varias jugadoras relatan:

Quizás, tener que viajar los fines de semana fuera... [Lucía, jugadora de voleibol, 29 años]

O un fin de semana, organizar una casa rural o lo que sea y tú te vas todo el fin de semana a Madrid metida en un coche o en un autobús y llegas el domingo, por ejemplo [Patricia, jugadora de balonmano, 26 años]

Yo quizás estar lejos de mi familia. Y sí que es verdad que a veces te hace plantearte, pues muchas cosas, en plan, ¿me merece la pena estar aquí sufriendo en ese sentido, perdiéndome muchas cosas de mi vida, de mi familia? ¿Me merece la pena realmente? Eso es lo que más me desmotiva [Gloria, jugadora de fútbol sala, 22 años]

Yo, por ejemplo, que tengo mi trabajo, mi vida por la mañana, que es totalmente opuesta a cuando vengo a entrenar, a mí los fines de semana me cuesta sacrificarlos, es que no tienes vida aparte de esto, es que yo ya no sé lo que es irme un fin de semana por ahí..., porque desde agosto hasta ahora para tener un fin de semana libre, le tenemos que dar gracias al Señor [...] entonces, cuando tú entrenas tantos días, luego el fin de semana y llega un punto... A mí estos últimos años se me está haciendo muy pesado... [Miriam, jugadora de fútbol sala, 26 años]

Lesiones

Las lesiones se presentan como otra barrera que las deportistas perciben como elemento desmotivador en

la práctica del deporte de competición que, de persistir en el tiempo, puede desembocar en el abandono deportivo. El hecho de verse retiradas de entrenamientos y competiciones desemboca en un sentimiento de despersonalización que les afecta profundamente. Como dato significativo queremos destacar que las atletas veteranas son las participantes que más aluden a las lesiones como un obstáculo para permanecer en el deporte competitivo a largo plazo. En este marco, detectamos cómo, en este caso, la edad juega un papel determinante en la construcción de sus relatos. Ellas comparan su "infancia deportiva" con las posibilidades con las que cuentan las niñas actualmente, y consideran que precisamente el haberse curtido en unos escenarios en los que han tenido que esforzarse para conseguirlo todo, las ha forjado con la fuerza necesaria para superar las barreras que se han ido encontrando:

Yo he tenido una lesión desde marzo y he estado mucho tiempo sin poder correr..., es que no podía... [...], yo es que me tengo que curar para seguir haciendo lo que me gusta, es que si no..., estar en tu casa sentada... Y es que te come..., y luego eso, empezar..., yo en mi caso, empezar a engordar..., es que no me veo yo bien para mí..., y tengo que comprar ropa..., que no me veo... [Manuela, atleta veterana, 47 años]

Es que yo creo que llegando al punto en el que estamos y la edad que tenemos, trabas que nos planteen la vida para poder no correr..., no, es únicamente una lesión, porque nos la puede plantear la pareja, nos la puede plantear el trabajo y lo hemos superado todo... [Claudia, atleta veterana, 54 años]

La presión de la competición

El carácter elitista del deporte de alto rendimiento, el estilo de vida que conlleva y la presión asociada a la consecución de resultados deportivos son percibidos como obstáculos para el mantenimiento de la práctica deportiva competitiva. A pesar de que ellas se consideran privilegiadas por haber podido soportar las características que rodean al deporte de alto rendimiento, reconocen la dureza de este. Así lo ilustran las intervenciones de las deportistas individuales:

Y también es verdad que la gente [bufidos]... Que nosotras lo vemos normal, pero yo muchas veces también lo pienso en frío y dices, tío es que competir, eso no lo puede llevar cualquier persona, es que ponerse en unos tacos, ponerse en una salida, tirarse a una piscina... Es que no es fácil... [Alejandra, atleta, 19 años]

