

## Diagnóstico de la concentración de la atención en deportistas de Natación Artística

Diagnosis of attention concentration in Artistic Swimming athletes

Arelys Jiménez Suárez<sup>1\*</sup> <https://orcid.org/0000-0002-0298-3421>

Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez<sup>2\*</sup> <http://orcid.org/0000-0002-7371-7876>

<sup>1</sup>Instituto de Medicina del Deporte, Subdirección de Psicología. La Habana, Cuba.

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

<sup>1\*</sup> Autora para la correspondencia: [arelisjimenez@gmail.com](mailto:arelisjimenez@gmail.com)

### RESUMEN

**Introducción:** la concentración de la atención es una cualidad psicológica que incide en el rendimiento del deportista, resultando una exigencia psicológica para deportes de arte competitivo como la Natación Artística. Sin embargo, los deportistas de la Selección Nacional de Natación Artística de Cuba han presentado dificultades para cumplir con los objetivos trazados, sin que exista un conocimiento del estado actual de esta cualidad en los mismos.

**Objetivo:** evaluar la concentración de la atención en deportistas de la Selección Nacional de Natación Artística de Cuba. **Metodología:** para medir la concentración de la atención se fueron aplicadas en un estudio de tipo descriptivo con un diseño no experimental, a una muestra de 15 deportistas de esta selección las siguientes técnicas: Test de Anillos de Landolt, Test de Toulouse-Pierón, observación, entrevista y la triangulación de la información.

**Resultados:** la investigación demostró un predominio de deportistas con evaluaciones de regular y mal en la concentración de la atención. Los resultados se centran en estas categorías en las que se obtienen las cifras más altas, mientras que en las categorías bien y excelente se alcanzan cifras bajas. **Conclusiones:** el estudio realizado corroboró dificultades en la concentración de la atención en la muestra estudiada.

**Palabras clave:** Atención; concentración de la atención; alto rendimiento; natación artística.

## **ABSTRACT**

**Introduction:** the concentration of attention is a psychological quality that affects the athlete's performance, resulting in a psychological requirement for competitive art sports such as Artistic Swimming. However, the athletes of the National Artistic Swimming Team of Cuba have presented difficulties to meet the objectives set, without any knowledge of the current state of this quality in them. **Objective:** to evaluate the concentration of attention in athletes of the National Artistic Swimming Team of Cuba. **Methodology:** to measure the concentration of attention, the following techniques were applied to a sample of 15 athletes from this selection in a descriptive study with a non-experimental design: Landolt Ring Test, Toulouse-Pierón Test, observation, interview and triangulation of information. **Results:** the research showed a predominance of athletes with fair and poor evaluations in the concentration of attention. The results are focused on these categories in which the highest figures are obtained, while in the good and excellent categories low figures are reached. **Conclusions:** the study carried out corroborated difficulties in the concentration of attention in the studied sample.

**Keywords:** Attention; concentration of attention; high performance; artistic swimming.

Recibido: 3/05/23

Aprobado: 15/06/23

## **INTRODUCCION**

La atención constituye un proceso psicológico importante para el rendimiento en diferentes áreas del desempeño humano. Particularmente en el deporte de alto rendimiento ha sido un proceso altamente estudiado por diversos autores<sup>1-7</sup>, los cuales reconocen el papel del mismo en el rendimiento deportivo, declarándolo como una exigencia psicológica para el éxito en múltiples disciplinas deportivas.

El proceso de atención ha sido definido por varios autores<sup>2,4</sup>. Algunos de los cuales lo han conceptualizado como la orientación selectiva de la conciencia hacia un objeto que tiene determinada significación<sup>5,7</sup>. Otros autores<sup>6,9</sup> refieren que la atención es una actividad mental voluntaria, conscientemente dirigida, la cual guarda una estrecha relación con las sensaciones, percepciones, el pensamiento y la memoria.

En sentido general la mayoría reconoce el carácter voluntario, consciente y selectivo de este

proceso. Así también consideran que entre sus cualidades se encuentra la concentración. Definida por algunos teóricos como la capacidad de mantener la atención focalizada en una tarea u objeto, generando una persistencia concentrada de la atención<sup>9,10</sup>.

