

ABANDONO DEPORTIVO EN EDADES TEMPRANAS

**CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD FÍSICA Y DEL
DEPORTE**

**FACULTAD CIENCIAS DE LA ACTIVIDAD
FÍSICA Y EL DEPORTE**



Realizado por: Angel Enrique Sánchez Silva

Grupo TFG: M41

Año Académico: 2021-2022

Tutor/a: Carlos García Martí

Área: Revisión bibliográfica

Resumen:

Sabiendo la importancia de la actividad física en la juventud y las diversas teorías y variables estudiadas respecto al abandono deportivo en esta etapa etaria, esta revisión tuvo como objetivo principal explorar tanto sus razones predictoras como motivos que surgen durante el tiempo de practica y como objetivos específicos el desglosar las influencias más importantes, conocer si las razones de abandono varían según edad y nivel competitivo y conocer variables que no se asocian al abandono deportivo. Para la elección de artículos se utilizaron las plataformas de SPORTDiscus, Psychology and Behavioral Sciences Collection y APA PsycInfo. Tras analizar y discutir los resultados se llegó a la conclusión de que los motivos más comunes fueron “tengo otras cosas que hacer” y “ausencia de diversión”. Se halló también que entrenadores, familia, el equipo, autoestima, clima orientado a la tarea, motivaciones intrínsecas y extrínsecas, estatus socioeconómico y demografía son muy influyentes en el abandono. La edad y el nivel de competición si afectan las razones y la edad relativa, el IMC y la salud no se relacionan con el abandono.

Abstract:

Knowing the importance of physical activity in young people and theories/variables studied regarding sport dropout in this age group, this systematic review had as principal objective to explore the predictive reasons and the reasons that surge while doing sport and as secondary objectives to break down the most influential ones, to know if the reasons of attrition vary according to age and level of competition and to know variables that doesn't associate with sport drop out. The articles were selected in the platforms SPORTDiscus, Psychology and Behavioral Sciences Collection and APA PsycInfo. After analysing and discussing the results of the study, we came to the conclusion that the most common reasons were “I've other things to do” and “lack of enjoyment”. In addition, coaches, family, teammates, self-esteem, task oriented climate, extrinsic and intrinsic motivation, socioeconomic status, demography are very influential in drop out. Age and level of competition affect the reasons of attrition and relative age, BMI and health doesn't relate with drop out.

Índice:

1. Introducción	6
2. Objetivo	7
3. Metodología	8
3.1 Diseño	8
3.2 Estrategias de búsqueda	8
3.3 Criterios de selección	8
3.4 Diagrama de flujo	10
4. Resultados	11
4.1 Cuadro resumen	11
4.2 Resumen artículos empleados	14
5. Discusión	24
6. Futuras líneas de investigación	29
7. Conclusiones	30
8. Referencias bibliográficas	32

Índice de tablas:

1. Tabla 1	7
2. Tabla 2	11
3. Tabla 3	15
4. Tabla 4	15
5. Tabla 5	18
6. Tabla 6	20
7. Tabla 7	21
8. Tabla 8	22

Índice de figuras:

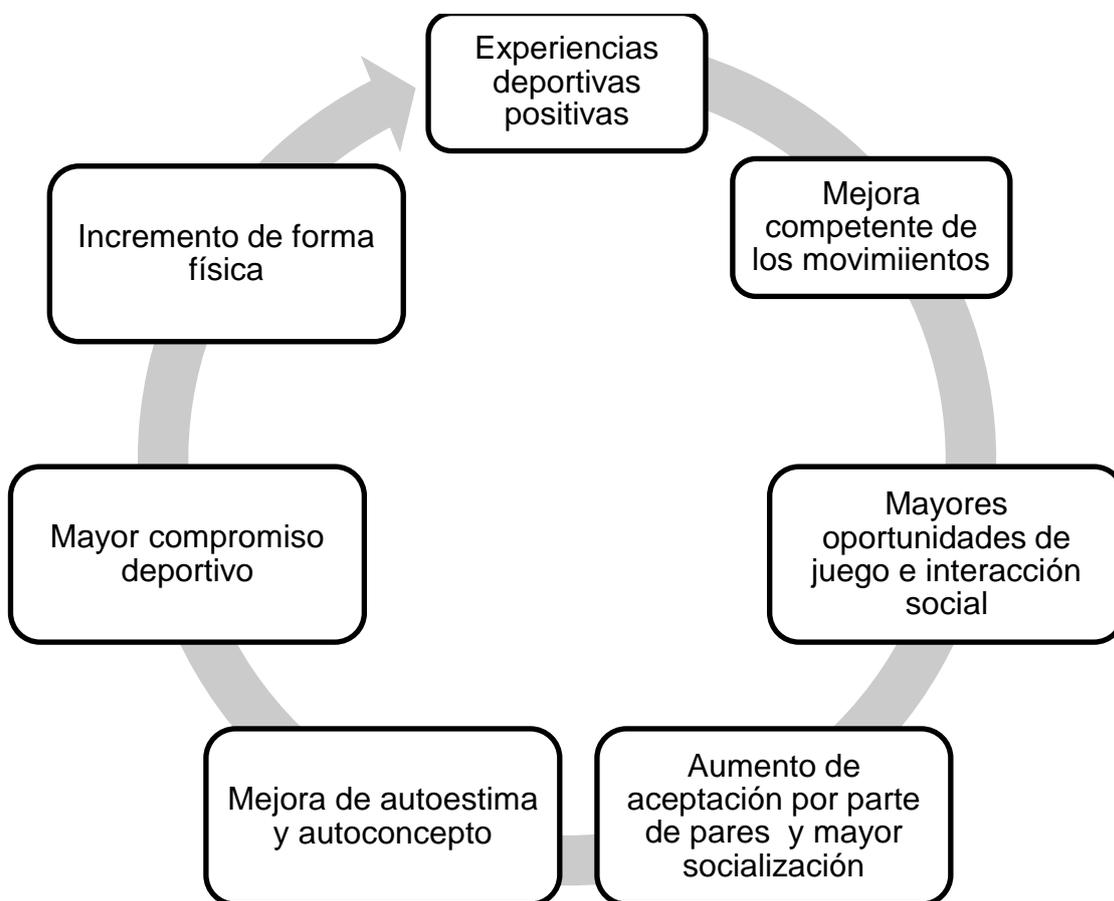
1. Figura 1	6
2. Figura 2	10

1. Introducción:

La actividad física tiene una gran relevancia en el desarrollo del ser humano, así como de su bienestar físico a lo largo de su vida. De hecho, Bailey et al. (2013) consideran la actividad física como un importante contribuyente de la salud, además de considerar que influye positivamente en diversos aspectos del bienestar, siendo estos el emocional, individual intelectual, financiero y social. Además, los mencionados se atreven a graficar en un metafórico ‘círculo virtuoso’ los beneficios que se pueden obtener de las experiencias deportivas positivas, como se puede observar en la figura 1.

Figura 1

Círculo virtuoso de la actividad física.