Cuando estuve en Barcelona en el CAR, allí la gente dejaba de nadar porque realmente la competición no era para ellos, la gente se daba cuenta de que la presión que se tenía que mantener allí, no iba con ellos... [Mercedes, nadadora, 31 años]

Yo me siento una elegida porque he sido capaz de estar en el deporte de alto rendimiento, pero no es para todo el mundo... [Teresa, nadadora, 32 años]

Discusión

El discurso de las participantes apunta a la percepción de múltiples barreras que estarían dificultando la permanencia en el deporte competitivo. Particularmente, cinco de las barreras descritas se derivan parcialmente de desigualdades de género, las cuales son percibidas en distintos ámbitos: el socioafectivo, el laboral y el académico, principalmente. En este marco, consideramos que los estereotipos y roles de género

neutralizan el deseo de las chicas en el periodo adolescente de continuar practicando deporte de competición. Las participantes perciben que el deporte se encuentra dentro del repertorio de actividades de ocio de los chicos, pero que no es así para ellas, tal y como previamente recogieron Macías y Moya (2002). Añaden que, durante la adolescencia, notaron cómo aumentó la importancia de la vida social y la presión para invertir más tiempo con el grupo de iguales (Biscomb et al., 2000; Dwyer et al., 2006; Tekavc et al., 2015; Whitehead & Biddle, 2008) y con las primeras parejas, aspectos que perjudicaron la continuidad de la práctica deportiva competitiva en el caso de las chicas (Alfaro, 2004). Resulta curioso cómo las deportistas individuales (tanto las jóvenes como las veteranas) son las que más subrayan esta percepción. Quizás la “soledad” y la dureza de las modalidades deportivas individuales pueden ser factores que vayan progresivamente alejando a las chicas del deporte. En este sentido, detectamos que el deporte tiene una fuerte incompatibilidad con el cumplimiento de los roles sociales adscritos a la mujer (Alfaro, 2004) y a pesar de que el control social para imponer estereotipos hegemónicos de género no es tan explícito actualmente, el modelo hegemónico de feminidad se sigue transmitiendo diariamente en la sociedad actual y sigue vigente en el imaginario colectivo, aunque no esté institucionalizado (Martín et al., 2017).

Las desigualdades económicas que relatan las participantes entre el deporte profesional masculino y femenino y el carácter minoritario del deporte practicado se traducen en grandes obstáculos para continuar con la práctica deportiva profesional a largo plazo (Bowes et al., 2021; Isorna et al., 2019). Esta situación obliga a las deportistas en cierta manera a simultanear el deporte de competición con el desempeño de nuevos roles vitales, como el comienzo de la vida laboral, tal y como también reflejaron otros estudios (Bowes et al., 2021; López & Álvarez, 2019; López de Subijana et al., 2021). En consonancia con investigaciones previas como las de Jaeger et al. (2010) y Harrison et al. (2020), las deportistas se quejan del esfuerzo, la dificultad y el cansancio que supone y que se refleja, consecuentemente, en su rendimiento deportivo.

La conciliación con los estudios frena la permanencia de las chicas en el deporte de competición, según se desprende de sus voces. Los datos producidos nos inducen a pensar que el hecho de ser mujer es un factor que genera una mayor percepción de responsabilidad hacia los estudios, tal y como previamente apuntaron Tekavc et al. (2015). Esta situación desencadena un conflicto de intereses que las “empuja” hacia el abandono, tal y como previamente recogieron investigaciones precedentes (Choi, 2000; Dwyer et al., 2006; Fernández et al., 2003; Isorna et al., 2019; Martínez de Quel et al., 2010; Whitehead & Biddle, 2008). En este sentido, parece que las mujeres tienen bastante interiorizada la idea de que no van a poder vivir del deporte y priorizan la actividad académica como lo verdaderamente relevante de cara al futuro (Barriopedro et al., 2016; Fernández, 2011; López de Subijana et al., 2021). A este conjunto de circunstancias se suma las expectativas familiares, que priorizan los estudios como base del estatus e independencia que proporciona el acceso al mundo laboral (Fernández et al., 2003).