Otros<sup>9,10</sup> la definen en términos de la estabilidad, la intensidad y refieren que supone la estabilidad de la orientación de la atención hacia un objeto o estímulo determinado. Señalando que se distingue por la intensidad de la atención la cual indica la fuerza con que un individuo concentra la misma en una actividad, objeto o tarea determinada, haciendo abstracción de todo lo demás.

La mayoría de los autores consultados<sup>7-9</sup> coinciden en la idea que la concentración de la atención tiene dirección y el sujeto es capaz de seleccionar la información según lo requiera, siendo capaz de prescindir del resto.

Para el desarrollo de la investigación se consideró que la concentración de la atención es un proceso que permite la focalización de toda la atención en los aspectos relevantes de una tarea a realizar, consiste en centrar voluntariamente toda la atención de la mente sobre un objetivo, objeto o actividad que se realiza o piensa realizar en ese momento, al dejar de lado toda la serie de hechos u otros objetos que puedan ser capaces de interferir en su consecución o en su atención. Concepto compartido con otros autores<sup>10,11</sup>. En algunos deportes, como los de arte competitivo, la concentración de la atención ha sido considerada como un indicador determinante para el logro del éxito en entrenamientos y competencias. De ahí que, algunos investigadores en estudios realizados en estos deportes, por las características de los mismos, refieren la necesidad de un mayor número de investigaciones sobre el tema<sup>8,11,12,17</sup>.

La natación artística, es precisamente uno de los deportes de arte competitivo para cuyo éxito se exigen altos niveles de concentración de la atención. Es un deporte complejo que combina natación, gimnasia y danza, en el cual los nadadores realizan en el agua una rutina de movimientos elaborados, acompañados de un elemento fundamental que es la música. El mismo demanda un alto nivel de ejecución técnica y alto grado de precisión, para lo cual es necesario mantener altos niveles de concentración de la atención durante toda la ejecución de la técnica<sup>13</sup>.

No obstante el reconocimiento de la importancia que tiene la concentración de la atención para el éxito en este deporte, en la selección nacional de natación artística de Cuba no se cuenta con un diagnóstico de esta cualidad, a pesar de haber presentado dificultades para cumplir con los objetivos trazados.

Según información obtenida, a través de observaciones a entrenamientos y controles, así como en conversaciones sostenidas con atletas y entrenadores del equipo, se conoció que el mismo cuenta con las condiciones necesarias para sus entrenamientos, un complejo de piscinas en buen estado y un colectivo técnico calificado, pero no se concretan los objetivos trazados. Apreciándose dificultades para centrar la atención en las rutinas, las formaciones, en el ritmo de los conteos, las cuales impiden que realicen con efectividad las ejecuciones. Situación que dio origen a la investigación de la cual parte el presente trabajo, que tiene el objetivo de evaluar la concentración de la atención en esta población deportiva.

## **MATERIALES Y MÉTODOS**

Para el desarrollo de la investigación se realizó un estudio de tipo descriptivo con un diseño no experimental<sup>14</sup>. El estudio fue realizado en la etapa de preparación especial, en la que impera como objetivo fundamental de la preparación psicológica la optimización de los procesos y cualidades que constituyen exigencias psicológicas para la práctica de una modalidad deportiva. Momento del macro ciclo de preparación de este deporte en el que la realización de diagnósticos en relación con estas exigencias puede facilitar la propuesta temprana de intervenciones oportunas para optimizar su desempeño.

Se trabajó con una población de 15 integrantes del equipo nacional de natación artística de Cuba. La muestra de tipo intencional, incluyó a deportistas y entrenadores.

La muestra de deportistas la integró la totalidad de la matrícula compuesta por 15 atletas, 2 del sexo masculino y 13 féminas. Caracterizados por presentar un rango de edad entre los 15 y 24 años, con una edad promedio de 17 años. Una experiencia deportiva entre 1 y 8 años, con un promedio de 3 años.

Teniendo como criterio de inclusión que fueran deportistas matriculados en la Escuela Formación de Atletas de Alto Rendimiento (ESFAAR) "Giraldo Córdova Cardín", en el curso 2021-2022 y que formaran parte del equipo nacional de natación artística de Cuba.