Nota. Adaptado de Bailey et al. (2013)

Sumada a la importancia de la actividad física, el mundo se ve frente a la problemática del creciente sedentarismo en los jóvenes. Tremblay et al. (2014) encontraron en un estudio en el que evaluaron a niños de diversos países, que los

niveles de sedentarismo son altos y los de actividad física son bajos debido a la urbanización y globalización de la sociedad que provocan que su población sea más propensa hacia las actitudes sedentarias (por ejemplo, cada vez se va más en coche). Mountjoy et al. (2011) complementan esta información al reportar que no más del 40% de jóvenes supera las dosis recomendadas de actividad física, lo que los puede llevar a problemas como la obesidad, hipertensión, problemas cardiovasculares e incluso síndrome metabólico.

Por otro lado, están comprobados los motivos que tienen los jóvenes para practicar actividad físico-deportiva. Para Moreno et al. (2012), las 3 principales razones son las que se aprecian en la tabla 1:

Tabla 1

Motivos de los jóvenes para la práctica deportiva

Puesto	Motivo
1	Por estar sano y en forma
2	Porque me gusta hacer deporte
3	Porque me divierte para ocupar el tiempo libre

Nota. Adaptado de Moreno et al. (2012)

Por lo tanto, reconociendo la importancia de la actividad físico-deportiva en las primeras etapas de la vida, que el mundo es afectado por un progresivo cambio hacia el sedentarismo, pero también que los jóvenes tienen motivos para no caer en él y mantenerse activos, resulta entonces necesario explorar cuáles son los motivos e influencias que los llevan a abandonar el deporte y perjudicar su calidad de vida.

2. Objetivo:

El objetivo principal de la elaboración de la presente revisión bibliográfica es explorar las razones tanto previas (predictoras) como motivadores del abandono deportivo en edades tempranas (hasta los 18 años). Esta revisión de la literatura científica también consideró los siguientes objetivos específicos:

- Desglosar las influencias más importantes encontradas para el objetivo principal de la revisión.
- Conocer si las razones de abandono deportivo temprano varían según la edad de los deportistas.
- Conocer si las razones de abandono deportivo temprano varían según el nivel de competición de los deportistas.
- Conocer variables que no se asocian con el abandono deportivo.

3. Metodología:

3.1 Diseño:

Se ha realizado una revisión sistemática usando como recurso las bases de datos científicas que se encontraban en la función de poder proveernos publicaciones sobre el abandono deportivo en edades tempranas.

3.2 Estrategia de búsqueda:

A través de la Biblioteca CRAI Dulce Chacón de la Universidad Europea de Madrid se tuvo acceso a una diversa gama de bases de datos, de las cuales se decidió utilizar SPORTDiscus, APA PSycinfo y Psychology and behavioral sciences collection. Para buscar en ellas, la ecuación de búsqueda con la cual se le consultó fue "(Sports) AND (Dropout OR Drop out OR Drop-out) AND (Youth OR adolescents OR Young people OR teen OR Children OR Kids)". Además, para que la revisión se entienda en un contexto actual, se incluyó en los criterios de búsqueda que los artículos hayan sido publicados con una antigüedad máxima del año de este siglo, es decir, del año 2000. Asimismo, los idiomas que se tuvieron en cuenta fueron inglés y español/castellano. Solo se consideraron publicaciones académicas.

3.3 Criterios de selección:

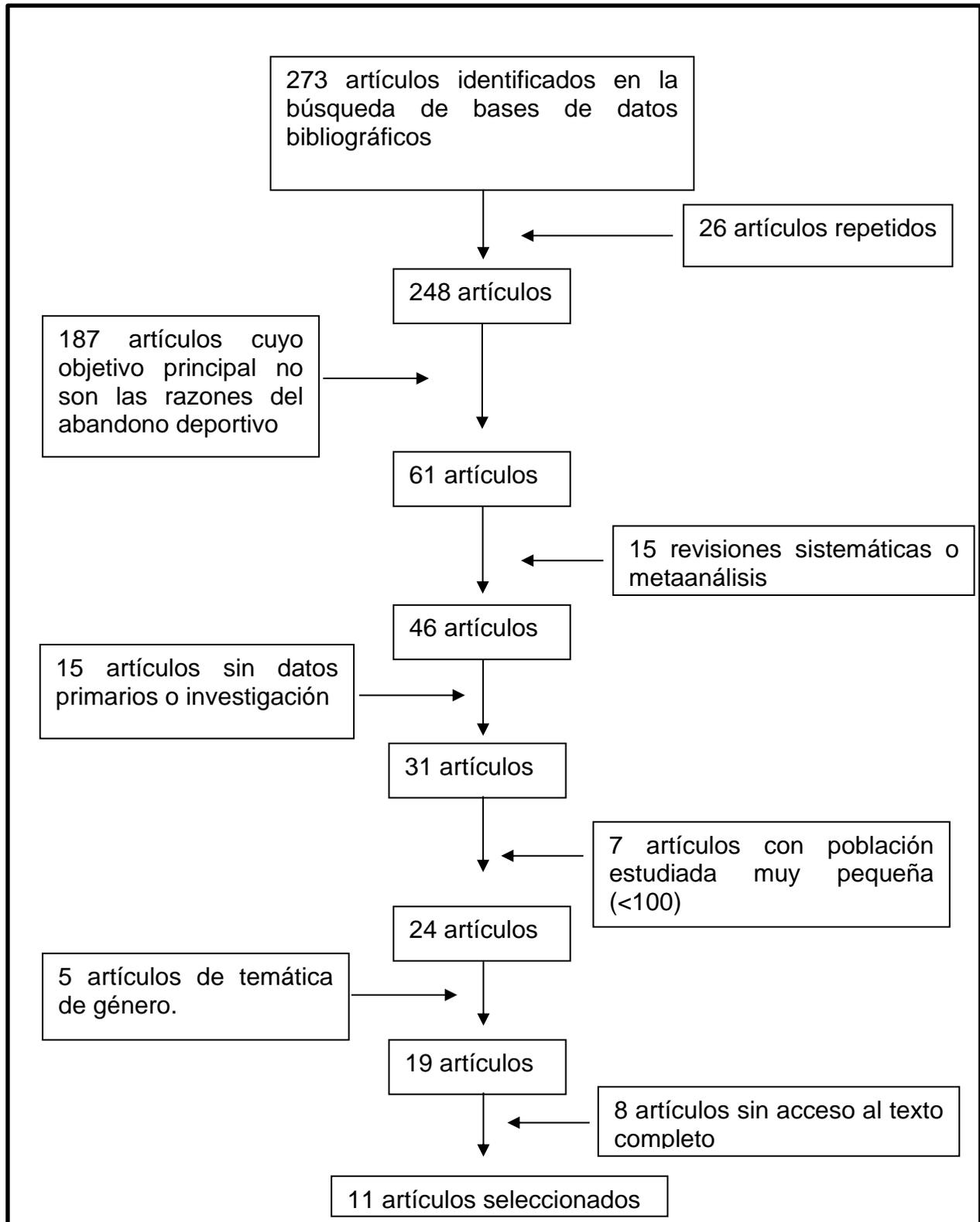
Para que los artículos sean considerados pertinentes para la presente revisión, estos tuvieron que tratar como temática principal el abandono deportivo en edades tempranas, sin importar el deporte que fuera. Además, los artículos debían

presentar una metodología adecuada realizada a una muestra de un mínimo de 100 participantes para que se pueda considerar representativo. Asimismo, las conclusiones de los artículos debían tener estrecha relación con los resultados y no ser simplemente inferencias de los autores. También se excluyeron los artículos con referencia especializada en temas de género para evitar una parcialización de la revisión ya que puede variar mucho de un país a otro según los niveles de misoginia o de un deporte a otro que se considere más o menos masculino/femenino.

