






RENDIMIENTO DEPORTIVO EN FUNCIÓN DE LA AUTOEFICACIA: REVISIÓN SISTEMÁTICA

SPORTS PERFORMANCE IN FUNCTION OF SELF-EFFICACY: A SYSTEMATIC REVIEW

David Erick Martínez-Ramírez¹ 
Esteban Jaime Camacho Ruíz² 
Manuel Leonardo Ibarra Espinosa² 
Jaime García Rodríguez³ 
Virginia Flores Pérez⁴ 

¹ Centro Universitario UAEM Ecatepec, Universidad Autónoma del Estado de México, México

² Centro Universitario UAEM Nezahualcóyotl, Universidad Autónoma del Estado de México, México

³ Escuela Superior de Medicina, Instituto Politécnico Nacional, México

⁴ Centro Universitario UAEM Ecatepec, Universidad Autónoma del Estado de México, México

Autor para la correspondencia:

Esteban Jaime Camacho Ruíz
ejcamachor@uaemex.mx

Título abreviado:

Rendimiento Deportivo en Función de la Autoeficacia: Revisión Sistemática

Cómo citar el artículo:

Martínez-Ramírez, D. E., Camacho, J., Ibarra, M. L., García, J., & Flores, V. (2024). Rendimiento deportivo en función de la autoeficacia: revisión sistemática. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 19(61), 2054. <https://doi.org/10.12800/ccd.v19i61.2054>

Recepción: 11 mayo 2023 / Aceptación: 16 abril 2024

Resumen

La autoeficacia en el rendimiento deportivo ha sido un tópico estudiado ampliamente, pero sin llegar todavía a un consenso. Los profesionales en psicología deportiva resaltan la importancia de conocer el estado psicológico del atleta, incluyendo su nivel de confianza y actitud frente a los retos para desempeñarse adecuadamente en su disciplina. Por lo anterior, el objetivo de la investigación fue analizar los estudios existentes sobre la influencia de la autoeficacia en el rendimiento deportivo. La revisión se realizó bajo la metodología PRISMA, se identificaron 304 artículos que fueron analizados bajo los criterios de elegibilidad y calidad metodológica por la herramienta AXIS, finalmente se incluyen 10 artículos. Los resultados indican mayormente que la autoeficacia está presente en distintos deportes, es un elemento de impacto, que puede influir en el comportamiento deportivo y por ende en su éxito. Las mediciones del rendimiento difieren en cada disciplina, debido a la particularidad de cada deporte. La autoeficacia puede ser parte de un modelo explicativo de la personalidad deportiva. La información presentada permite tener mayor claridad en las teorías de respuesta al fenómeno deportivo y aportar al diseño de herramientas de intervención que fortalezcan los procesos psicológicos adecuados. No se deberán generalizar los resultados, debido a limitaciones en la medición del rendimiento, otras variables involucradas y las virtudes de cada disciplina.

Palabras clave: Psicología deportiva, ciencia deportiva, actividad física, logro, autoeficacia.

Abstract

The self-efficacy on sport performance has been a widely studied topic, but without reaching a consensus yet. Professionals in sports psychology highlight the importance of understanding the psychological state of the athlete, including their level of confidence and attitude to challenges to perform adequately in their discipline. For this reason, the objective of the study is to analyze the existing studies on the influence of self-efficacy on sport performance. The review was performed under the PRISMA methodology, 304 articles were identified and analyzed under the criteria of eligibility and methodological quality by the AXIS tool; finally, 10 articles were included. The results mostly indicate that self-efficacy is present in different sports, it is an element of impact, which will predict sporting behavior and consequently its success. Performance measures differ in each discipline, according to the particularity of each sport. Self-efficacy can be part of an explicative model of the athlete's personality. The information presented allows for greater clarity in the theories of response to the sports phenomenon and to contribute to the design of intervention tools that strengthen the appropriate psychological processes. Results found shouldn't be generalized, due to the limitations in the performance measurement, other variables to be considered and the virtues of each discipline.

Keywords: Sport psychology, physical activity, achievement, self-efficacy.



Esta obra está bajo una [licencia de Creative Commons Reconocimiento-NoComercial-CompartirIgual 4.0 Internacional](https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/).

Introducción

El rendimiento deportivo, como lo definen Ericsson y Charness (1994), se refiere a desempeño más alto posible, dado el conocimiento actual y los métodos de capacitación que existen en el dominio de esa práctica en específico. Por otro lado, Conejero et al. (2017) definen al rendimiento como el resultado final de una acción motriz, considerando las características de cada disciplina. Si cada deporte tiene rasgos distintos, su evaluación tendrá indicadores distintos y posiblemente un concepto adaptado a su operacionalización.

Bloom (1985) investigó diferentes actividades deportivas y disciplinas con el objetivo de encontrar patrones y características similares en personajes que habían desarrollado su actividad en niveles de excelencia. Por medio de diversos estudios de caso que incluyeron a nadadores, tenistas, pianistas, escultores y especialistas científicos en las áreas de matemática y neurología. Se encontró en la mayoría una motivación lúdica en edades tempranas, presencia de generadores de motivación hacia la actividad de interés y un vínculo paterno fuerte que transmitía la importancia de la excelencia.

En el aspecto deportivo, el desarrollo de habilidades se centra en anticipar con éxito eventos futuros y coordinar hábilmente los movimientos superpuestos. Se ha mencionado que el rendimiento deportivo es resultado de una adaptación extrema, lograda a través del esfuerzo de toda la vida, que incluye cambios adaptativos a nivel fisiológico y habilidades motrices específicas. Para la psicología, el estudio del desempeño estuvo fuera de alcance durante muchos años, ya que la investigación centraba sus esfuerzos en estudiar las condiciones innatas (fisiológicas) del sujeto (Ericsson & Charness, 1994). Con la llegada de la psicología deportiva, se constituye un campo profesional orientado a crear y evaluar programas y técnicas para desarrollar habilidades psicológicas (Cantón, 2010) que tendrán impacto en el rendimiento deportivo.

El rendimiento deportivo es un elemento central en las ciencias deportivas y “congruentemente para la psicología del deporte”. Un rendimiento óptimo permite alcanzar el éxito y resultados deseados. Por ello, es importante considerar: ¿Cuáles son los factores que influyen en el rendimiento deportivo? ¿Qué contextos deportivos han considerado a la autoeficacia como objeto de estudio? ¿Qué evidencia ha encontrado la psicología del deporte con relación al rendimiento del atleta y con qué tipo de alcance? (Ursino et al., 2018).