La muestra de entrenadores estuvo compuesta por 2 entrenadores. Todos de la selección nacional de natación artística de Cuba. Caracterizados por tener 25 y 28 años de experiencia, licenciados en Cultura Física, con grado académico de Máster en Entrenamiento Deportivo para la Alta Competencia y especialista en natación artística. Postgrados en teoría y metodología del entrenamiento deportivo, dirección del entrenamiento deportivo, curso de caracterización como entrenadora de 1er nivel y de capacidades musicales.

A los mismos se les aplicaron las siguientes técnicas, luego del consentimiento informado, según lo establecen los acuerdos de Helsinki<sup>15</sup>:

Test de Anillos de Landolt: Se aplicó a los atletas con el objetivo de evaluar el estado actual de la concentración de su atención. El test utilizado es una de las variantes de aplicación y análisis del test desarrollada por investigadores del Departamento de Psicología del Deporte del Instituto de Medicina del Deporte de Cuba<sup>16</sup>.

El test mide la capacidad para concentrarse que posee el deportista, a partir del cálculo del índice de la atención. Para ello se le entregó a cada deportista una planilla del test que contiene 1050 anillos ubicados en 35 renglones de 30 anillos cada uno. Los 1050 anillos son de ocho tipos de anillos diferenciados por la posición de la abertura que les caracteriza. Dicha planilla en su parte superior izquierda tiene 8 figuras de anillos con aberturas en diferentes lados, los cuales constituyen los patrones guías. El deportista debe tachar todo aquel anillo que sea igual al anillo patrón guía seleccionado por el investigador.

En este caso se les orientó a los deportistas que tacharan todos aquellos anillos que fueran iguales al anillo patrón guía No. 6 (anillo con una abertura abajo a la derecha). El atleta debía tachar las figuras iguales a esta, trabajando de izquierda a derecha los renglones.

La prueba tiene una duración de cinco minutos; cada un minuto se le avisa al atleta que marque por donde va (/) y siga trabajando hasta el minuto cinco que termina la prueba. En caso de terminar la hoja y no haber consumido los cinco minutos se le indicó que continuaran tachando todos los anillos igual al anillo patrón guía No. 7 (anillo con abertura abajo a la izquierda) hasta que terminara el tiempo de los cinco minutos reglamentado.

Para su calificación se anotan los siguientes indicadores:

CA = Cantidad total de anillos tachados correctamente.

CT = Cantidad total de anillos que existen del que se está evaluando hasta la última marca.

Para calcular el índice de atención (IA) se resuelve la siguiente fórmula:

$$IA = \frac{CA}{CT} (100)$$

Donde:

-59 % o menos = Mal

-del 80 al 89 % = Muy Bien

-del 60 al 69 % = Regular

-del 90 al 100 % = Excelente

-del 70 al 79 % = Bien

Con los resultados de los parciales de cada minuto, se realizó un análisis minuto a minuto. La técnica fue aplicada antes de empezar las sesiones de entrenamiento en la mañana, considerando no interferir en sus horarios y por ser el momento más propicio para aplicar con todas las condiciones creadas, ambiente controlado, buena iluminación, así como se contó con el material necesario.

Observación participante de entrenamientos y competencias: Fueron realizadas un total de 10 observaciones a los deportistas; 8 en entrenamientos y 2 en competencia (controles).

La observación fue realizada de manera participante, es decir, mediante la interacción con los deportistas observados. La misma se realizó con el objetivo de evaluar la concentración de la atención en los atletas estudiados.

Para la evaluación de la concentración de la atención mediante la observación, se tuvieron en cuenta los siguientes indicadores:

- Incidencia de errores en las rutinas.
- Calidad en la ejecución de las acrobacias.
- Habilidad para realizar acciones simultáneamente.
- Cumplimiento de los objetivos.
- Capacidad para mantener el ritmo de conteo.
- Incidencia de olvidos en los movimientos.
- Atención a señales irrelevantes de la tarea.
- Dominio de la coreografía.
- Expresiones faciales.
- Sincronización.

Para la evaluación de dichos indicadores se contó con el apoyo de los entrenadores y fue utilizada la siguiente escala, empleada por otros autores que han investigado el tema<sup>7,18</sup>:

- Excelente: 5 puntos.
- Muy bien: 4 puntos.
- Bien: 3 puntos.
- Regular: 2 puntos.
- Mal: 1 punto.

Entrevista estructurada: fue aplicada a los entrenadores con el objetivo de explorar su conocimiento y valoración sobre la concentración de la atención de sus atletas en entrenamientos y competencias. Estuvo conformada por 8 preguntas.

