



# Aspectos Psicológicos considerados en Deportistas de Boccia: Una revisión sistemática

## Psychological Aspects Considered in Boccia Athletes: A Systematic Review

### Aspectos Psicológicos Considerados em Atletas de Boccia: Uma Revisão Sistemática

Olmos-González, Francisco J.<sup>1</sup>; Chavarría-Sepúlveda, Nicolás<sup>2</sup>; Seguel-Peyrin, Diego<sup>3</sup> & Campos-Campos, Kevin I.<sup>4</sup>

Olmos-González, F., Chavarría-Sepúlveda, N., Seguel-Peyrin, D., & Campos-Campos, K. (2025). Aspectos Psicológicos considerados en Deportistas de Boccia: Una revisión sistemática. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 26(1), 92-106. <http://doi.org/10.29035/rcaf.26.1.8>

#### RESUMEN

El objetivo de la investigación fue describir la evidencia científica publicada entre los periodos 2011-2021 sobre los aspectos psicológicos investigados en paratletas de Boccia. Se realizó una revisión sistemática siguiendo las directrices del método PRISMA, donde se revisaron bases de datos bibliográficas del período 2011 – 2021 en PubMed, Scielo, Scopus, Science Direct y Web of Sciences que abordaran tópicos relacionados al área psicológica en deportistas paralímpicos de Boccias. Se observó que los estudios y/o publicaciones relacionadas al área psicológica de atletas de Boccias paralímpicas es muy acotada y abarca diferentes temas, tales como: estado mental pre – post competitivo, características psicológicas de atletas BC-1; BC-2; BC-3 y BC-4, influencia de la Boccia en la autoestima y visualización mental. La literatura destaca la importancia de la identidad deportiva, el control emocional, la visualización mental y el control del estado de ánimo como componentes críticos en el rendimiento de los paratletas de esta modalidad deportiva. Sin embargo, las publicaciones en el área son muy acotadas, por lo que todavía es un campo de investigación poco explorado y necesario de abordar para determinar la influencia en los deportistas según su categoría y en un futuro diseñar planes de intervención orientados a las diferentes características de los atletas, pues la variedad clínica de los bochófilos es amplia y cada categoría de juego tiene implicancias específicas.

**Palabras clave:** Boccia; Discapacidad Física; Parálisis Cerebral; Paratletas; Psicología.

<sup>1</sup> Universidad Autónoma de Chile, Facultad de Ciencias de la Salud, Chile. <https://orcid.org/0000-0003-4318-8480>, [francisco.olmos@uautonoma.cl](mailto:francisco.olmos@uautonoma.cl).

<sup>2</sup> Universidad San Sebastián, Chile. <https://orcid.org/0000-0001-9185-9651>, [chava\\_sepulveda@hotmail.cl](mailto:chava_sepulveda@hotmail.cl).

<sup>3</sup> Universidad San Sebastián, Chile. <https://orcid.org/0000-0002-0136-4098>, [ddseguelp@gmail.com](mailto:ddseguelp@gmail.com).

<sup>4</sup> Universidad Adventista de Chile, Departamento de posgrado, Chile. <https://orcid.org/0000-0001-5059-4191>, [kevincampos@unach.cl](mailto:kevincampos@unach.cl).



## ABSTRACT

The objective of the research was to describe the scientific evidence published between the periods 2011-2021 on the psychological aspects investigated in Boccia parathletes. A systematic review was conducted following the PRISMA method guidelines, reviewing bibliographic databases from the period 2011-2021, including PubMed, Scielo, Scopus, Science Direct, and Web of Science, focusing on topics related to the psychological domain in Boccia Paralympic athletes. It was observed that studies and/or publications addressing psychological aspects in Boccia para-athletes are very limited and cover various themes, such as: pre- and post-competition mental state, psychological characteristics of athletes in BC-1, BC-2, BC-3, and BC-4 categories, the influence of Boccia on self-esteem, and mental imagery. The literature highlights the importance of athletic identity, emotional regulation, mental imagery, and mood control as critical components in the performance of athletes in this sport. However, publications in this area are scarce, making it a still underexplored field of research that needs further study to determine the influence on athletes according to their classification and, in the future, to design intervention plans tailored to the different characteristics of the athletes, since the clinical diversity among Boccia players is broad and each playing category has specific implications.