Entendemos por autoeficacia como la valoración que una persona otorga a su capacidad para obtener un determinado objetivo (Bandura, 1977). Es probable que un individuo con alto grado de autoeficacia ejerza mayor esfuerzo para cumplir una tarea, a pesar de las amenazas del ambiente.

La autoeficacia pertenece al constructo de éxito, el cual etimológicamente tiene su origen en el sustantivo en inglés *success* y su forma verbal *succeed*, la cual no llega directamente del latín, sino que se incorporó a través del francés hablado por los conquistadores. Está compuesto de *su/sub* (bajo) y *cedere* (ir hacia) lo cual refiere a *ir debajo de* o *ir detrás de* (Klein, 1966). El éxito es explicado mediante la teoría de metas de logro de Nicholls (1984), la cual expone que el principal objetivo de un sujeto en ambientes competitivos es demostrar habilidad partiendo de dos concepciones; la orientación a la tarea, que refiere a la maestría en la actividad; y la orientación al ego, que se refiere al resultado, donde el éxito viene de la victoria frente a cada rival, al demostrar mayor capacidad. Es importante considerar que la dimensión del concepto nos permite analizarlo desde diferentes representaciones, debido a que es un concepto relativo a la interpretación de cada individuo, que suele estar relacionado a la resolución de problemas, superación de pruebas o al avance hacia un punto concreto. Por lo que se puede analizar como un fenómeno con diversas vertientes de investigación.

El seguimiento de un estímulo psicológico puede ser determinante para el alcance de niveles máximos de desempeño (Bloom, 1985). Por otro lado, cada disciplina deportiva se considera una subcultura, con sistemas y valores particulares (Malico et al., 2008), que colocan a cada deporte como objeto de estudio relevante frente a la misma variable psicológica, como la autoeficacia. La revisión de Ursino et al. (2020) nos brinda claridad en los avances del estudio del rendimiento deportivo, como un término polisémico y sensible a cada disciplina. Sin embargo, es de suma importancia conocer el estado del conocimiento relacionado con aspectos psicológicos para generar estrategias adecuadas hacia los atletas en formación y para nuevos deportes en crecimiento.

Objetivo

El objetivo del presente trabajo fue realizar una revisión sistemática de los estudios existentes sobre la influencia de la variable autoeficacia en el rendimiento deportivo, en las principales bases de datos internacionales.

Pregunta de Investigación

¿Cómo influye la percepción de autoeficacia en el rendimiento deportivo de los atletas?

Material y Métodos

Estrategia de Búsqueda

En la presente revisión sistemática se usó la declaración PRISMA (Page et al., 2020), que consta de 27 ítems divididos en siete secciones, que garantizan que la información sea transparente, reproducible y sistemática.

Los estudios se identificaron a través de bases de datos electrónicas: Scopus, BVS (Biblioteca Virtual de la Salud), EBSCOhost, MEDLINE y Google Académico.

Se utilizaron dos campos semánticos, uno perteneciente al área de rendimiento deportivo y otro que describe la percepción de autoeficacia. Los términos de búsqueda, tanto en inglés como en español, fueron: *Sport* performance/rendimiento deportivo, athletic performance/rendimiento atlético, psychomotor performance/desempeño psicomotor, sport* achievement/logro deportivo y sport* result/resultado deportivo*, combinadas con *success/ éxito, self-efficacy/autoeficacia, success attribution*/atribuciones de éxito y achievement/logro*. Las búsquedas fueron realizadas utilizando los operadores booleanos "AND" y "OR" (Tabla 1).

Tabla 1
Estrategias de búsqueda

Base de datos	Estrategia de búsqueda
Google Académico	allintitle: "Sport* performance"OR"athletic performance"OR"Psychomotor Performance"OR"Sport* achievement"OR"sport* result" "success"OR"self-efficacy"OR"success attribution*"OR"achievement" allintitle: "Rendimiento deportivo"OR"Rendimiento atlético"OR"Desempeño psicomotor"OR"Logro deportivo"OR"Resultado deportivo" "éxito"OR»autoeficacia»OR »atribuciones de éxito»OR»logro"
BVS – Biblioteca Virtual de la Salud	(Sport* performance) OR (athletic performance) OR (Psychomotor Performance) OR (Sport* achievement) OR (sport* result) AND (success) OR (self-efficacy) OR (success attribution) OR (achievement) (Rendimiento deportivo) OR (Rendimiento atlético) OR (Desempeño psicomotor) OR (Logro deportivo) OR (Resultado deportivo) AND (Éxito) OR (Autoeficacia) OR (Atribuciones de éxito) OR (Logro)
Scopus	TITLE ("Sport* performance" OR "athletic performance" OR "Psychomotor Performance" OR "Sport* achievement" OR "sport* result" AND "success" OR "self-efficacy" OR "success attribution*" OR "achievement") AND (LIMIT-TO (PUBYEAR, 2023) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2022) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2021) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2020) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2019) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2018) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2017)) TITLE ("rendimiento deportivo" OR "rendimiento atlético" OR "desempeño psicomotor" OR "logro deportio" OR "resultado deportivo" AND "éxito" OR "autoeficacia" OR "atribuciones de éxito" OR "logro") AND (LIMIT-TO (PUBYEAR, 2023) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2022) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2021) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2020) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2019) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2018) OR LIMIT-TO (PUBYEAR , 2017))
EBSCO-HOST	(TI "Sport* performance" OR TI "athletic performance" OR TI "Psychomotor Performance" OR TI "Sport* achievement" OR TI "sport* result") AND (TI "success" OR TI "self-efficacy" OR TI "success attribution*" OR TI "achievement") (TI "Rendimiento deportivo" OR TI "Rendimiento atlético" OR TI "Resultado deportivo" OR TI "Desempeño psicomotor" OR TI "Logro deportivo") AND (TI "éxito" OR TI "autoeficacia" OR TI "atribuciones de éxito" OR TI "logro")
MEDLINE	(sport* performance[Title] OR athletic performance[Title] OR psychomotor performance[Title] OR sport* achievement[Title] OR sport* result[Title]) AND (success[Title] OR self-efficacy[Title] OR success attribution*[Title] OR achievement[Title]) Filters: from 2017 – 2023 (rendimiento deportivo[Title] OR rendimiento atlético[Title] OR desempeño psicomotor[Title] OR logro deportivo[Title] OR resultado deportivo[Title]) AND (éxito[Title] OR autoeficacia[Title] OR atribuciones de éxito[Title] OR logro[Title]) Filters: from 2017 – 2023