3.4 Diagrama de flujo:

Figura 2

Diagrama de flujo



Nota. Elaboración propia.

4. Resultados:

4.1 Cuadro resumen:

Tabla 2

Cuadro resumen

Artículo	Método	Población y variable	Resultado
Molinero et al. (2006)	Cuestionario adaptado sobre abandono deportivo + cuestionario de información demográfica.	561 participantes. Razones de abandono deportivo en relación a género, tipo de deporte y nivel de competición	Las razones más importantes fueron “tener otras cosas que hacer”, “no me gusta el entrenador” y “no hay suficiente espíritu en equipo. Además, se encontraron diferencias en algunos ítems según género, tipo de deporte (individual o equipo) y nivel de competición (local, regional o nacional).
Gardner et al. (2017)	Dos cuestionarios con un año de diferencia. El segundo incluyendo algunas preguntas adicionales sobre abandono deportivo.	327 participantes. “Disfrute” e “intenciones futuras” como factores predictivos de abandono	“Disfrute” e “intenciones futuras” son inversamente proporcionales al riesgo de abandono deportivo de los individuos.
Martínez Baena et al. (2021)	Cuestionario propio.	2859 participantes. Razones de abandono deportivo, edad y género.	La exigencia del estudio, la pereza y la desgana como los motivos principales del abandono deportivo.

Persson et al. (2020)	Cuestionario propio.	1248 participantes. Razones que motivaron el abandono deportivo.	Se encontraron razones internas (muy competitivo/serio, pocas opciones de entrenamiento, no conforme socialmente, malas experiencias con el club) y externas (falta de tiempo por estudios, lesiones y enfermedades o priorizar otras actividades de ocio).
Moulds et al. (2020)	Manejo de datos	17161 participantes. Edad, edad relativa, grupo socioeconómico, cercanía a la ciudad, sexo y nivel de competición y su relación al abandono deportivo,	Menos edad, grupo socioeconómico más bajo, más cercanía a la ciudad o competir en un nivel más bajo se relacionan con el abandono deportivo temprano.
Rottensteiner et al. (2013)	Cuestionarios de otros autores y propios.	535 participantes. Razones de abandono deportivo, influencia de otros en la decisión, género, nivel de competición y años practicando el deporte.	La razón más importante de abandono deportivo es tener otras cosas que hacer. La persona más influyente para tomar esta decisión es el entrenador.
Le Bars et al. (2009)	Cuestionarios de otros autores.	104 participantes. Percepción del clima deportivo y su relación al abandono deportivo temprano.	Los que abandonan el deporte perciben el clima motivacional por parte del entrenador, padres y compañeros más orientado al ego que a la tarea.
Jõesaar y Hein (2011)	Cuestionarios de otros autores.	659 participantes. apoyo a la autonomía de entrenadores y	Los que abandona el deporte se perciben como menos capaces, menos correspondidos, con

		padres, clima motivacional de los compañeros, necesidades psicológicas satisfechas, motivación por el deporte y su relación con el abandono deportivo.	menos autonomía y menos motivados de forma intrínseca.
Butcher et al. (2002)	Cuestionario propio.	1387 participantes. Motivos de abandono del deporte, momento de abandono, género.	Los motivos más importantes fueron “no me divierto igual”, “quiero tiempo para actividades no deportivas” y “otros deportes ocupaban mucho tiempo”.
Isorna Folgar et al. (2013)	Cuestionario propio.	5561 participantes. Relación entre abandono deportivo y género, edad, IMC, entrono familiar y grupal	El abandono es mayor en chicos, cuando les obligan los padres, cuando sus amigos les ponen obstáculos o no se interesan, cuando los padres nunca han hecho actividad física y cuando los hermanos han practicado pero en la actualidad han dejado de hacerlo.
Vella et al. (2014)	Manejo de datos y cuestionarios de otros autores.	4042 participantes. Factores socio-ecológicos y su relación con el abandono deportivo.	Los que abandonan el deporte son menos propensos a haber ido a un evento deportivo en el último mes, su familia tiene ingresos bajos, sus padres tienen peor educación, el inglés no era su primer idioma (en Australia).

Nota. Elaboración propia.

4.2 Resumen artículos empleados:

Para la presente revisión sistemática, se tuvieron en cuenta los 11 artículos que fueron referenciados en el cuadro resumen (tabla 2). Todos los artículos obtuvieron sus resultados en base a cuestionarios propios, adaptados o de otros autores, a excepción del de Moulds et al. (2020) que consiguió los resultados a través del manejo de bases datos, que obtuvo gracias a la colaboración de organizaciones nacionales.

El estudio 'Sink or swim? A survival análisis of sport dropout in Australian youth swimmers' fue hecho en Australia, a través del mencionado manejo de datos, a 17161 participantes, de los que se pudieron obtener los resultados presentados a continuación.

Moulds et al. (2020) comprenden que generalmente, la sociedad ve como malsano el abandono deportivo de los jóvenes, consideran que esta es causada por factores asociados que se interconectan entre ellos, como la edad, el estatus económico y la proximidad con la sociedad.

Por ejemplo, Moulds et al. (2020) identifican que los grupos de niños de 11-12 años tienen mayor riesgo de abandono deportivo que aquellos de 14-15 años, así como también sucede de igual manera con los niños que tienen una mayor proximidad residencial a una gran ciudad o que tienen un mayor estatus socioeconómico.

Además, se halló respecto al nivel de los atletas que los nadadores que competían a nivel de club/distrito tenían mayor riesgo de abandonar el deporte que aquellos que tenían más nivel y competían a nivel nacional (Moulds et al., 2020).

Continuando con la literatura analizada, el artículo científico 'Personal reasons for withdrawal from team sports and the influence of significant others among youth athletes' estudió a 535 participantes a través de diversos cuestionarios, con motivo de conocer sus razones para el abandono deportivo.

Rottensteiner et al. (2013) motivaron sus investigaciones al ver que evitando el abandono deportivo los jóvenes pueden aumentar su actividad deportiva, habilidades físicas y sociales, además de aprender habilidades como la cooperación, la disciplina, el juego limpio y el autocontrol.