En línea con los resultados de estudios previos, las participantes fueron conscientes de la importancia de la formación académica para su futuro laboral y profesional (López & Álvarez, 2019; López de Subijana et al., 2021; Tekavc et al., 2015).

Las tres deportistas participantes en este estudio que estuvieron en el alto rendimiento y vivieron profesionalmente del deporte, no pudieron conciliarlo con

el ámbito académico. Previamente, el estudio de Pérez-Rivases et al. (2020) identificó que una de las competencias que las deportistas manifestaron que necesitaban mejorar para poder combinar estudios y deporte era la gestión eficiente del tiempo en línea con uno de los relatos de una atleta de esta investigación. Tal y como identificaron Selva et al. (2013), sintieron los miedos e incertidumbres de cara a la retirada y a la posterior adaptación a una carrera profesional. En contraposición, las once jugadoras analizadas en el estudio de Harrison et al. (2020) sí pudieron realizar con éxito este proceso de conciliación. Ellas interiorizaron la idea de la educación como un “plan de respaldo” tras la retirada y sintieron apoyos del ámbito universitario, familiar y de los clubes.

Los resultados también sugieren que, en algunos casos, no se llevan a cabo actuaciones para facilitar la conciliación entre los estudios y el deporte, tal y como relataba una atleta. En esta línea, los cambios de grupos de clase para poder entrenar, los problemas con las prácticas obligatorias, la adaptación de los sistemas de evaluación continua y las tutorías académicas constituyen las demandas solicitadas con mayor frecuencia por estudiantes deportistas a las universidades (López de Subijana et al., 2014).

El discurso de las participantes apunta también a barreras que no están asociadas al hecho de ser mujer. Ellas indican que el compromiso, la determinación, la dedicación y el esfuerzo que supone realizar actos de equilibrio entre el tiempo dedicado al deporte de competición y a otros ámbitos de desarrollo personal y social puede suponer un obstáculo que les haga plantearse si merece la pena continuar en el deporte de competición, tal y como también recogieron estudios precedentes como el de Iglesia et al. (2013) y Taylor et al. (2019).

La presencia continuada de lesiones o la dificultad para recuperarse de alguna de ellas se presenta como otro de los obstáculos que dificultan la continuidad de la práctica deportiva competitiva (Isorna et al., 2019). Las participantes relatan cómo las lesiones que han padecido suelen desequilibrarlas emocionalmente debido a la profunda vinculación que sienten hacia el deporte, tal y como previamente identificaron Roessler y Muller (2018).

La presión competitiva a la que las deportistas se han visto sometidas en intensidad y continuidad en el tiempo es otro de los factores que pueden condicionar el abandono del deporte competitivo, en consonancia con algunas investigaciones anteriores (Dwyer et al., 2006; Galatti et al., 2019; Isorna et al., 2019).

La principal aportación teórica de este estudio es realizar una contribución a la literatura científica en el campo de mujer y deporte, visibilizando a partir de una metodología cualitativa las principales barreras que perciben para poder disfrutar de una práctica igualitaria. Concretamente, su discurso apunta a que los estereotipos y roles de género asociados al tiempo de ocio, la aparición de las primeras parejas, la conciliación con los estudios y/o con el ámbito laboral, y la dificultad para vivir del deporte a largo plazo son barreras que les afectan por el hecho de ser mujeres. Con respecto a las implicaciones prácticas, consideramos que las instituciones deportivas deben apoyarse en estudios realizados específicamente con mujeres deportistas, como el que aquí se presenta, para diseñar y ajustar las políticas de igualdad según sus propias necesidades, inquietudes e intereses. En este sentido, nos planteamos acercar este trabajo a las federaciones y a otras administraciones implicadas en el fomento de la igualdad en el contexto deportivo, para que las voces de las deportistas puedan ser escuchadas y se

apunte hacia la transferencia del conocimiento científico a los agentes sociales implicados.