Criterios de Inclusión y Exclusión

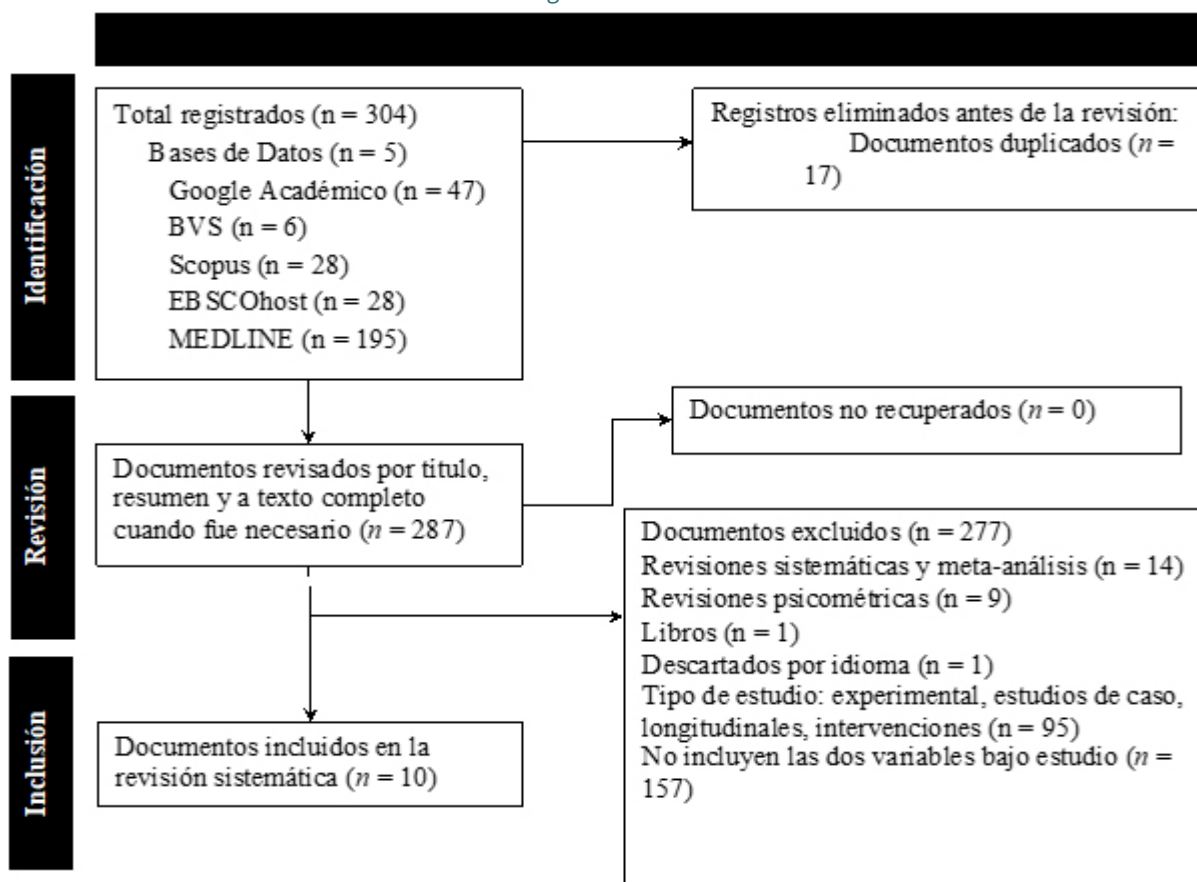
Se seleccionaron los estudios que cumplieran con los criterios de inclusión: a) tipo de fuente documental (artículos científicos); b) diseños empíricos de corte transversal, con participantes atletas, deportistas o jugadores; c) documentos en idioma inglés o español; d) estudios que incluyeran una variable relacionada con la autoeficacia o conceptos relacionados al constructo (éxito, atribuciones y logro) y una variable relacionada con el rendimiento deportivo del jugador; y e) estudios desde el año 2017 al 2023, para incluir la literatura más actualizada, en seguimiento al periodo de la revisión de Ursino et al. (2020), que consideró años anteriores.

Con base a los criterios de exclusión, se descartaron tesis, encuentros científicos, revistas de divulgación, revisiones sistemáticas o metaanálisis y libros. Se consideró que en las fuentes de mayor prestigio estaría incluida la información de estos medios.

Proceso de Selección de Estudios

El proceso de búsqueda sistemática (Figura 1), identificó un total de 304 artículos. Se eliminaron 17 estudios por ser duplicados. Posteriormente, se examinó: título y resumen y "cuando fue necesario" se revisó a texto completo. Del análisis, se descartaron con relación a los criterios de inclusión de idioma (inglés y español) ($n = 1$), por el tipo de texto ($n = 1$) al ser libro, se descartaron por ser revisiones sistemáticas y/o meta análisis ($n = 14$), revisiones psicométricas ($n = 9$), por no incluir ambas variables de estudio ($n = 157$) y por el tipo de estudio ($n = 95$), donde se incluyeron: investigaciones experimentales, estudios de caso, estudios longitudinales, intervenciones y adicionales que su metodología no fuera transversal. Finalmente se obtuvo un resultado de $n = 10$, incluidos en la presente revisión.

Figura 1
Diagrama PRISMA



Evaluación de la Calidad Metodológica

Para la evaluación de la calidad metodológica de los estudios seleccionados, se utilizó la herramienta de evaluación para estudios transversales AXIS (Downes et al., 2016), la cual tiene como objetivo ayudar a la interpretación sistemática, informando acerca de la calidad de una investigación. Contiene 20 ítems, divididos en cinco secciones que evalúan la introducción, el método, los resultados, la discusión y otros. Por lo cual se obtiene un porcentaje total que describe la calidad, la validez, la precisión, la relevancia y el diseño del estudio.