Ellos lograron hallar las siguientes razones para el abandono deportivo, siendo el top 10 el presentado en la tabla 3 que se muestra a continuación:

Tabla 3

Top 10 de razones de abandono deportivo

Puesto	Razón
1	Tenía otras cosas que hacer
2	No era lo suficientemente emocionante
3	No podía estar con mis amigos
4	No había suficiente espíritu de equipo
5	Quería jugar otro deporte
6	No me divertía lo suficiente
7	No recibía suficientes recompensas
8	No era tan bueno como quería
9	Era aburrido
10	No había trabajo en equipo

Nota. Adaptado de Rottensteiner et al. (2013).

Juntado las razones de la tabla 5 a las de menor relevancia, se las analizó para llegar a revelar 4 componentes respecto al abandono deportivo juvenil (Rottensteiner et al., 2013). Dichos componentes los podemos visualizar en la siguiente tabla (4):

Tabla 4

Principales componentes del abandono deportivo

Componentes del abandono deportivo
1. Componentes sociales
2. Relacionados a la habilidad en el deporte
3. Motivación extrínseca
4. Falta de interés

Nota. Adaptado de Rottensteiner et al. (2013).

En cuanto a diferencias encontradas a partir de cuando se había empezado a practicar el deporte, los jugadores que empezaron en edades más tempranas

pusieron mayor énfasis en razones de abandono como no estar en buena forma física o no se tan bueno como lo hubieran esperado (Rottensteiner et al., 2013).

Por otro lado, no se hallaron diferencias entre deportistas de distintos niveles de habilidad/competición en cuanto a las razones que dieron como motivantes de su abandono deportivo (Rottensteiner et al., 2013).

Respecto a la influencia de los entrenadores, se asegura que el entrenador es la persona que más influyó en la toma de decisión en abandonar el deporte, por los atletas que lo terminaron haciendo (Rottensteiner et al., 2013).

Por último, Rottensteiner et al. (2013) encontraron respecto a las relaciones con seres queridos que ni los padres ni los hermanos jugaron un papel crucial o determinante en el abandono deportivo aunque los compañeros de equipo si que pueden influenciar en el proceso de toma de decisión de abandonar el deporte por parte del atleta.

El artículo “Personal and contextual determinantes of elite young athletes persistence or dropping out over time” estudió mediante cuestionarios a 104 judokas de élite.

Su principal hallazgo en cuanto a razones de abandono deportivo fue que los deportistas que abandonaron el deporte tenían una mayor intencionalidad de rendirse que los atletas que persisten, así como que también eran menos orientados a la tarea. (Le Bars et al., 2009)

Por otro lado, Le Bars et al. (2009) relacionaron el rol de entrenadores, padres y compañeros de equipo con la orientación de la tarea, hallando que aquellos atletas que abandonan el deporte perciben menos este factor que aquellos que persisten en el deporte.

En el artículo “Psychosocial determinantes of young athletes continued participation over time” de Jõesaar y Hein (2011) en el que a través de cuestionarios se analizó a 659 deportistas, podemos encontrar los siguientes hallazgos:

El grupo de los atletas que abandonaba el deporte percibía menos tipos de motivación, considerando especialmente importante la motivación intrínseca, ya que obtuvo significativamente mayor puntaje en aquellos atletas que si decidieron persistir en su deporte (Jõesaar y Hein, 2011). Por ejemplo, Jõesaar y Hein (2011) consideran que los atletas que practican deporte por recompensas externas al mismo y no por gusto y motivación propia puede que no continúen practicando el

deporte si otros atletas de su grupo se compartan de forma negativa. Por lo tanto, parece que motivación intrínseca es mucho más importante que la extrínseca para que el deportista se mantenga en el deporte.

Asimismo, se encontró otros motivantes para el no abandono del deporte como que el grupo que decidió persistir obtuvo mejores resultados en competencia, autonomía y satisfacción de las necesidades de relación, por lo que se considera de gran importancia satisfacer las necesidades psicológicas básicas para mantener la participación deportiva de los jóvenes (Jõesaar y Hein, 2011). Por lo tanto, los atletas necesitan de actividades que les provean de placer y satisfacción para que haya una mayor probabilidad de que no abandonen el deporte que han decidido practicar (Jõesaar y Hein, 2011).

En cuanto a la influencia del entrenador, se entiende que el refuerzo externo por parte de los entrenadores para persistir en el deporte no es necesario (Jõesaar y Hein, 2011).

Por otro lado, en cuanto a los seres queridos se encontró que se encontró que es mejor que el atleta perciba un mayor apoyo para su autonomía por parte de sus padres y reportaban mayor puntaje de mejora en la habilidad y satisfacción de orientación a la tarea. (Jõesaar y Hein, 2011)

Por todo esto, Jõesaar y Hein (2011) llegan a la conclusión de que es importante promover tipos de motivación autodeterminados, así como conseguir que el atleta satisfaga su nivel de deseo de autonomía, sentido de pertenencia y competencia.

El estudio “Withdrawal from competitive youth sport: A retrospective ten-year study” contó con la participación de 1387 participantes, de los cuales Butcher et al. (2002) buscaron extraer los motivos del abandono deportivo.

Butcher et al. (2002) establecieron que el motivo con mayor importancia para el abandono deportivo de toda la muestra fue el dejar de disfrutar del deporte, seguido de querer más tiempo para actividades ajenas al deporte y que otros deportes les tomaban ya demasiado tiempo. El resto de las 10 razones principales se pueden visualizar en la tabla 5.

Tabla 5
Principales razones de abandono deportivo

Puesto	Razón
1	No lo disfrutaba
2	Quería más tiempo para actividades no deportivas
3	Otros deportes ocupaban mucho tiempo
4	No era lo suficientemente bueno
5	Mucha presión para rendir bien
6	Necesitaba tiempo para estudiar
7	El entrenador
8	Una lesión
9	No tenía oportunidades
10	Comencé un trabajo, tenía menos tiempo

Nota. Adaptado de Butcher et al. (2002)

Butcher et al. (2002) también resaltan la importancia de que para la mayoría de los casos de los abandonos deportivos, este era para solo un deporte y no un abandono total de la actividad deportiva (el 70% de la muestra que abandonaron un deporte, competían en otro al momento del abandono). Por lo que en general en la literatura científica puede haber un sesgo de la magnitud real del abandono deportivo en general (Butcher et al., 2002).

Se encontraron diferencias según el nivel de competición, ya que los considerados deportista de élite tenían como razones principales para su abandono deportivo el tener mucha presión para rendir bien, las lesiones, necesitar tiempo para los estudios y el entrenador (Butcher et al., 2002).

Además, Butcher et al. (2002) hallaron diferencias en las razones según los menores iban creciendo. Por ejemplo, la falta de diversión fue progresivamente decayendo en importancia conforme los niños se hacían mayores, mientras que estudiar fue siendo cada vez más relevante. Igualmente, el porcentaje de abandono deportivo fue en aumento junto con la edad, siendo más alto durante noveno y décimo grado.

Finalmente, la importancia de los padres se consideró mínima ya que la razón peor calificada fue la ausencia de soporte social por parte de los progenitores.