Índices que evalúa:

-Conocer cuál es el conocimiento que tienen los entrenadores sobre la concentración de la atención.

-Establecer el origen de las dificultades en la atención a partir de su experiencia.

También les fue administrada a los atletas con el objetivo de saber cuál es el conocimiento y valoración que poseen en cuanto a su concentración de la atención, fue elaborada con un total de 16 preguntas.

Índices que evalúa:

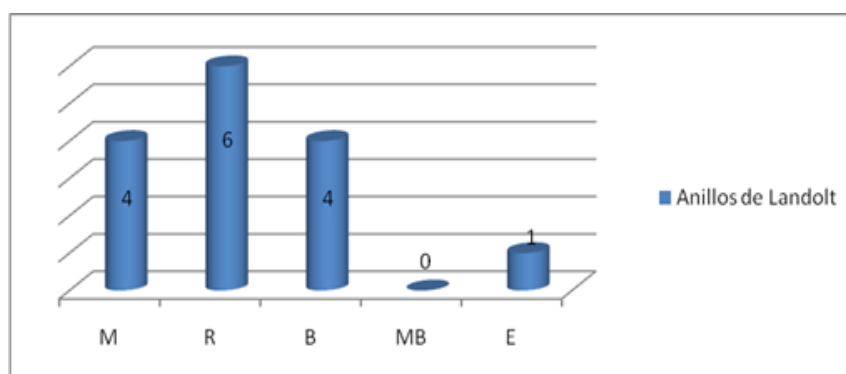
- Conocimientos que tienen sobre la concentración.
- Evaluación del estado de concentración de la atención.
- Conocimiento de recursos de concentración.
- Valoración de la efectividad de los recursos que utilizan.
- Reconocimiento de elementos que afectan la concentración.

Triangulación de la información: se aplicó con el objetivo de integrar los resultados obtenidos de las diferentes técnicas.

Para el procesamiento de la información los datos se recogieron en planillas para luego digitalizarlos en Excel. Como método estadístico-matemático se utilizó la estadística descriptiva, la distribución empírica de frecuencias absolutas y relativas, con su correspondiente cálculo porcentual y los estadígrafos de la mediana.

## RESULTADOS

En la Figura 1 aparecen reflejados los datos cuantitativos sobre el estado de la concentración de la atención, según los resultados del Test Anillos de Landolt:



**Figura 1.** Resultados del Test Anillos de Landolt.

Los resultados muestran que en el índice de concentración predomina la categoría regular con un 6 % de los deportistas evaluados, los cuales alcanzaron entre 64 y 66 puntos:

En segundo lugar aparecen las categorías mal y bien que mantienen iguales porcentos (4 %), dada la puntuación obtenida por los atletas. En la categoría mal están entre 42 y 47 puntos y en bien entre 73 y 79 puntos:

En tercer lugar la categoría de excelente con un 1%, respondiendo a la puntuación de 91.

Cabe destacar que en el índice de concentración ningún atleta obtuvo evaluaciones de muy bien.

La Figura 2 muestra los resultados del Test Anillos de Landolt minuto a minuto:

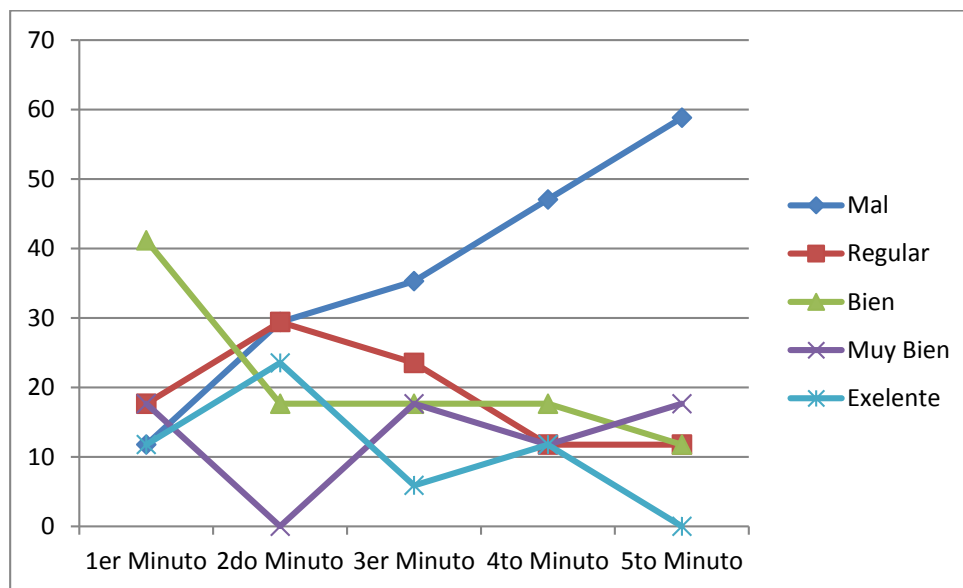


Figura 2. Resultados del Test Anillos de Landolt minuto a minuto.

Al analizar la mediana minuto a minuto se obtuvo que en el índice atencional el minuto de mayor concentración de la atención fue el 1ro con evaluación de bien 41 %, durante el 2do y 3er minuto el nivel de concentración comenzó a descender paulatinamente, se incrementan las cifras de regular y mal, mientras que los minutos de más baja concentración de la atención fueron el 4to y 5to (en ese orden), donde predominan evaluaciones de mal con 47 % y 59 %.

En la valoración cualitativa se encontró que al comienzo de la prueba el resultado fue bien, se puede apreciar que existe una disminución de la concentración de la atención de forma consecutiva, a partir del 2do minuto al 5to en orden ascendente, se elevan las cifras de mal y regular respectivamente, al mismo tiempo que disminuyen las categorías bien y muy bien, finalmente en el 5to minuto se observa como no se evaluó a ningún atleta de excelente.

Estos resultados denotan la disminución de las capacidades atencionales de los atletas en la medida que avanza el tiempo y dificultades en la resolución de la tarea.

El análisis de la observación permitió constatar un predominio de indicadores evaluados de regular. No se evaluó ningún indicador de muy bien o de excelente.



La estadística descriptiva de las observaciones diagnósticas evaluadas indicador por indicador, arrojó que para la incidencia de errores en las rutinas un promedio de 50 % de los observadores la evalúa regular, seguido de 37 % bien y 12 % mal. La calidad en la ejecución de las acrobacias obtuvo un 62.5 % valorado de regular, 25 % mal y 12.5 % de bien.

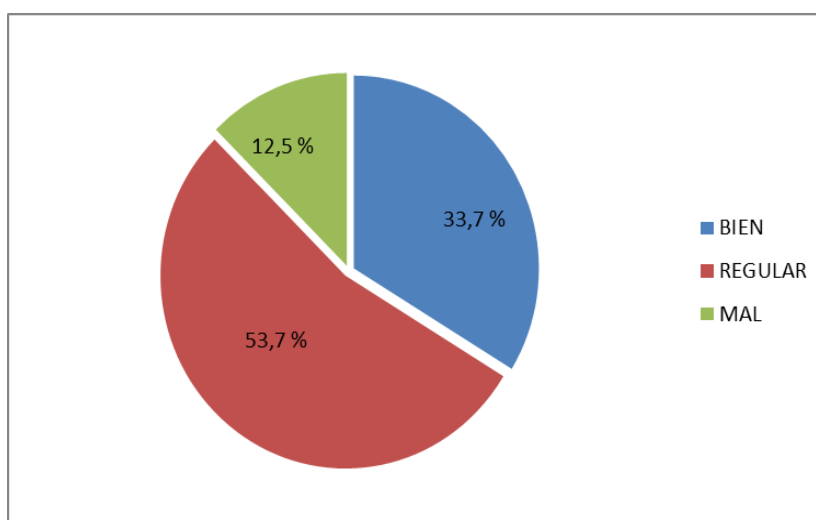
La habilidad para realizar acciones simultáneamente mostró que en un 50 % se valoró de regular 37.5 % de bien y 12.5 % de mal. El cumplimiento de los objetivos muestra la mayor cifra en la categoría bien para un 62.5 %, en segundo lugar 25 % evaluado de regular y mal con 12.5 %.

Otro indicador es la capacidad para mantener el ritmo de conteo el cual evidencia un predominio de regular para un 87.5 %, en las valoraciones de bien se obtuvo 12.5 %. No se aprecian evaluaciones de mal en este indicador. La incidencia de olvidos en los movimientos muestra el mayor número de valoraciones de regular para un 50 %, seguido de 37.5 % y en menor medida con 12.5 % la categoría mal.