Los criterios de evaluación se evalúan al puntuar, con uno o cero, cada uno de los 20 ítems para describir el contenido metodológico de que se debe contemplar en cada estudio. Finalmente, se suma el puntaje obtenido y se determina, con regla de tres el porcentaje de cada estudio. De los 10 artículos revisados, se consideró un índice del 75% o más, para ser aceptados dentro del estudio (Tabla 2), de los cuales no fue eliminado ninguno, ya que todos cumplieron con los puntajes mínimos deseados.

Extracción de Datos

Para la extracción de datos, fue registrada la siguiente información: autor, año, país, número de participantes (incluyendo sexo y rango/promedio de edades), tipo de deporte (incluyendo años de experiencia), instrumentos utilizados, variable relacionada con autoeficacia, variable relacionada con el desempeño deportivo, principales resultados y limitaciones (Tabla 3).

Resultados

Los 10 estudios incluidos en esta revisión fueron realizados mayormente en la zona de Europa ($n = 4$) (Baretta et al., 2017; Durovic, 2021; Koper et al., 2020; Sklett et al., 2018), seguido por Asia ($n = 4$) (Ahmed et al., 2020; Çakiroğlu 2021; Li et al., 2020; Peng & Zhang 2021) y, por último, dos en América, específicamente en Estados Unidos (Hepler et al., 2017; van Raalte & Posteher, 2019).

En cuanto a la población, mayormente incluyeron hombres y mujeres en su muestra ($n = 6$) (Baretta et al., 2017; Durovic, 2021; Hepler et al., 2017; Koper et al., 2020; Li et al., 2020; Peng & Zhang, 2021), seguido de estudios que solo consideran hombres ($n = 2$) (Ahmed et al., 2020; Sklett et al., 2018) y estudios que no especifican el sexo de su población ($n = 2$) (Çakiroğlu, 2021; van Raalte & Posteher, 2019). La edad promedio fue de 26.65 años ($n = 6$), solo un estudio (Ahmed et al., 2020) indica que su población fue menor a 20 años y tres estudios no mencionan rango o promedio de edad (Çakiroğlu, 2021; Sklett et al., 2018; van Raalte & Posteher, 2019).

Tabla 2
Evaluación de la calidad metodológica

No.	Introducción	Método																				Resultados	Discusión	Otros	%	
		Ítems																								
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20					
1	Baretta et al. (2017)	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	95%
2	Hepler et al. (2017)	1	1	-	1	-	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	85%
3	Sklett et al. (2018)	1	1	1	1	1	1	-	1	-	1	1	1	1	1	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1	80%
4	van Raalte y Posteher (2019)	1	1	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	85%
5	Ahmed et al. (2020)	1	1	-	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	80%
6	Koper et al. (2020)	1	-	1	1	1	-	-	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	80%
7	Li et al. (2020)	1	1	-	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	85%
8	Çakiroğlu (2021)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	90%
9	Durovic (2021)	1	1	-	1	1	-	1	1	-	1	1	1	1	1	1	1	1	-	1	1	1	1	1	1	75%
10	Peng y Zhang (2021)	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	100%

Nota: 1 = ¿Fueron claros los objetivos/metapas del estudio?, 2 = ¿El diseño del estudio fue apropiado para el objetivo(s) declarado(s)?, 3 = ¿Estaba justificado el tamaño de la muestra?, 4 = ¿La población objetivo estaba claramente definida?, 5

= ¿El marco muestral se tomó de una base de población apropiada para que representara de cerca a la población meta?, 6 = ¿Era probable que el proceso de selección seleccionara participantes que fueran representativos de la población objetivo que se estaba investigando?, 7 = ¿Se tomaron medidas para abordar y categorizar a los que no respondieron?, 8 = ¿El factor de riesgo y las variables de resultado se midieron de acuerdo con el objetivo del estudio?, 9 = ¿Se midieron correctamente el factor de riesgo y las variables de resultado utilizando instrumentos que se habían probado, piloteado o publicado previamente?, 10 = ¿Está claro qué se utilizó para determinar la significancia estadística y/o estimaciones de precisión (por ejemplo, p valores, intervalos de confianza)?, 11 = ¿El método estaba lo suficientemente descrito como para permitir su repetición?, 12 = ¿Los datos básicos fueron adecuadamente descritos?, 13 = ¿La tasa de respuesta genera preocupación sobre el sesgo de falta de respuesta?, 14 = ¿Se describió la información sobre los participantes que no respondieron?, 15 = ¿Los resultados fueron consistentes internamente?, 16 = ¿Se presentaron los resultados para los análisis descritos en el método?, 17 = ¿Las discusiones y conclusiones de los autores se justificaron por los resultados?, 18 = ¿Se discutieron las limitaciones del estudio?, 19 = ¿Hubo alguna fuente de financiación o conflictos de interés que puedan afectar la interpretación de los resultados por parte de los autores?, 20 = ¿Se obtuvo la aprobación ética o el consentimiento de los participantes?

Tabla 3
Artículos incluidos en la revisión sistemática

Nº	Referencia	Método				Resultados		
	Autor, año y país	Participantes	Deporte y/o años de experiencia	Instrumentos	Variable de autoeficacia evaluada	Variable de desempeño deportivo evaluada	Principales resultados	Limitaciones
1	Baretta et al. (2017) Italia	Atletas (n = 129), 86 hombres y 43 mujeres, edad media de 39.76	Apnea dinámica (DYN) 4.26 años promedio de experiencia y apnea con peso constante (CWT) 5.58 años promedio de experiencia	BSSS Escala de autoeficacia vertical Escala de autoeficacia horizontal	Autoeficacia percibida	Rendimiento en Apnea DYN y CWT	La autoeficacia puede predecir parcialmente el rendimiento en la apnea horizontal y vertical.	No generalizar debido al diseño transversal y muestras no equivalentes.
2	Hepler et al. (2017) EE. UU.	Jugadores Estudiantiles (n = 84), 42 mujeres y 42 hombres, edad media de 20.23 años	Dardos (los participantes practicaban: beisbol, softbol, fútbol, basquetbol o hockey)	Escala de autoeficacia -lanzamiento Escala de autoeficacia - tiro	Autoeficacia	Puntaje de tiro en espacio cerrado y al aire libre, en estado competitivo y por objetivos	La autoeficacia tiene una relación significativa con el rendimiento de tiro, pero sin diferencias significativas si se realiza en exterior o interior.	La experiencia en dardos de los participantes era muy variada; por lo tanto, los objetivos de la tarea pueden suponer un sesgo, al ser más difíciles para algunos participantes.
3	Sklett et al. (2018) Alemania	Atletas (n = 40), hombres	Copa Mundial de salto de Esquí	FSS PANAS PSWQ Escala de autoeficacia-salto	Autoeficacia	Rendimiento en salto de Esquí	La autoeficacia es predictora del rendimiento en salto de Esquí.	Considerar los efectos ambientales como el clima y el entorno del atleta como factor.