La principal limitación de este estudio recae en la cantidad de participantes a las que se tuvo acceso. En este contexto, también consideramos que hubiera sido interesante, contar con un mayor número de deportes con el fin de ampliar el alcance de la investigación; sobre todo, al incluir deportes individuales claramente tipificados como femeninos, como la gimnasia rítmica y artística o la natación sincronizada. Esto habría permitido un contraste empírico y teórico de gran interés. Paralelamente, hubiera sido deseable indagar más en los análisis por atributos de las participantes y profundizar en estas diferencias, en las que no hemos podido adentrarnos por la limitación de palabras en el manuscrito.

Como futuras líneas de investigación, planteamos la puesta en práctica de diseños mixtos que permitan utilizar herramientas del método cuantitativo con el fin de aumentar la muestra y así complementar los datos producidos en este estudio. En esta línea, consideramos que podría ser interesante ampliar el muestreo con mujeres de otras provincias andaluzas y con aquellas que residen o han nacido en otras comunidades españolas con el fin de realizar posibles comparaciones en contextos distintos.

Conclusiones

Los datos de este estudio sugieren que la igualdad en el acceso a los escenarios deportivos no garantiza que las condiciones de práctica sean igualitarias ya que del discurso de las participantes se desprende que aún continúan existiendo barreras por el hecho de ser mujer. En resumen, la percepción de que los chicos superan la etapa adolescente practicando deporte en mayor proporción que ellas debido a que el deporte se encuentra dentro del repertorio de actividades de ocio socialmente aceptado, la presión para invertir más tiempo con el grupo de iguales, la aparición de las primeras parejas, la conciliación con los estudios y las dificultades para poder vivir del deporte a largo plazo constituyen un conjunto de barreras que están condicionadas, según los resultados de este estudio, por los aún arraigados estereotipos de género que siguen vigentes y que tienen un profundo calado en el ámbito deportivo. Sin embargo, el sacrificio que conlleva el deporte de competición en relación al resto de los ámbitos vitales, las lesiones y la presión de la competición mantenida en el tiempo son barreras que pueden afectar en igual medida tanto a mujeres como a hombres. En línea con Martín et al. (2017), consideramos que el reto de nuestra sociedad no termina en asegurar el acceso a la práctica deportiva, sino que debe tener como principal objetivo alcanzar la igualdad efectiva. En otras palabras, las barreras más o menos visibles que apuntan los resultados de este estudio y que aún persisten en las estructuras sociales y en las creencias individuales deben desaparecer. En este sentido, consideramos que es necesario tanto que la sociedad siga avanzando hacia un cambio cultural que, aunque lento, va modificando las relaciones de género en el deporte, como en que las instituciones deportivas y administraciones sean más conscientes de su responsabilidad en el destierro de estereotipos y roles de género, que dificultan la participación de las mujeres en el deporte de competición. De esta forma, las deportistas no tendrán que seguir enfrentándose a determinadas barreras por el hecho de ser mujeres.