**Key words:** Boccia; Physical Disability; Cerebral Palsy; Parathletes; Psychology.

## RESUMO

O objetivo da pesquisa foi descrever as evidências científicas publicadas entre os anos de 2011 e 2021 sobre os aspectos psicológicos investigados em paratletas de Bocha. Foi realizada uma revisão sistemática seguindo as diretrizes do método PRISMA, com a análise de bases de dados bibliográficas no período de 2011 a 2021 nas plataformas PubMed, Scielo, Scopus, Science Direct e Web of Science, buscando tópicos relacionados à área psicológica em atletas paralímpicos de Bocha. Observou-se que os estudos e/ou publicações relacionadas à área psicológica de atletas paralímpicos de Bocha são bastante limitados e abordam diferentes temas, tais como: estado mental pré e pós-competição, características psicológicas de atletas das classes BC-1, BC-2, BC-3 e BC-4, influência da Bocha na autoestima e visualização mental. A literatura destaca a importância da identidade esportiva, do controle emocional, da visualização mental e do controle do humor como componentes críticos no desempenho dos paratletas dessa modalidade. No entanto, as publicações na área são escassas, tornando esse ainda um campo de investigação pouco explorado e que necessita de mais estudos para determinar a influência nos atletas conforme sua categoria, além de permitir, no futuro, a elaboração de planos de intervenção voltados às diferentes características dos atletas, visto que a variedade clínica dos bochófilos é ampla e cada categoria de jogo apresenta implicações específicas.

**Palavras chave:** Boccia; Deficiência Física; Paralisia cerebral; Paratletas; Psicologia.

## INTRODUCCIÓN

La Boccia es uno de los dos deportes paralímpicos (junto al goalball) que no tienen un equivalente olímpico. Es destinado a personas con parálisis cerebral y discapacidades físicas severas, integrando la rama paralímpica desde Barcelona 1992 (International Paralympic Committee, 2019). El juego consiste en aproximar unas bolas de cuero de color rojo y azul a una bola blanca que es el objetivo (bola diana, balón o bochín) mientras intentan alejar las de los rivales. Cada bola tiene un peso de  $275 \pm 12$  gramos y un diámetro que fluctúa entre  $270 \pm 8$  milímetros. El campo de juego es un rectángulo de 12,5 x 6 metros, siendo el área de juego válida 10 x 6 metros (la bola blanca debe sobrepasar la línea V) (World Boccia, 2018). Este deporte puede ser practicado por mujeres y hombres, existiendo siete categorías de juego: Individual BC-1 / BC-2/ BC-3 y BC-4; Parejas BC-3; Parejas BC-4 y Equipos BC-1-BC-2. En la actualidad la Federación Deportiva Internacional de Boccia (BISfed) está impulsando categorías individuales por separado entre mujeres y varones (BISfed, 2021).

Dependiendo de las características clínicas y funcionales de los paratletas, estos pueden propulsar la Boccia con la mano, el pie o utilizando una canaleta o rampa, puntero cefálico, puntero bucal, puntero manual, entre otras adaptaciones permitidas por la BISfed (2021). Las categorías de juego BC-1 y BC-3 pueden ser ayudados por un asistente de juego, el cual no puede hablar con el deportista.

Desde el punto de vista deportivo la Boccia es una disciplina que implica varias habilidades y destrezas: control postural, coordinación motora y visomotriz, procesamiento cognitivo, integración sensorial y habilidades psicológicas específicas para soportar la presión de un partido y competencia (Diez & Cano de la Cuerda, 2012, Correa et al., 2021).

Cómo plantean Segura et al. (2016) la psicología del deporte ayuda a preparar a las personas con discapacidad, tanto para mejorar su rendimiento como otros aspectos relacionados con su educación, salud y bienestar y aporta conocimientos que pueden transferirse a otras situaciones.

El deportista bochófilo paralímpico no solo debe superar la presión de la competencia, sino que además debe vencer las limitaciones funcionales dadas por su condición de discapacidad, lo que en algunos casos puede otorgar mayor presión psicológica en una competencia. Un ejemplo de lo anterior es el aumento de los movimientos distónicos de un atleta con parálisis cerebral tipo coreoatetosis cuando enfrenta un partido decisivo para avanzar a semifinales o finales, o, cuando debe remontar un marcador adverso. En estos casos el entrenamiento psicológico es determinante (Olmos, 2015).