4	van Raalte y Posteher (2019) Estados Unidos	Atletas (n = 459)	18 deportes diferentes, 9.72 años de experiencia promedio	SLSI SSS NGSE PPAA	Autoeficacia percibida	Rendimiento deportivo autoreportado	Existe un efecto positivo entre la autoeficacia y el desempeño. Además, La autoeficacia puede mediar parcialmente el estrés y el rendimiento.	Medida de rendimiento fue auto informada.
5	Ahmed et al. (2020) Irak	Atletas (n = 45), hombres menores de 20 años.	Atletismo (n = 10 lanzamiento de disco, n = 11 lanzamiento de peso, n = 10 lanzamiento de martillo, n = 14 lanzamiento de jabalina)	MSAM TSCI.	Autoconfianza deportiva	Logro en eventos de lanzamiento	La autoconfianza puede predecir los resultados de logro en los atletas.	Prestar atención a otros componentes psicológicos como motivación y estrés. Necesidad de construir instrumentos de motivación de logro y autoconfianza para otras disciplinas deportivas.
6	Koper et al. (2020) Polonia	Atletas (n = 109), 24 mujeres y 85 hombres entre 16 y 54 años.	Boccia	AIMS SES SSA AMS STAI STPQ	Autoeficacia para actividades físicas	Lugar en competencias individuales	Atletas con más alto nivel de autoeficacia y expectativas y niveles más bajos de identidad atléticas y ansiedad tienen mejores resultados deportivos.	Análisis basado en datos auto informados y en un diseño transversal. Tamaño de la muestra y escasa representación de mujeres (22%).
7	Li et al. (2020) China	Atletas de Taekwondo (n = 332), 187 hombres y 145 mujeres, edad media de 18.32	Taekwondo con 5.81 años de experiencia	BIF - 44 AQ CES-D UCLA EQ ASC IC SSEQ	Autoeficacia	Rendimiento en clasificaciones y posiciones en competencias.	La autoeficacia es parte de un perfil del atleta, que incluye: Extraversión, hábitos saludables, control de impulsos y ética; se obtuvieron resultados inconsistentes para explicar una asociación significativa con el éxito de los jugadores.	No se incluyeron suficientes medidas para explicar las personalidades y emociones de un atleta. Las mediciones de las variables fueron auto informadas, por lo que pueden suponer un sesgo.
8	Çakiroğlu (2021) Turquía	Atletas (n = 186)	NE	ASEQ APerfectQ APerfoQ	Autoeficacia atlética percibida	Desempeño atlético autoreportado	La autoeficacia atlética tiene un efecto positivo significativo en el rendimiento deportivo.	NE

9	Durovic (2021) Serbia	Atletas (n = 76), 53 hombres y 23 mujeres, edad media de 18.38	Deportes en equipo (balonmano 71%, fútbol 18%, waterpolo 11%)	CSAI-2R, GSE, Autoevaluación de rendimiento.	Autoeficacia general	Rendimiento deportivo autoreportado	La autoeficacia puede mediar la ansiedad y rendimiento deportivo, además de ser predictora del desempeño en deportes de equipo.	NE
10	Peng y Zhang (2021) China	Jugadores (n = 81), 40 mujeres y 41 hombres, edad media de 20.26 años	Baloncesto universitario con 6.54 promedio de años de experiencia deportiva	SCAT TEOSQ GSES CSAI-2R	Autoeficacia general	Rendimiento en competencia de tiros libres	La autoeficacia tiene un efecto positivo en el rendimiento motriz en condiciones competitivas y no competitivas por igual.	Resultados no generalizables a una población atlética más amplia. Muestra únicamente de atletas chinos.

Nota: n = tamaño de la muestra, NE = no específica, AIMS = Athletic Identity Measurement Scale, SES = Self-Esteem Scale, SSA = Self-Efficacy for Sport Activities Scale, AMS = Achievement Motives Scale, STAI = State Trait Anxiety Inventory, STPQ = Self- and Task-Perception Questionnaire, ASEQ = Athletic Self-Efficacy Questionnaire, APerfectQ = Athletic Perfectionism Questionnaire, APerfoQ = Athletic Performance Questionnaire, SLSI = Student-Life Stress Inventory, SSS = Social Support Scale, PPAA = Perceptions of Performance Academic and Athletic, NGSE = new general self-efficacy scale, BSSS = Brief Sensation Seeking Scale, CSAI-2R = The Revised Competitive State Anxiety Inventory, GSE = General Self-Efficacy, FSS = Flow State Scale, PANAS = Positive- and Negative Affect Schedule, PSWQ = Penn State Worry Questionnaire, SCAT = Sport Competitive Anxiety Test, TEOSQ = Task and Ego Orientation in Sports Questionnaire, GSES = General Self-Efficacy Scale, BIF-44 = Big Five Inventory – 44, AQ = Aggression Questionnaire, CES-D = Center for Epidemiologic Studies Depression Scale, UCLA = Loneliness Scale, EQ = Envy Questionnaire, ASC = Athlete Self-Control, IC = Impulse Control, SSEQ = Sport Self-efficacy Questionnaire, MSAM = Measuring Sport Achievement Motivation, TSCI = Trait Sport Confidence Inventory.

En cuanto al tamaño de la muestra, se encontró entre 40 y 459 participantes, con una media de 154.1. Con relación a los deportes, los estudios incluyeron: boccia, apnea competitiva, balonmano, fútbol, waterpolo, esquí, baloncesto, dardos, taekwondo y atletismo; el estudio de Çakiroğlu (2021) no indicó las disciplinas practicadas. Así mismo, la experiencia en el deporte iba desde 4.26 hasta 9.72 años de experiencia, considerando los estudios que si lo reportaron (n = 4) (Baretta et al., 2017; Li et al., 2020; Peng & Zhang, 2021; van Raalte & Postehar; 2019).