“Variables predictoras del abandono de la práctica físico-deportiva en adolescentes” es un estudio hecho a partir de un cuestionario propia en el que busca encontrar las razones de abandono deportivo a través de 5561 participantes. En cuanto a la edad, se observó que los alumnos que cursan la ESO (entre 12 y 16 años) tienen un mayor porcentaje que aquellos que cursan la ESPO (entre 16 y 19 años) (Isorna Folgar et al., 2013).

Isorna Folgar et al. (2013) también resaltaron como importante el rol de los padres, ya que el abandono del deporte es mayor cuando ni el padre ni la madre han realizado actividad física en su vida, a su vez que el abandono es menor cuando los padres si practican deporte en la actualidad.

Asimismo, se encontró relevancia en el rol de los hermanos, debido a que aquellos participantes cuyos participantes han abandonado un deporte tienden a practicar menos deporte (Isorna Folgar et al., 2013).

Gracias a estos dos factores Isorna Folgar et al. (2013) llegan a la conclusión de que la familia, sobre todo los padres, son los agentes socializadores más importantes al momento de estimular la práctica físico-deportiva de sus hijos o por el contrario predisponerlos al abandono de esta.

Por último, también existe importancia con relación a las amistades de los deportistas, pudiendo estas motivar el abandono deportivo, puesto que este es mayor en aquellos que tiene amigos que les han puesto pegas u obstáculos para que practiquen deporte (Isorna Folgar et al., 2013).

En el estudio “Socio-ecological predictors of participation and dropout in organised sports during childhood”, en el que se investigó a 4042 participantes a través del manejo de datos y cuestionarios, se encontraron los siguientes resultados:

En primer lugar, se consideró de forma ideal agrupar las razones predictoras de abandono deportivo bajo criterios socio-ecológicos, como se puede observar a continuación en la tabla 6.

Tabla 6
Predictores socio-ecológicos del abandono del deporte organizado

Predictores socio-ecológicos del abandono del deporte organizado
1. Predictores según características del niño e intrapersonales
2. Predictores según estilo parental, características familiares e interpersonales
3. Predictores según rasgos de la comunidad, demográficos y sociales

Nota. Adaptado de Vella et al. (2014).

A partir de estos predictores, se halló que ser una niña, no hablar inglés, ser indígena, tener una situación socioeconómica baja y ser físicamente menos activo te vuelve más propenso al abandono deportivo (Vella et al., 2014).

Además, se descubrieron otras razones predictoras a nivel interpersonal/familiar como que si el niño no había asistido a un evento deportivo en el último mes o tenía padres con menos educación eran más propensos al abandono deportivo, por lo que el apoyo familiar se considera un facilitador para la participación deportiva para los hijos (Vella et al., 2014).

En cuanto al rol de entrenador, se le dio importancia ya que el tener a un profesor especializado en educación física predispone al niño a participar más en la práctica deportiva (Vella et al., 2014).

Por otro lado, el estudio no encontró evidencias que confirmen que la salud física, social o psicológica estén relacionadas con la participación deportiva que se da durante la niñez (Vella et al., 2014).

El artículo “Dropout reasons in young spanish athletes: Relationship to gender, type o sport and level of competition” busca encontrar razones de abandono deportivo en relación con distintas variables a partir del estudio de cuestionarios a 561 participantes.

El principal hallazgo del estudio de Molinero et al. (2016) fue que las razones más importantes de abandono deportivo para el grupo investigado fueron tener otras cosas que hacer, que no les gustaba el entrenador, un espíritu de equipo insuficiente, ausencia de trabajo en equipo y el no ser tan bueno como ellos querían. Estas razones y las que completan el top 10 se muestran en la tabla 7.

Tabla 7
Principales razones de abandono deportivo

Puesto	Razón
1	Tenía otras cosas que hacer
2	No me gustaba el entrenador
3	No había suficiente espíritu de equipo
4	No había trabajo en equipo
5	No era tan bueno como quería
6	No podía estar con mis amigos
7	No recibía suficiente reconocimiento
8	El entrenamiento era muy duro
9	No competía lo suficiente
10	Yo no les interesaba

Nota. Adaptado de Molinero et al. (2016)

Al entrenador ocupar el segundo puesto, Molinero et al. (2016) concluye que su figura no se responsabiliza únicamente resulta exitosa en el deporte competitivo, sino también en el caso contrario de que la carrera acaba en un abandono deportivo.

Se encontraron diferencias entre atletas de deportes individuales y atletas de deportes de equipo, ya que los atletas de deportes individuales dieron más importancia a que sus habilidades no mejoraran, que no les gustaba competir o el no poder estar con sus amigos (Molinero et al., 2016).

Respecto a atletas de distinto nivel, se diferenciaron en que los del nivel competitivo más bajo clasificaron con mayor importancia la diversión que aquellos atletas con mayor nivel deportivo (Molinero et al., 2016).

Por último, Molinero et al. (2016) encontraron que percibirse a uno mismo como alguien “atlético” influye de forma positiva la probabilidad de mantener la participación deportiva.

El siguiente artículo; “Enjoyment and behavioral intention predict organized youth sport participation and dropout” busca a partir de dos cuestionarios a 327 participantes, encontrar las razones del abandono deportivo en edades tempranas.

Un hallazgo importante del estudio es la diferencia de cómo perciben diversos ítems los deportistas que abandonan el deporte y los que deportistas que decidieron continuar practicándolo, como se aprecia en la tabla 8.

Tabla 8

Razones predictivas del abandono deportivo

Ítem	Escala	Puntaje promedio de quienes abandonaron	Puntaje promedio de quienes continuaron
Diversión	1-5	3.75	4.76
Intención de continuar	de 1-5	3.54	4.68
Nivel deportivo propio percibido	1-4	2.42	2.80
Soporte parental	1-5	3.86	4.23
Calidad de la relación con el entrenador	1-7	4.73	5.74
Calidad de las amistades	1-5	3.86	4.12
Aceptación de los compañeros	1-4	2.53	3.00

Nota. Adaptado de Gardner et al. (2017)

Además de estos resultados, se encontró que el riesgo de abandono disminuye cuando mayor es la diversión (Gardner et al. 2017).

En relación con los seres queridos, se encontró que la relación con padres, entrenadores y compañeros predicen adecuadamente el abandono o persistencia en el deporte (Gardner et a. 2017).

El estudio “Motivos de abandono y no práctica de actividad físico deportiva en adolescentes españoles: estudio Avena” encontró los siguientes resultados en relación al abandono deportivo en edades tempranas:

Martínez Baena et al. (2021) establecen como principal motivo de abandono el estudio, seguido por la pereza.

Además, se halló un descenso de la práctica del deporte junto al aumento de la edad, debido a una pérdida de interés/motivación por el mismo desarrollo de la persona (Martínez Baena et al., 2021).

Por todo esto, Martínez Baena et al. (2021) concluyen que los motivos extrínsecos, como la falta de tiempo por exigencia de los estudios, o los motivos intrínsecos (pereza) influyen tanto en la práctica deportiva como en su abandono.