La atención a señales irrelevantes de la tarea evidencia un 62.5 % de valoraciones de bien, le sigue 37.5 % de regular, en este indicador no se obtuvo valoración de mal. Al analizar el dominio de la coreografía se aprecian resultados similares en las categorías de bien y regular para un 50 %, no se evidencian resultados en la categoría mal.

Los indicadores expresiones faciales y la sincronización mostraron resultados similares donde las cifras superiores se alcanzan en la categoría regular con 62.5 %, en segundo lugar la categoría mal con un 25 % y el 12.5 % se evalúa de mal.

La Figura 3 muestra la evaluación general de los indicadores de la observación:



**Figura 3.** Evaluación general de los indicadores.

En sentido general se puede observar que para todos los indicadores evaluados predomina la categoría regular con un 53.7 %, seguido de la categoría bien con 33.7 %, las cifras más bajas se obtuvieron en las evaluaciones de mal con 12.5 %.

Señalar que en los entrenamientos del equipo libre (es donde los deportistas tienen que entrenar elementos técnicos de mayor dificultad) se obtuvo en todos los indicadores evaluaciones de regular y mal, estos tipos de situaciones implican mayor rigor y dificultad, tanto por la exigencia como por los atletas al sentirse evaluados, generando nerviosismo y ansiedad pudiéndose observar que los atletas se mostraban temblorosos, con respiraciones aceleradas, aplazaban los momentos de sus ejecuciones, sudoración de las manos.

En la entrevista se encontró que el 7 % de los atletas no aceptan que presentan dificultades al concentrarse y el 8 % alegan que tienen problemas. La totalidad de los deportistas identifican los entrenamientos y controles como los momentos de mayor afectación, en este sentido hacen alusión a que se equivocan con frecuencia, por lo que deben realizar muchas repeticiones, al señalar los errores se interrumpe la actividad y tienen que volver a empezar, así como el estado de ánimo tiende a estar bajo debido a las valoraciones negativas sobre el desempeño.

En las conversaciones con los atletas se refirieron indicadores de falta de concentración a partir de los cuales se puede inferir la presencia de dificultades en este proceso. En la Tabla I se muestran los indicadores de falta de concentración.

**Tabla I.** Indicadores de falta de concentración.

Indicadores	Cantidad de deportistas	Porcentaje que representa
Pensamientos ajenos a la práctica deportiva.	7	46.6
Olvidos de indicaciones dadas recientemente.	4	26.6
Persistencia de errores.	12	80
Calidad de las rutinas.	7	46.6
Nerviosismo ante los controles y competencias.	4	26.6
No prestar atención cuando se les habla.	5	33.3
No centrarse en los objetivos o tareas que deben realizar.	4	26.6

El indicador persistencia de errores mostró resultados superiores al resto, coincidiendo en tres el valor de la media los olvidos de indicaciones dadas recientemente, nerviosismo ante los controles y competencias y no centrarse en los objetivos o tareas que deben realizar. Dos de los indicadores reflejan concordancia en los valores de la media los pensamientos ajenos a la práctica deportiva y calidad de las rutinas.

Las respuestas referentes a los recursos que emplean para centrar la atención coinciden, se asocian al manejo del pensamiento, el diálogo interno y la visualización de lo que quieren hacer. En relación a la efectividad de los mismos, se obtuvo que para el 100 % de los deportistas es efectivo.

Al explorar que valoración tenían en cuanto a las formas en que pueden mejorar su concentración se encontró que un 11 % de los entrevistados refieren ideas vinculadas al manejo del pensamiento, entre ellas se destacan, la disposición para pensar las cosas bien antes de hacerlas, prestar una mayor atención, pensar siempre en positivo, pensar en los objetivos que se quieren lograr, no preocuparse mucho por las cosas, prestar mayor atención a las orientaciones del entrenador.

En la entrevista el 100 % de los entrenadores, expresa conocer que es la concentración de la atención, refiriendo criterios como: es un proceso de la esfera cognitiva, importante para este deporte, en el que hay que tener en cuenta muchos elementos (música, conteo).