Los instrumentos utilizados para evaluar la percepción de autoeficacia en el deportista fueron: GSES o GSE (General Self-Efficacy Scale) en dos estudios (Durovic, 2021; Peng & Zhang, 2021), la cual es una escala general de autoeficacia diseñada por Baessler y Schwarzer (1996) y que tiene por objetivo evaluar el sentimiento estable de la competencia para manejar de forma eficaz situaciones estresantes. Seguido de la escala de Autoeficacia de salto de esquí, lanzamiento y tiro de dardos (n = 2) (Hepler et al., 2017; Sklett et al., 2018), que se crearon a partir de la Guía de Construcción de Escalas de Autoeficacia de Bandura (2001), la cual describe la estructura del constructo y brinda los pasos para diseñar, redactar y validar una escala adaptada al ambiente que se requiera. El estudio de van Raalte y Postehar (2019) se apoyó de la NGSE (New General Self-Efficacy Scale), la cual es una nueva escala elaborada por Chen et al. (2001), que tiene por objetivo medir la percepción de los individuos sobre su capacidad para desempeñarse con éxito en una variedad de situaciones diferentes. Para el trabajo de Koper et al. (2020) se apoyaron de la SSA (Self-Efficacy for Sport Activities Scale), que es una escala de autoeficacia en ambientes deportivos y representa la medida en que una persona está convencida de su capacidad de seguir un programa de ejercicios, incluso en condiciones desfavorables. Posteriormente, Ahmed et al. (2020) utilizaron el TSCI (Trait Sports Confidence Inventory), el cual fue creado por Vealey (1986) para medir los rasgos de confianza al desempeñar una actividad deportiva. En el caso del estudio de Li et al. (2020) se aplicó el SSEQ (Sport Self-efficacy Questionnaire), un cuestionario elaborado para medir la autoeficacia del atleta bajo condiciones de entrenamiento y de competencia por parte del atleta (Wei et al., 2008). En el estudio de Çakiroğlu et al. (2021), se evaluó la variable mediante el ASEQ (Athletic Self-Efficacy Questionnaire), el cual está validado para brindar información de la percepción de autoeficacia en atletas (Sahraian et al., 2016). Por último, en el estudio de Baretta et al. (2017) se utilizaron dos escalas creadas mediante opinión de expertos en apnea para expresar la autoeficacia percibida en ambas modalidades de la disciplina (vertical y horizontal). Con relación a la validez y confiabilidad, dos estudios (Djurovic, 2021; Sklett et al., 2018) no mostraron evidencia al respecto, el resto, (n = 8) utilizaron instrumentos que habían sido piloteados, probados o utilizados previamente.

Con relación a las herramientas utilizadas para evaluar el rendimiento deportivo, mayormente ($n = 5$) se utilizaron medidas específicas a cada disciplina. Por ejemplo, en el estudio de Baretta et al. (2017) se determinó a partir de la distancia y profundidad en los dos tipos de apnea evaluadas (horizontal y vertical); para el trabajo de Sklett et al. (2018) se calculó a partir de los puntajes de salto de esquí; Peng y Zhang (2021) evaluaron los puntajes de tiros libres en espacio cerrado y abierto, ya que su población fue de jugadores de baloncesto; Hepler et al. (2017) utilizó la suma de los puntajes que se obtienen de la diana al tirar los dardos; y Ahmed et al. (2020) evaluó el rendimiento a partir de los lanzamientos de competidores de atletismo al ser todos lanzadores. Por otro lado, en los estudios de Koper et al. (2020) y Li et al. (2020) utilizaron como medida de rendimiento el lugar que se obtuvo en el evento de competencia, al ser Boccia y Taekwondo las disciplinas evaluadas, respectivamente. En el caso de van Raalte y Postheer (2019) se utilizó la escala PPAA (Perceptions of Performance Academic and Athletic), que mide la percepción de rendimiento atlético y académico (Rees & Hardy, 2004). Çakiroğlu (2021) utilizó una escala (Athletic Performance Questionnaire) validada y creada por Charbonneau et al. (2001), la cual a partir de cinco ítems evalúa el rendimiento atlético percibido. Por último, Djurovic (2021), se ayudó de autoevaluaciones de rendimiento deportivo diseñados para el estudio ex profeso.

Con relación a los resultados, la mayoría de los estudios ($n = 7$) indican que la autoeficacia puede tener una relación e influencia significativa en el desempeño de una disciplina deportiva, incluso puede llegar a considerarse un predictor en la práctica de apnea y salto de esquí (Baretta et al., 2017; Sklett et al., 2018). Únicamente el estudio de Li et al. (2020) mostró resultados inconsistentes para relacionarlo con la autoeficacia de los deportistas. Lo anterior confirma que la autoeficacia que percibe un deportista al practicar una disciplina es un factor relevante en su desempeño deportivo. También puede influir en las capacidades motoras de un deportista en condiciones competitivas y no competitivas, lo cual determinará en gran medida su resultado (Peng & Zhang 2021). La mayoría de los estudios indican una relación entre la variable de autoeficacia y el estado competitivo del atleta. Por lo tanto, el nivel de autoconfianza puede determinar la forma de enfrentar los retos; antes, durante y después de la competencia.

Las principales limitaciones que se mencionan en los estudios son: el diseño de la investigación no permite generalizar a todo el contexto deportivo ($n = 4$), al ser transversales y con muestras intencionales o sin equivalencia debido a la disponibilidad de los jugadores. Existe un riesgo de sesgo, debido a que los datos de rendimiento se obtuvieron a partir de medidas subjetivas ($n = 3$) (Koper et al., 2020; Li et al., 2020; van Raalte & Postheer, 2019) lo cual, se confirma en la revisión de Ursino et al. (2020), ya que la evaluación de rendimiento sigue mostrando deficiencias, al emplear metodologías de análisis poco confiables, recurriendo a medidas auto informadas y contextuales, por ejemplo el resultado de una sola competencia, sería valioso incluir mediciones más consistentes como capacidad aeróbica y movilidad del atleta. Otros artículos indican que es importante considerar más variables para explicar el fenómeno del rendimiento deportivo, como influencias ambientales (Sklett et al., 2018), la motivación interna (Ahmed et al., 2020) y personalidad (Li et al., 2020). Además de analizar los contextos deportivos (entrenador, familia y profesionales) que podrían, o no, tener impacto en el deportista (García-Naveira, 2018). También, se recomienda controlar los años de experiencia deportiva y solventar la necesidad de contar con más instrumentos estandarizados para evaluar la autoeficacia.