Bibliografía

- Alfaro, É. (2004). El talento psicomotor y las mujeres en el deporte de alta competición. *Revista de Educación*, 335, 127-151. http://www.revistaeducacion.educacion.es/re335/re335_11.pdf
- Álvarez, P., Pérez-Jorge, D., González, M.E., & López, D. (2014). La formación universitaria de deportistas de alto nivel: análisis de una compleja relación entre estudios y deporte. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 26, 94-100. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4771756>
- Andréu, J., García-Nieto, A., & Pérez, A. (2007). *Evolución de la teoría fundamentada como técnica de análisis cualitativo*. Centro de Investigaciones Sociológicas.
- Asociación Médica Mundial (2013) (2017, 1 de febrero). Declaración de Helsinki de la AMM. Principios éticos para las investigaciones médicas en seres humanos. <https://www.wma.net/es/politicas-post/declaracion-de-helsinki-de-la-amm-principios-eticos-para-las-investigaciones-medicinas-en-seres-humanos/>
- Barriopedro, M., Muniesa, C. A., & López de Subijana, C. (2016). Perspectiva de género en la inserción laboral de los deportistas olímpicos españoles. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(1), 339-350. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/254691/192321>
- Biscomb, K., Matheson, H., Beckerman, N.D., Tungatt, M., & Jarrett, H. (2000). Staying active while still being you: Addressing the loss of interest in sport amongst adolescent girls. *Women in Sport and Physical Activity Journal*, 9(2), 79-97. doi:10.1123/wspaj.9.2.79
- Bowes, A., Lomax, L., & Piasecki, J. (2021). A losing battle? Women's sport pre- and post-COVID-19. *European Sport Management Quarterly*, 21(3). doi:10.1080/16184742.2021.1904267
- Cala, M. J. (2004). Metodología y procedimientos de análisis. En Barberá, I. Martínez y A. Bonilla (Eds.), *Psicología y género* (pp. 81-106). Pearson Prentice Hall.
- Camacho-Miñano, M.J. (2013). Contradicciones del significado de la actividad físico-deportiva en las identidades corporales de las chicas adolescentes. *Feminismo/s*, 21, 15-35. <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/39683>
- Choi, P. Y. (2000). *Femininity and the physically active woman*. Routledge.
- Clarkson, B. G., Culvin, A., Pope, S., & Parry, K. D. (2020). Covid-19: Reflections on threat and uncertainty for the future of elite women's football in England. *Managing Sport and Leisure*, 27(1-2), 50-61. doi:10.1080/23750472.2020.1766377
- Collado, M., Robles, J. A., & Álvarez del Palacio, E. (2021). Mujeres olímpicas en el descenso internacional del sella: Evolución de su participación. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y del Deporte*, 21(81), 99-116. doi:10.15366/rimcafd2021.81.007
- Cooky, C. (2017). Gender, sport and media between the mid-1980s and early 2000s. In L. Mansfield, J. Caudwell, B. Wheaton, & B. Watson (Eds.), *The Palgrave handbook of feminism and sport, leisure and physical education* (pp. 133-148). Palgrave Macmillan.
- Cooky, C., & Messner, M. A. (2018). *No slam dunk: Gender, sport and the unevenness of social change*. Rutgers University Press.
- Donoso, B. (2021). *La identidad de la mujer y el deporte de competición desde una perspectiva psico-socio-cultural* [Tesis de Doctorado, Universidad de Córdoba]. <https://hvia.uco.es/xmlui/handle/10396/21432>