Sin embargo, también consideran que los resultados del estudio coinciden con que los adolescentes españoles tienen un gran interés por la práctica físico deportiva, aunque esta no es acompañada por el número de participantes que deberían haber producido este (Martínez Baena et al., 2021).

Finalmente, del artículo científico “Opting out of youth sports: how can we understand the social processes involved?”, podemos extraer lo expresado en los siguientes párrafos.

La falta de tiempo y la presión por los estudios de la escuela fue la razón más importante para el abandono deportivo y ambos motivos fueron creciendo conforme los niños fueron envejeciendo hasta el punto de tener que escoger entre deporte o estudios (Persson et al., 2020).

Otra razón importante fueron las lesiones, consideradas un desencadenante a que el niño se da cuenta de que el deporte no era una necesidad para su desarrollo de su vida diaria (Persson et al., 2020).

También se encontraron motivos relacionados con el volumen de entrenamiento, en el que algunos niños se encontraban con sus ambiciones no eran las mismas que las del club en el que se encontraban, sobre todo porque cada vez el deporte se vuelve más competitivo y serio en edades tempranas (Persson et al., 2020).

El incremento progresivo de la presión no solo afecta individualmente, sino de forma colectiva, llevando a alguno a sentirse excluido (Persson et al., 2020). De hecho, Persson et al. (2020) recalcan la importancia del grupo ya que una buena relación con los compañeros puede ser para un niño más importante que participar en un nivel de competición (mayor) que los entrenadores consideren más adecuados para su nivel de habilidad.

Persson et al. (2020) llegan a la conclusión que tanto razones internas del deporte (presión de la competencia) y externas (escuela) pueden influir de forma única o conjunta para provocar que el deporte no sea lo suficientemente divertido para los jóvenes y estos decidan abandonarlos

Por otro lado, en cuanto a la importancia de los seres queridos, Persson et al. (2020) expresan que las relaciones sociales y experiencias interpersonales con compañeros y adultos afectan de manera importante los motivos del atleta para abandonar o no el deporte.

5. Discusión:

Tras analizar, comparar y contrastar los 11 artículos seleccionados para la presente revisión, se ha podido llegar a los argumentos mostrados en los siguientes párrafos sobre las razones de abandono deportivo en edades tempranas.

Las razones principales para Rottensteiner et al. (2013) fueron tener otras cosas que hacer, la falta de ganas y la ausencia de tiempo. Estos motivos están relacionados con los encontrados por Butcher et al. (2002) para quienes las razones más importantes son ya no disfrutar del deporte, querer tiempo para actividades ajenas al deporte y que otros deportes ya les toman demasiado tiempo. También con los de Molinero et al. (2016), cuyas razones más relevantes halladas para su muestra fueron tener otras cosas que hacer, que no les guste el entrenador, que falte espíritu de equipo, que falte trabajo en equipo y no ser tan bueno como esperaban. Todos estos también se relacionan con los de Martínez Baena et al. (2021), quienes hallan que el principal motivo de la no práctica deportiva es la falta de tiempo, y con los de Persson et al. (2020) que tuvo como motivos principales del abandono deportivo la ausencia de diversión y la falta de tiempo/presión por estudios. Jõesaar y Hein (2011) confirman la necesidad de ganas y disfrute de la práctica deportiva ya que hallaron que es más probable que un atleta persista en su deporte si consideran esta una actividad que los provee de satisfacción y placer. Gardner et al. (2017) complementan esta idea al encontrar que mientras más alta es la diversión, más bajo es el riesgo de abandono deportivo por parte de los atletas.

El entrenador se erigió como una gran figura en la toma de decisión del abandono deportivo, ya que la buena o mala relación con el atleta se considera un predictor del mismo (Gardner et al., 2017). Rottensteiner et al. (2013) afirman que el entrenador es considerado la persona más influyente para la toma de decisión de abandonar el deporte por los atletas que lo hicieron. Persson et al. (2020) también considera que la ausencia de recursos organizacionales en el club, siendo uno de ellos los entrenadores, es una razón de abandono deportivo y Molinero et al. (2016) que hallaron que la segunda razón con mejor calificación en importancia para el abandono deportivo es el disgusto por el entrenador. Vella et al. (2014) resaltan la importancia no de un entrenador, sino más bien de un profesional de la educación física como clave para el no abandono del deportista, ya que si el niño ha contado con uno en su educación ya se encuentra más predispuesto a la participación deportiva. Por otro lado, Jõesaar y Hein (2011) tienen hallazgos contrarios ya que afirman que un refuerzo externo por parte de los entrenadores no es necesario para que los atletas persistan en el deporte.

Gardner et al. (2017) habla de una gran importancia de los familiares en el abandono deportivo, al considerar el apoyo parental un predictor del mismo. Además, Isorna Folgar et al. (2013) mencionan que el mayor porcentaje de abandono de los atletas se da cuando los padres obligan a sus hijos a hacer práctica físico-deportiva y que los hijos cuyos padres realizan actividad físico-deportiva son menos propensos a abandonar el deporte que aquellos jóvenes en cuyas familias ninguno de sus padres realiza actividad física alguna.

Además, Vella et al. (2014) complementan esta información al encontrar que si los niños no habían asistido a un evento deportivo en el último mes o pertenecían a un hogar de bajos ingresos o tenían padres con un menor nivel de educación, entonces tenían mayores probabilidades de haber abandonado el deporte. Para Molinero et al. (2016) la influencia de los padres también es considerada una razón importante en el abandono deportivo. Respecto a los hermanos, el estudio de Isorna Folgar et al. (2013) concluyen que los niños con hermanos que realizan actividad físico-deportiva son casi 6 veces más activos que aquellos que no tienen hermanos con esta característica. Por el contrario, Rottensteiner et al. (2013) no consideran a los padres o a los hermanos como cruciales en la decisión del niño de abandonar el

deporte, al igual que Butcher et al. (2002) para quienes la ausencia de soporte por parte de los padres fue la razón peor calificada en importancia.

Otro gran motivante del abandono deportivo demostraron ser los compañeros de equipo y/o amigos del atleta. Rottensteiner et al. (2013) por ejemplo, asegura que la decisión del atleta de abandonar el deporte puede verse influenciada por los compañeros de equipo. Además, Isorna Folgar et al. (2013) establece que si los amigos los obligan o los animan a la práctica físico-deportiva abandonan menos que aquellos atletas cuyos amigos tienen una actitud de poner pegas, obstaculizar o no preocuparse por si hacen deporte o actividad física. Gardner et al. (2017) también recalcan la importancia de los pares del deportista ya que ser aceptado o no por los compañeros se asocia al abandono deportivo.

Aunque para Le Bars et al. (2009) la autoestima global y las dimensiones físicas de autoconcepto no son predictores del abandono deportivo, para Jõesaar y Hein (2011) los atletas que no abandonaron el deporte percibían que sus padres apoyaban su autonomía.