El 100 % lo identifican como una variable que incide en el rendimiento de sus atletas tanto en entrenamientos como en competencias, argumentando que afecta la calidad de la ejecución de las rutinas, el ritmo, la coordinación, el cumplimiento de las orientaciones del entrenador, por lo que se ven obligados en ocasiones a repetir las explicaciones e interrumpir sesiones de entrenamiento y en las competencias se afecta el resultado final.

Para el 100 % de los entrenadores las dificultades en la atención están dadas por razones como: se inician en este deporte en edad juvenil, cuando debieran iniciarse en edades más tempranas, el coeficiente de inteligencia (no les permite captar bien), el temperamento, la motivación, no se centran en lo que tienen que hacer, en los movimientos que les toca.

Dentro de los elementos que consideran que afectan la concentración se encuentran que se equivocan o cambian los movimientos de piernas, los brazos, el desplazamiento, fuerza del movimiento, la expresión, la formación, están más atentas a sus compañeras que a su propia ejecución.

Para mejorar la atención emplean como métodos la repetición de los movimientos en el agua o en tierra hasta que lo hagan bien.

## **DISCUSIÓN**

Los resultados encontrados permiten inferir que existen dificultades en la concentración de la atención en los deportistas de la Selección Nacional de Natación Artística de Cuba. Se evidencia además que los atletas y entrenadores le confieren un nivel de significación alto para esta disciplina, reconocen que funciona de manera inadecuada e incide negativamente en su desempeño deportivo. El indicador con mayor nivel de reconocimiento es la persistencia de errores, pudiéndose apreciar en la mayoría de los atletas, estos elementos están en correspondencia con los criterios referidos por los entrenadores y fueron constatados durante las observaciones en condiciones de entrenamiento y en competición, además en la realización del test de atención. Similares hallazgos se han encontrado en investigaciones realizadas en atletas venezolanos de gimnasia artística<sup>17</sup>, en atletas cubanos de gimnasia rítmica<sup>12</sup> y de boxeo de la categoría escolar<sup>1,18</sup>. En los que se ha indicado el necesario control del estado de este proceso y la importancia de entrenar al deportista en recursos para su buen desarrollo.

A partir de los resultados obtenidos en esta investigación se impone la necesaria elaboración de una propuesta de acciones de intervención psicológica que posibiliten el entrenamiento de la concentración de la atención en esta población deportiva, las cuales serán de utilidad tanto para el entrenador como un complemento en su metodología de trabajo, como para el sistema de herramientas psicológicas a emplear por los deportistas.

Son múltiples los estudios<sup>1,17,18,19</sup> que encuentran las intervenciones psicológicas como vía para el tratamiento de diferentes aspectos, constatando diferencias entre el antes y el después de la intervención en el fenómeno evaluado. Algunos de ellos<sup>1,17,18,19</sup> han validado su pertinencia para mejorar la concentración de la atención, comprobando que con la aplicación de un programa de intervención psicológica, en el que se incluyen sesiones de visualización y relajación durante un periodo de tiempo establecido y con una determinada metodología se favorece el desarrollo de esta cualidad.