- Donoso, B., Álvarez-Sotomayor, A., & Reina, A. (2021). Los significados del deporte de competición para las mujeres deportistas. *Sociología del Deporte (SD)*, 2(2), 81-92. doi:10.46661/socioldeporte.6370
- Donoso, B., Reina, A., & Álvarez-Sotomayor, A. (2020). La sexualidad en entredicho: nuevas negociaciones del significado de ser mujer en el deporte de alto rendimiento. *Movimento*, 26. doi: 10.22456/1982-8918.96527
- Dwyer, J.J., Allison, K.R., Goldenberg, E.R., Fein, A.J., Yoshida, K.K., & Boutilier, M.A. (2006). Adolescent girls perceived barriers to participation in physical activity, *Adolescence*, 41(161), 75-89. <https://search.proquest.com/docview/195937749?pqorigsite=gscholar&fromopenview=true>
- Fernández, E. (2011). Comprendiendo el abandono del deporte de las chicas adolescentes. *Pensar a Práctica*, 14(2). doi:10.5216/rpp.v14i2.12932
- Fernández, E., Contreras, O., Sánchez, F., & Fernández-Quevedo, C. (2003). Evolución de la práctica de la actividad física y el deporte en mujeres adolescentes e influencia en la percepción del estado general de salud. *Colección ICD: Estudios sobre Ciencias del Deporte. Serie Investigación*, 35, 21-60. <https://revistasdigitales.csd.gob.es/index.php/ICD/article/view/197>
- Fernandez-Lasa, U., Usabiaga, O., & Soler, S. (2019). Juggling on the court: exploring female basque pelota players' experiences and empowerment strategies. *Journal of Gender Studies*, 29(5), 496-507. doi:10.1080/09589236.2019.1618703
- Flick, U. (2014). *La gestión de la calidad en investigación cualitativa*. Morata.
- Flores, A. (2014). *Metodología feminista: ¿una transformación de prácticas científicas?* [Tesis de Doctorado, Universidad Complutense de Madrid]. <https://eprints.ucm.es/id/eprint/24645/>
- Galatti, R., Marques, R.F., Barros, C.E., Montero, A., & Rodrigues, R. (2019). Excellence in women basketball: Sport career development of world champions and olympic medalists brazilian athletes. *Revista de Psicología del Deporte*, 28(1), 17-23. <https://ddd.uab.cat/record/219106>
- Glaser, B. G., & Strauss, A. L. (1967). *The discovery of grounded theory: Strategies for qualitative research*. Aldine Publishers.
- Harding, S. (1987). Introduction, Is there a Feminist Method? En Sandra Harding (Ed.), *Feminism and Methodology* (pp. 1-14). Indiana University Press.
- Harstock, N. (1983). The feminist standpoint: Developing the ground for a specifically feminist historical materialism. En S. Herding y M. B. Hintikka (eds.), *Discovering reality* (pp. 283-310). Reidel Publishing Company.
- Harrison, G. E., Vickers, E., Fletcher, D., & Taylor, G. (2020). Elite female soccer players' dual career plans and the demands they encounter. *Journal of Applied Sport Psychology*, 34(1), 133-154. doi:10.1080/10413200.2020.1716871
- Iglesia, M.J., Lozano, I., & Manchado, C. (2013). Deporte e igualdad: las voces de las deportistas de élite. *Feminismo/s*, 21, 77-90. <http://rua.ua.es/dspace/handle/10045/39686>
- Isorna, M., Felpeto, M., Alonso, D., Gómez, P., & Rial, A. (2019). Mujer y piragua: Estudio de las variables moduladoras del abandono deportivo de las mujeres piragüistas en modalidades olímpicas. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 35, 320-325. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6761687>
- Jaeger, A. A., Gomes, P. B., Silva, P., & Goellner, S. V. (2010). Trayectorias de mujeres en el deporte en Portugal: Asimetrías, resistencias y posibilidades. *Movimento*, 16(1), 245-267. <https://core.ac.uk/download/pdf/303957035.pdf>
- Krueger, R.A., & Casey, M.A. (2015). *Focus groups. A practical guide for applied research*. Sage.
- López de Subijana, C., Conde, E., Porrás-García, M., & Chamorro, J. L. (2021). Explorando la carrera dual en tenistas: Diferencias según género y nivel competitivo. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 16(47), 95-106. <https://ccd.uca.m.edu/index.php/revista/issue/view/87>
- López de Subijana, C., Conde, E., Barriopedro, M.I., & Gallardo, L. (2014). Eficacia en la aplicación de las medidas de formación para los deportistas de alto nivel en el territorio español. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(1), 41-48. https://www.rpd-online.com/article/view/v23-n1-lopez-de-subijana-barriopedro-et-al/pdf_es
- López, D., & Álvarez, P.R. (2019). La construcción de la identidad personal y profesional de los deportistas de alto nivel. *Educar*, 55(2), 361-379. doi:10.5565/rev/educar.1018
- Macías, V., & Moya, M. (2002). Género y deporte. La influencia de variables psicosociales sobre la práctica deportiva de jóvenes de ambos sexos. *Revista de Psicología Social*, 17(2), 129-148. doi:10.1174/021347402320007564
- Martín, M., Soler, S., & Vilanova, A. (2017). Género y deporte. En M. García Ferrando, N. Puig, F. Lagardera, R. Llopi y A. Vilanova (Eds.), *Sociología del deporte* (pp. 97-123). Alianza Editorial.
- Martínez De Quel, Ó., Fernández, E., & Camacho-Miñano, M.J. (2010). Percepción de dificultades para la práctica de actividad física en chicas adolescentes y su evolución con la edad. *Apunts Educación Física y Deportes*, 99, 92-99. <https://www.redalyc.org/pdf/5516/551656927012.pdf>
- Martos-García, D., Fernández-Lasa, U., & Usabiaga, O. (2020). Coeducación y deportes colectivos. La participación de las alumnas en entredicho. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 15(45), 411-419. <https://ccd.ucam.edu/index.php/revista/issue/view/76>
- Mata De la, C., Luque, B., & Freixas, A. (2018). Estrategias para la vida en la cuarta edad: Mujeres que viven solas. *Prisma Social: Revista de Investigación Social*, 21, 1-27. <http://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6521448>
- Morgan, D.L. (1997). *Focus groups as qualitative research*. Sage.
- Pape, M., & McLachlan, F. (2020). Gendering the coronavirus pandemic: Toward a framework of interdependence for sport. *International Journal of Sport Communication*, 13(3), 391-398. doi:10.1123/ijsc.2020-0237
- Perez-Rivases, A., Pons, J., Regüela, S., Viladrich, C., Pallarès, S., & Torregrossa, M. (2020). Spanish female student-athletes' perception of key competencies for successful dual career adjustment. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 1-15. doi:10.1080/1612197X.2020.1717575
- Rodríguez, C., & Perrino, M. (2019). Inequalities in female combat sports. *Journal of Human Sport and Exercise*, 14(4proc), 1342-1344. doi:10.14198/jhse.2019.14.Proc4.82
- Roessler, K. K., & Muller, A. E. (2018). "I don't need a flat tummy; I just want to run fast" – self-understanding and bodily identity of women in competitive and recreational sports. *BMC Women's Health*, 18, 146. doi:10.1186/s12905-018-0639-4