Correspondiendo al clima orientado a la tarea o al ego como un motivo importante del abandono deportivo, Le Bars et al. (2009) mencionan al respecto que aquellos que abandonaron el deporte percibían como menos orientados hacia la tarea a los entrenadores, padres y compañeros de equipo que aquellos que decidieron no abandonar el deporte. Jõesaar y Hein (2011) complementan al descubrir que los atletas que persistieron percibieron un clima más orientado a la tarea por parte de sus compañeros y que además, no había diferencia en el clima orientado al ego por parte de sus compañeros entre los atletas que abandonaron y los que no.

En relación a la necesidad de motivaciones intrínseca o extrínsecas como razones para el abandono o no del deporte, Jõesaar y Hein (2011) apoyan la mayor importancia la motivación intrínseca ya que el grupo que no abandonó el deporte puntuaba más alto este ítem, y la menor importancia de la motivación extrínseca puesto que si los atletas practicaban el deporte por recompensas externas y no por gusto propio eran más propensos al dejar el deporte si no se llevaban bien con sus compañeros de equipo. Por otro lado, Molinero et al. (2016) consideran ambas

motivaciones importantes ya que un motivo fuerte para el abandono deportivo no era solo encontrarse descontente con elementos propios del mismo deporte, sino también debido a influencias que vienen desde fuera. Lo mismo hallan Martínez Baena et al. (2021) quienes entienden que tanto las motivaciones extrínsecas como la falta de tiempo debido a los estudios y las intrínsecas como la pereza o la falta de ganas, son condicionantes de la práctica o no de deporte, así como también de su abandono. Persson et al. (2020) complementa todo esto al establecer que las razones internas del deporte (mayor presión/seriedad por la competición) y razones externas al deporte (especialmente la escuela) pueden reforzarse entre ellas y llevar a que el deporte sea menos divertido o interesante y esto acabe llevando al abandono deportivo.

Moulds et al. (2020) también identifica la edad como un factor asociado al abandono deportivo al ver que los más jóvenes (10-11 años) tenían un mayor riesgo que aquellos de 14-15 años. Isorna Folgar et al. (2013) encontró algo muy parecido ya que para ellos hay mayor abandono deportivo en los alumnos que cursan la ESO (12-16 años) que entre aquellos que cursan la ESPO (16-19 años). Sin embargo, Butcher et al. (2002) considera que la tendencia es contraria puesto que el porcentaje de abandonos deportivos se fue incrementando progresivamente en su estudio desde segundo grado a sexto grado, con un incremento considerablemente mayor entre séptimo y décimo grado. Rottensteiner et al. (2013) proponen diferencias en las razones según la edad ya que los atletas que participan en el deporte desde más niños consideraban no estar en buena forma física o no ser tan buenos como esperaban como razones más importantes para su abandono que aquellos niños que habían comenzado a practicar el deporte a mayor edad. Lo mismo logra Butcher et al. (2002), al descubrir que la ausencia de diversión fue siendo cada vez menos importante conforme los niños se iban haciendo mayores, mientras que pasaba lo contrario con el tener que estudiar, fue siendo cada vez más relevante con el paso de los años. Algo parecido halla Persson et al. (2020) y establece que la participación deportiva se va reduciendo con el paso de los años ya que entra en conflicto con otros aspectos de la vida de los niños/adolescente. Además, Butcher et al. (2002) encontró otros cuatro factores que fueron creciendo en importancia con la edad, los cuales fueron que otros deportes necesitaban mucho tiempo, el entrenador, las lesiones y el tener un trabajo. En cuanto al motivo de la

falta diversión, Martínez Baena et al. (2021) afirma que con la edad se reduce progresivamente el interés y la motivación, por lo que desciende la práctica físico-deportiva de manera a la vez que se incrementa la edad.

Moulds et al. (2020) respalda la idea de que, a menos nivel del deportista, hay mayor probabilidad de abandono, ya que en su estudio los nadadores del nivel más bajo (club/distrital) tenían el mayor riesgo de abandonar el deporte. Rottensteiner et al. (2013) por otro lado, no encontró diferencias en las razones que llevaban a los atletas al abandono deportivo entre deportistas de diferente nivel competitivo. Sin embargo, resultados diferentes son encontrados por Butcher et al. (2002) quienes encontraron que los atletas de élite tenían razones diferentes (mucha presión, lesiones, la necesidad de tiempo para estudiar, el entrenador), resaltando especialmente que fueron el grupo que mayor presión tenía y más le importaba las lesiones. Para complementar, según Molinero et al. (2016) los atletas con más bajo nivel consideraban el factor diversión como más importante para la decisión de abandonar el deporte.

Moulds et al. (2020) asoció el estatus socioeconómico de los deportistas con su probable abandono deportivo. Vella et al. (2014) avala esto ya que en su perfil de niño que abandona el deporte considera uno de los factores el que se encuentre en una posición socioeconómicamente baja, resaltando así la importancia del sustento financiero del deportista.

En lo que se refiere a la demografía, respecto al lugar de residencia de los deportistas como razón predictiva solo Moulds et al. (2020) consideró que vivir cerca a una ciudad grande te hacía más propenso hacia el abandono deportivo.

Además, se encontraron más variables relevantes que no tenían relación como motivantes o motivos del abandono deportivo en edades tempranas. Por ejemplo, Moulds et al. (2020) hallaron algo que consideran va en contra de un tópico como es la edad relativa, ya que no encontraron que esta no se asociaba con el abandono deportivo. Isorna Folgar et al. (2013) halló lo propio con el IMC, al ver que había diferencia en este factor entre que aquellos que practicaban actividad física deportiva y aquellos que no. Esto tiene en gran parte relación con lo encontrado por

Vella et al. (2014), quienes no pudieron hallar evidencias de que la salud física, social o psicológica estén relacionadas con la participación deportiva durante la niñez. Por lo que, a pesar de parecer contradictorio, el no estar en buena forma física o gozar de una salud plena no tendría por qué causar el abandono del deporte.

Para finalizar, parecen de gran relevancia los hallazgos de Butcher et al. (2002) respecto a que gran parte de los abandonos deportivos, este solo es para un deporte en particular y no para la totalidad de la práctica físico-deportiva, además de que muchos vuelven a jugar el mismo deporte que alguna vez abandonaron en el lapso de 6 años. Esto es algo que no se toma en cuenta en la mayoría de los estudios, lo que puede suponer darle una sobrevaloración a los datos reales del abandono deportivo en edades tempranas. Adicionalmente está lo establecido por Martínez Baena et al. (2017), en el sentido que hay un gran interés por los adolescentes respecto a la práctica físico-deportiva, pero este interés no se traduce en realizar la práctica. Es decir, que las ganas de los jóvenes por hacer deporte existen, más allá de que algunos decidan no practicarlo o no practicar tanto como quisieran.

6. Futuras líneas de investigación:

Tras la lectura y análisis de la literatura científica relevante sobre las razones de abandono deportivo, parece adecuado recomendar no solo que estudie más la temática, sino que mejor. Con esto nos referimos principalmente a que se tomen en cuenta diversos factores que algunos estudios tienen presente y otros no, cuando pueden ser complementarios y enriquecer la investigación para que la misma se encuentre más o menos parcializada según las variables que se tomen o no en cuenta.