Conclusiones

El presente trabajo tuvo como objetivo realizar una revisión sistemática de los estudios existentes sobre la autoeficacia y el rendimiento deportivo, considerando el periodo de 2017 a 2023. Desde hace varias décadas los estudios han tenido como meta encontrar los factores que se involucran en el desempeño deportivo de los atletas. La psicología deportiva propone examinar factores no relacionados con la capacidad física, que tienen gran impacto en el estado antes, durante y después de la práctica deportiva. Por lo tanto, la autoeficacia que perciba el atleta tendrá una relevancia en el resultado de la práctica deportiva. Programas enfocados en mejorar la confianza del atleta, pueden complementar en gran medida el logro de objetivos esperados en el alto rendimiento.

Los estudios nos permiten observar que las percepciones del atleta acerca de lo que puede lograr, independientemente de tener o no las condiciones físicas, harán que enfrente de forma distinta los retos, dificultades y competencias. De esta forma, las creencias de las propias capacidades tienen un gran poder de acción.

La síntesis de la información revisada nos permite concluir que la variable de autoeficacia está presente en distintos deportes, como es un elemento de impacto, que predecirá el comportamiento deportivo y por ende “su resultado”. Por otro lado, son pocas las inconsistencias de la relación entre las variables, las cuales se deben a limitaciones o consideraciones particulares de cada estudio. Queda en evidencia que la psicología deportiva tiene un área de oportunidad para fortalecer la operacionalización y la evaluación de aquellos constructos psicológicos que pueden incidir en el rendimiento deportivo, debido a que es una de las condiciones principales que limita la generalización de resultados.

Finalmente, a pesar de la evidencia encontrada, se debe considerar la relevancia que tendrá replicar los estudios en diferentes poblaciones y deportes. Explorando a fondo cada variable y su combinación, como parte de modelos explicativos

de la conducta. Esto nos permitirá tener mayor claridad en las teorías de respuesta al fenómeno deportivo, y poder así diseñar herramientas de intervención que fortalezcan los procesos psicológicos adecuados que ayuden al óptimo desarrollo deportivo; logrando un impacto en la permanencia, la motivación y la satisfacción en la ejecución de la actividad física lo que contribuirá de manera positiva en la salud en general.

Declaración del Comité de Ética

No aplica debido a que el estudio es una revisión sistemática.

Conflicto de Intereses

Los autores declaran no tener conflicto de intereses, las instituciones financiadoras no tuvieron influencia en el diseño del estudio, en el análisis de los datos o en la interpretación de los resultados.

Financiación

Los autores agradecen el financiamiento al proyecto UNAM-DGAPA-PAPIIT IN305123.

El primer autor fue financiado por CONAHCYT, beca número 822407. Puede verificar los datos de la fuente de financiación en https://conahcyt.mx/becas_posgrados/

Contribución de los Autores

Conceptualización: David Erick Martínez Ramírez, Jaime Camacho Ruíz, Manuel Leonardo Ibarra Espinosa, Jaime García Rodríguez & Virginia Flores Pérez; Metodología: David Erick Martínez Ramírez & Jaime Camacho Ruíz; Software David Erick Martínez Ramírez & Jaime Camacho Ruíz; Validación: David Erick Martínez Ramírez & Jaime Camacho Ruíz; Análisis formal: David Erick Martínez Ramírez, Jaime Camacho Ruíz & Virginia Flores Pérez; Investigación: David Erick Martínez Ramírez, Jaime Camacho Ruíz, Manuel Leonardo Ibarra Espinosa, Jaime García Rodríguez & Virginia Flores Pérez; Recursos: Erick Martínez Ramírez & Jaime García Rodríguez; Análisis de datos: David Erick Martínez Ramírez, Jaime Camacho Ruíz & Virginia Flores Pérez; Escritura – versión original: David Erick Martínez Ramírez & Jaime Camacho Ruíz; Escritura – revisión y edición: David Erick Martínez Ramírez & Jaime Camacho Ruíz; Visualización David Erick Martínez Ramírez, Jaime Camacho Ruíz, Manuel Leonardo Ibarra Espinosa, Jaime García Rodríguez & Virginia Flores Pérez; Supervisión: David Erick Martínez Ramírez & Jaime Camacho Ruíz; Administración del proyecto: David Erick Martínez Ramírez; Adquisición de financiación: David Erick Martínez Ramírez. Todos los autores han leído y están de acuerdo con la versión publicada del manuscrito.

Declaración de Disponibilidad de Datos

Los datos no se encuentran disponibles debido a que el escrito es una revisión sistemática.

Referencias

- Ahmed, B. A., Mghames, M. M., & Ismail, R. K. (2020). The relation of the motive sport achievement and self-confidence with the level of achievement of throwing events in athletics. *International Journal of Psychosocial Rehabilitation*, 24(4), 6919-6931. <https://dx.doi.org/10.37200/IJPR/V24I4/PR2020506>
- Baessler, J., & Schwarzer, R. (1996). Evaluación de la autoeficacia: adaptación española de la Escala de Autoeficacia General. *Ansiedad y Estrés*, 2(1), 1-8. <https://www.ansiedadestres.es/ref/1996/2-1-8>
- Bandura, A. (1977). Self-efficacy: Toward a unifying theory of behavioral change. *Psychological Review*, 84(2), 191-215. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.84.2.191>
- Bandura, A. (2001). *Guía para la construcción de escalas de autoeficacia*. <https://es.scribd.com/doc/185524638>
- Baretta, D., Greco, A., & Steca, P. (2017). Understanding performance in risky sport: The role of self-efficacy beliefs and sensation seeking in competitive freediving. *Personality and Individual Differences*, 117, 161-165. <https://doi.org/10.1016/j.paid.2017.06.006>
- Bloom, B. (1985). *Developing talent in young people*. Ballantine Books.
- Cantón, E. (2010). La psicología del deporte como profesión especializada. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 237-245. <https://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1852.pdf>
- Çakiroğlu, T. (2021). The role of athletic self-efficacy and athletic perfectionism in predicting athletic performance of Gazi University student athletes. *Journal of Educational Issues*, 7(2), 300-309. <https://doi.org/10.5296/jei.v7i2.19108>