## **CONCLUSIONES**

El estudio realizado permite constatar un predominio de atletas con evaluaciones de regular y mal en la concentración de la atención. Por lo que se concluye que los atletas estudiados presentan dificultades en este proceso, siendo valorada esta información como punto de partida para la necesaria elaboración de un programa de intervención orientado a la mejoría del mismo, teniendo en cuenta la incidencia que puede tener esta situación en el resultado deportivo de los atletas investigados.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- 1-Soler Y, Cañizares M, Suárez MC. Estudio comparativo de la concentración de la atención en boxeadores, antes y después de la intervención psicológica. PODIUM .2022; (17)3.
- 2-Tamayo J, Cañizares M. Un acercamiento a la concentración de la atención en el deporte desde la teoría. Revista Olimpia. 2021;(18)4:  
<http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/429/4292570010/index.html>
- 3-Suárez MC, Soler Y, Cañizares M. Intervención de la concentración de la atención en el deporte. Su aplicación en el Boxeo. Amazon. 2018.1-172.
- 4-Fernández S. Psicología en el Deporte: Teorías, metodologías y técnicas. 2020.
- 5-Blanco AA, López SA. Estrategia de intervención para la concentración de la atención en esgrimistas. Revista Olimpia. 2020;(17), 207:12-21.  
[https://redib.org/Record/oai\\_articulo2902412](https://redib.org/Record/oai_articulo2902412)
- 6-Del Monte LM. La concentración de la atención en entrenamiento de altura. Experiencias en su diagnóstico e intervención. IMD. 2017; 2(3):2-18.  
<https://revmedep.sld.cu/index.php/medep/article/view/97/99>
- 7-Pérez ML, Cañizares M, Fleitas D'Amico A. Estudio sobre la concentración de la atención en atletas escolares de gimnasia .PODIUM. 2018;13(3): 202-212.  
<http://scielo.sld.cu/pdf/rpp/v13n3/1996-2452-rpp-13-03-202.pdf>
- 8-Ponce PM. La concentración de la atención y la efectividad del tiro libre del baloncesto senior femenino. Invest Biomed. 2018;37(4):1-8.  
<https://www.medigraphic.com/pdfs/revcubinvbio/cib-2018/cib184p.pdf>
- 9-Cañizares M, Soler Y, Domínguez J, Suárez MC. Los factores que afectan la concentración de la atención en atletas de boxeo en situaciones de combate. PODIUM. 2020;15(1):5-21 [http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1996-24522020000100005#:~:text=Como%20conclusiones%20se%20aprecia%20que,acciones%20de%20intervenci%C3%B3n%20psicol%C3%B3gica%20para](http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1996-24522020000100005#:~:text=Como%20conclusiones%20se%20aprecia%20que,acciones%20de%20intervenci%C3%B3n%20psicol%C3%B3gica%20para)
- 10-Corrales L, Rodríguez AO, González A. Estrategia psicopedagógica para mejorar la atención en atletas de tiro deportivo. Olimpia. 2018;(4):1-9  
<http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/429/4292570009/index.html>
- 11-Pérez, ML, Fleitas I, Cañizares M. Alternativa metodológica dirigida al tratamiento de la concentración de la atención, como vía para el perfeccionamiento de la técnica corporal en la Gimnasia Rítmica. Arrancada. 2021;21(38):177-195  
<https://revistarrancada.cujae.edu.cu/index.php/arrancada/article/view/362>

- 12-Simón AD, Batista A, Bacallao IM, Brito E, Prado Y, Hernández L. Programa Integral de Preparación del Deportista. Nado Sincronizado. Academia. 2007:1-144.  
<https://www.academia.edu/10101275/PPD>
- 13-Hernández R, Fernández C, Baptista M P. Metodología de la Investigación, 6ta ed. México D.F. (2014). <https://www.uca.ac.cr/wp-content/uploads/2017/10/Investigacion.pdf>
- 14-Helsinki. <https://icmer.org/wp-content/uploads/2019/Etica/declarac>
- 15-Landolt E. Test de Landolt. [Consultado: 2023, febrero 5] Disponible en:  
[https://es.wikipedia.org/wiki/Test\\_de\\_Landolt](https://es.wikipedia.org/wiki/Test_de_Landolt)
- 16-Sarmiento T. Programa de intervención psicológica para el entrenamiento del foco de atención de atletas de la selección venezolana de gimnasia artística femenina. [tesis]. UCCFD “Manuel Fajardo”: Caracas; 2011.  
<https://www.monografias.com/trabajos88/programa-entrenamiento-del-foco-atencion/programa-entrenamiento-del-foco-atencion>
- 17-Soler Y. Acciones de intervención psicológica para la concentración de la atención en boxeadores de la categoría 15 -16 años de la EIDE “Mártires de Barbados” de La Habana. [tesis]. UCCFD “Manuel Fajardo”: La Habana; 2016.  
<https://podium.upr.edu.cu/index.php/podium/article/view/1329/pdf>
- 18-Del Monte LM. Intervención psicológica de la concentración de la atención en el judo. EFDeportes. 2016;159. <https://www.efdeportes.com/efd159/la-concentracion-de-la-atencion-en-el-judo.htm>

**Declaración de autoría:**

Marisol de la Caridad Suárez Rodríguez: Idea original, análisis de los datos; revisión y corrección del artículo.

Arelys Jiménez Suárez: Recogida, procesamiento y análisis de los datos; elaboración del artículo.

**Declaración de conflictos de interés:**

Los autores declaran no tener ningún conflicto de interés.