Se debería siempre analizar la muestra total, pero también dividirla según variables como edad o nivel de competición ya que las razones para el abandono deportivo pueden variar en demasía según el contexto al que pertenezca el deportista. De esta forma, se podría tratar la problemática del abandono deportivo siguiendo mejores criterios según a la población con la que se quiera trabajar.

Además, parece ser importante que los estudios sobre esta temática presenten en algún momento de la metodología una pregunta abierta, debido a que el abandono deportivo es multifactorial, por lo que no es posible encuadrar los motivos de los deportistas en respuestas predeterminadas o con variables predictivas.

También parece ser necesario que algunas razones se pudieran analizar más a fondo en estudios que se centren en ellas específicamente. Así como se ha logrado asociar la falta de tiempo con el incremento de esfuerzo necesario para los estudios, se carece de una investigación más profunda de que actitudes específicas de los padres, compañeros de equipo o entrenadores ocasionaron que el atleta decida abandonar el deporte.

Por último, es recomendable que futuras investigaciones tengan en cuenta que el abandono deportivo no siempre es definitivo, en referencia tanto a que pueden irse de un deporte mientras se continúa en otros como que pueden volver al deporte luego de un tiempo, para de esta forma no llegar a conclusiones que sobrevaloren la problemática

7. Conclusiones:

Esta revisión ha cumplido su objetivo principal y ha logrado encontrar coincidencias en los motivos más reincidentes en el abandono deportivo en edades tempranas, siendo las más reincidentes el tener otras cosas que hacer y la ausencia de diversión en la práctica físico-deportiva.

En cuanto a los objetivos específicos, respecto al primero se halló gran relevancia para el abandono deportivo debido al entrenador, la familia, los compañeros de equipo, la autoestima, el clima orientado a la tarea, las motivaciones intrínsecas o extrínsecas, el estatus socioeconómico y la demografía.

Para el segundo objetivo específico, se encontraron estudios en que las razones sí variaban según la edad de los atletas. Principalmente, conforme los niños crecen

van encontrando el deporte menos divertido a su vez que tienen que abandonarlos porque el estudio les ocupa cada vez más tiempo.

Respecto al tercer objetivo específico, se concluyó que el nivel de competición también afecta las razones del abandono deportivo. A menos nivel la ausencia de diversión era más importante, pero a mayor nivel la presión y las lesiones cobraban más relevancia.

Para el último objetivo, se encontraron variables que no tenían relación con el abandono deportivo como la edad relativa, el IMC y la salud física/social/psicológica.

8. Referencias bibliográficas:

- Bailey, R., Hillman, C., Arent, S. y Petitpas, A. (2013). Physical activity: An underestimated investment in human capital? *Journal of Physical Activity & Health*, 10(3), 289–308.
- Butcher, J., Lindner, K. J. y Johns, D. P. (2002). Withdrawal from Competitive Youth Sport: A Retrospective Ten-year Study. *Journal of Sport Behavior*, 25(2), 145-163.
- Gardner, L. A., Magee, C. A. y Vella, S. A. (2017). Enjoyment and behavioral intention predict organized youth sport participation and dropout. *Journal of Physical Activity & Health*, 14(11), 861–865.
- Isorna Folgar, M., Juan, F. R. y Rial Boubeta, A. (2013). Variables predictoras del abandono de la práctica físico-deportiva en adolescentes. / Predictor variables of the dropping out of physical sport activity by teenagers. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 23, 93–102.
- Jöesaar, H. y Hein, V. (2011). Psychosocial Determinants of Young Athletes' Continued Participation over Time. *Perceptual & Motor Skills*, 113(1), 51–66.
- Le Bars, H., Gernigon, C. y Ninot, G. (2009). Personal and contextual determinants of elite young athletes' persistence or dropping out over time. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 19(2), 274–285.
- Martinez Baena, A. C., Chillón, P., Martín-Matillas, M., López, I. P., Castillo, R., Zapatera, B., Vicente-Rodríguez, G., Casajús, J. A., Lino Álvarez-Granda, Cerezoa, C. R., Tercedor, P. y Manuel Delgado-Fernández. (2012). Motivos de abandono y no práctica de actividad físico-deportiva en adolescentes españoles: estudio Avena. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 12(1), 45–53.

- Molinero, O., Salguero, A., Tuero, C., Alvarez, E. y Márquez, S. (2006). Dropout Reasons in Young Spanish Athletes: Relationship to Gender, Type of Sport and Level of Competition. *Journal of Sport Behavior*, 29(3), 255–269.
- Moreno, J. M., Martínez Baena, A. C. y Guerrero, J. T. (2012). Motivaciones para la práctica físico-deportiva en adolescentes españoles, al terminar la Educación Secundaria Obligatoria = Motives of practice physical activity and sport in Spanish adolescents at the end of their secondary education. *Electronic Journal of Research in Educational Psychology*, 10(1), 371–396.
- Moulds, K., Abbott, S., Pion, J., Brophy, W. C., Heathcote, M. y Copley, S. (2020). Sink or swim? A survival analysis of sport dropout in Australian youth swimmers. *Scandinavian Journal of Medicine & Science in Sports*, 30(11), 2222–2233.
- Mountjoy, M., Andersen, L. B., Armstrong, N., Biddle, S., Boreham, C., Bedenbeck, H.-P. B., Ekelund, U., Engebretsen, L., Hardman, K., Hills, A. P., Kahlmeier, S., Kriemler, S., Lambert, E., Ljungqvist, A., Matsudo, V., McKay, H., Micheli, L., Pate, R., Riddoch, C., ... van Mechelen, W. (2011). International Olympic Committee consensus statement on the health and fitness of young people through physical activity and sport. *British Journal of Sports Medicine*, 45(11), 839–848.
- Persson, M., Espedalen, L. E., Stefansen, K. y Strandbu, Å. (2020). Opting out of youth sports: how can we understand the social processes involved? *Sport, Education & Society*, 25(7), 842–854.
- Rottensteiner, C., Laakso, L., Pihlaja, T. y Konttinen, N. (2013). Personal Reasons for Withdrawal from Team Sports and the Influence of Significant Others among Youth Athletes. *International Journal of Sports Science & Coaching*, 8(1), 19–32.

Tremblay, M. S., Gray, C. E., Akinroye, K., Harrington, D. M., Katzmarzyk, P. T., Lambert, E. V., Liukkonen, J., Maddison, R., Ocansey, R. T., Onywera, V. O., Prista, A., Reilly, J. J., Rodríguez Martínez, M. del P., Sarmiento Duenas, O. L., Standage, M. y Tomkinson, G. (2014). Physical Activity of Children: A Global Matrix of Grades Comparing 15 Countries. *Journal of Physical Activity & Health*, 11, S113–S125.

Vella, S. A., Cliff, D. P. y Okely, A. D. (2014). Socio-ecological predictors of participation and dropout in organised sports during childhood. *The International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 11, 1-20.