- Charbonneau, D., Barling, J., & Kelloway, E. K. (2001). Transformational leadership and sports performance, the mediating role of intrinsic motivation. *Journal of Applied Social Psychology*, 31(7), 1521-1534. <https://doi.org/10.1111/j.1559-1816.2001.tb02686.x>
- Chen, G., Gully, S. M., & Eden, D. (2001). Validation of a New General Self-Efficacy Scale. *Organizational Research Methods*, 4(1), 62-83. <https://doi.org/10.1177/109442810141004>
- Conejero, M., Claver, F., Fernández-Echeverría, C., Gil-Arias, A., & Moreno, M. P. (2017). Toma de decisiones y rendimiento en las acciones de juego intermedias y finalistas en voleibol, en sets con diferente resultado. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 31(1), 28-33. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i31.41193>
- Djurovic, D., Popov, S., Sokić, J., & Aleksic-Veljkovic, A. (2021). Rethinking the role of anxiety and self-efficacy in collective sports achievements. *Primenjena Psihologija*, 14(1), 103-115. <https://doi.org/10.19090/pp.2021.1.103-115>
- Downes, M. J., Brennan, M. L., Williams, H. C., & Dean, R. S. (2016). Development of a critical appraisal tool to assess the quality of cross-sectional studies (AXIS). *BMJ Open*, 6(12), 1-7. <http://dx.doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011458>
- Ericsson, K. A., & Charness, N. (1994). Expert performance: Its structure and acquisition. *American Psychologist*, 49(8), 725-747. <http://dx.doi.org/10.1037/0003-066X.49.8.725>
- García-Naveira, A. (2018). Optimismo, autoeficacia general y competitividad en jóvenes atletas de alto rendimiento. (Optimism, general self-efficacy and competitiveness in young high-performance athletes). *Cultura, Ciencia y Deporte*, 13(37), 71-81. <https://doi.org/10.12800/ccd.v13i37.1040>
- Hepler, T. J., Ritchie, J., & Hill, C. R. (2017). Within-person relationship between self-efficacy and performance across trials: Effect of task objective and task type. *The Journal of Sports Medicine and Physical Fitness*, 58(11), 1572-81. <https://doi.org/10.23736/S0022-4707.17.07634-4>
- Klein, E. (1966). *Klein's comprehensive etymological dictionary of the English language*. Elsevier.
- Koper, M., Nadolska, A., Urbański, P., & Wilski, M. (2020). Relationship between pre-competition mental state and sport result of disabled boccia athletes. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(21), 1-11. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218232>
- Li, B., Ding, C., Fan, F., Shi, H., Guo, L., & Yang, F. (2020). Associations between psychological profiles and performance success among professional Taekwondo athletes in China: A multidimensional scaling profile analysis. *Frontiers in Psychology*, 11(822), 1-10. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.00822>
- Malico, P., Rosado, A., Cabrita, T., & Lancho, J. L. (2008). Estudio atribucional sobre los motivos del éxito y fracaso deportivo en función de la modalidad practicada. *Revista Andaluza de Medicina del Deporte*, 1(3), 108-115. <https://www.elsevier.es/es-revista-revista-andaluza-medicina-del-deporte-284-pdf-13131405>
- Nicholls, J. G. (1984). Achievement motivation: Conceptions of ability, subjective experience, task choice and performance. *Psychological Review*, 91(3), 328-346. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.91.3.328>
- Page, M. J., McKenzie J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, A. E., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M. M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, E.,... Moher, D. (2021). The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews. *BMJ*, 71, 1-8. <http://dx.doi.org/10.1136/bmj.n71>
- Peng, F., & Zhang, L. (2021). The relationship of competitive cognitive anxiety and motor performance: Testing the moderating effects of goal orientations and self-efficacy among Chinese collegiate basketball players. *Frontiers in Psychology*, 12(685649), 1-12. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2021.685649>
- Rees, T., & Hardy, L. (2004). Matching social support with stressors: effects on factors underlying performance in tennis. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(3), 319-337. [https://doi.org/10.1016/s1469-0292\(03\)00018-9](https://doi.org/10.1016/s1469-0292(03)00018-9)
- Sahraian, F., Waez, M., Seyed, M. K., & Khabiri, M. (2016). Introduction to athletic Self-efficacy Questionnaire. *Sports Psychology Studies*, 16, 57-70. <https://doi.org/10.22089/spsyj.2016.734>
- Sklett, V. H., Lorås, H. W., & Sigmundsson, H. (2018). Self-Efficacy, flow, affect, worry and performance in elite world cup ski jumping. *Frontiers in Psychology*, 9(1215), 1-9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2018.01215>
- Ursino, D. J., Cirami, L., Abal, F. J. P., & Barrios, R. M. (2020). La evaluación del rendimiento deportivo en Psicología del Deporte: Una revisión sistemática. *Anuario de investigaciones*, 26(7), 413-421. <http://hdl.handle.net/11336/170149>

- Ursino, D. J., Cirami, L., & Barrios, R. M. (2018). Aportes de la psicología del deporte para conceptualizar, operacionalizar y maximizar el rendimiento deportivo. *Anuario de investigaciones*, 25(1), 331-347. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369162253040>
- van Raalte, L. J., & Posteher, K. A. (2019). Examining social support, self-efficacy, stress, and performance, in U.S. Division I collegiate student-athletes' academic and athletic lives. *Journal for the Study of Sports and Athletes in Education*, 13(2), 75-96. <https://doi.org/10.1080/19357397.2019.1635419>
- Vealey, R. S. (1986). Conceptualization of sport-confidence and competitive orientation: Preliminary investigation and instrument development. *Journal of Sport Psychology*, 8(3), 221-246. <https://doi.org/10.1123/jsp.8.3.221>
- Wei, P., Chen, H. B., & Song, B. P. (2008). Preliminary establishment of sports sense of self-efficacy scale. *Journal of Xi'an Shiyou University*, 25, 128-130. <https://www.xisdjxsu.asia/archives.php>