- Ruiz-Olabuénaga, J.I. (2012). *Metodología de la investigación cualitativa*. Deusto Publicaciones. Universidad de Deusto.
- Selva, C., Pallarès, S., & González, M. D. (2013). Una mirada a la conciliación a través de las mujeres deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 69-76. https://ddd.uab.cat/pub/revpsidep/revpsidep_a2013v22n1/revpsidep_a2013v22n1p69.pdf
- Strauss, A. L., & Corbin, J. (2002). *Bases de la investigación cualitativa: Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada*. Editorial Universidad de Antioquía.
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1986). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Paidós.
- Taylor, T., O'Connor, D., & Hanlon, C. (2019). Contestation, disruption and legitimization in women's rugby league. *Sport in Society*, 23(2), 315-334. doi:10.1080/17430437.2019.1631803.
- Tjønndal, A. (2019). "Girls Are Not Made of Glass!": Barriers experienced by women in norwegian olympic boxing. *Sociology of Sport Journal*, 36, 87-96. doi:10.1123/ssj.2017-0130
- Tekavc, J., Wylleman, P., & Erpič, S. C. (2015). Perceptions of dual career development among elite level swimmers and basketball players. *Psychology of Sport and Exercise*, 21, 27-41. doi:10.1016/j.psychsport.2015.03.002
- Whitehead, S., & Biddle, S. (2008). Adolescent girls' perceptions of physical activity: A focus group study. *European Physical Education Review*, 14(2), 243-262. doi:10.1177/1356336X08090708.