Otros elementos psicológicos importantes en el atleta de Boccia es la motivación y la relación con el entrenador. La literatura al respecto es clara en señalar que una buena motivación (intrínseca o extrínseca) más una relación de confianza, empatía, transparente y con metas claras influirá positivamente en el rendimiento del atleta (Brandao, 2004).

El entrenamiento integral del deportista de Boccia paralímpica no debe abocarse exclusivamente al área física y deportiva. El área psicológica jugará un papel fundamental entre conseguir una medalla o quedar en el camino competitivo hacia ella. La fortaleza volitiva, sentido de autoeficacia, control interno v/s control externo, manejo del estrés y presión, son elementos importantes a considerar en el trabajo del atleta bochófilo, permitiendo un mejor manejo a la frustración en caso de no cumplir los objetivos o metas fijadas previa a la competencia (Rey, 1985; Bakker, 1993; Hiram & Valdés, 1996; Cauas, 2007).

Si bien investigaciones anteriores han destacado los beneficios psicológicos de la práctica deportiva en personas con discapacidad (DePauw y Gavron, 2005; Gaskin et al., 2009; Goodley y Lawthom, 2006; Hanrahan, 2007; Martin, 2005), es necesario considerar futuras investigaciones (Dinomais et al., 2010), para comprender en profundidad las características específicas del deporte y su influencia en la preparación de los paratletas de acuerdo a las clases deportivas de cada modalidad (Santos et al., 2023).

Por lo tanto, es importante investigar la literatura existente relacionada con la Boccia paralímpica y los factores psicológicos para comprender mejor los distintos perfiles de los atletas. Esto permitirá identificar qué factores psicológicos y modalidades de entrenamiento pueden ser más beneficiosos para los entrenadores que trabajan en esta disciplina deportiva paralímpica a nivel competitivo y de alto rendimiento. Además, la investigación adquiere una relevancia significativa al considerar los avances logrados por el equipo paralímpico chileno, evidenciados por el incremento en la participación de paratletas y la obtención de medallas en los Juegos Paralímpicos durante los últimos años (Andrade et al., 2023).

Por lo anterior, el objetivo de esta revisión sistemática es describir la evidencia científica publicada entre los periodos 2011-2021 sobre los aspectos psicológicos investigados en paratletas de Boccia.

## MÉTODOS

### *Tipo de estudio*

El presente estudio, corresponde a una revisión bibliográfica de tipología sistemática, la cual tiene como finalidad recopilar de forma objetiva y siguiendo pasos estructurados los resultados de los estudios empíricos sobre un determinado tema (Meca, 2010).

Para el análisis y posterior filtro de los datos recopilados, se utilizó la metodología PRISMA, la cual fue publicada en julio del año 2009, con la finalidad de “contribuir a mejorar la calidad y transparencia de la publicación de revisión sistemática”. Está conformada por 27 ítems, los cuales agrupa 7 dominios (título, resumen, introducción, método, resultados, discusión y financiamiento) (Moraga & Cartes-Velásquez, 2015).

De acuerdo a las herramientas que entrega esta metodología, se encuentra la etapa del proceso entre los registros o las referencias bibliográficas (resultado de aplicar las estrategias de búsqueda electrónica en las bases bibliográficas), los artículos a texto completo (artículos que deben obtenerse a texto completo para decidir con seguridad acerca de su elegibilidad o no) y los estudios individuales (estudios que cumplen los criterios de elegibilidad de la revisión y que pueden corresponderse con una o más publicaciones o artículos) (Moher et al., 2009; Urrutia & Bonfill, 2010).

### *Fuentes de datos y operación de búsqueda*

Se realizó una búsqueda de literatura en bases de datos de carácter científico, publicados en idioma, inglés, español y portugués, entre los años 2011 y 2021. La búsqueda se ejecutó hasta el mes de agosto, del año 2021, siendo utilizadas las siguientes bases de datos electrónicas: Web of Science, SCOPUS, Pubmed, Scielo y Science Direct. El motivo por el cual fueron seleccionadas estas bases de datos, fue por su conocido valor científico a nivel internacional y seriedad en sus procesos de publicación.

Los operadores de búsqueda generados para esta investigación, fueron: (Boccia\*OR Boccia Athletes OR disabled people) AND (Self steem\* OR volition\* OR mental state OR mental visualization) (estado anímico\* OR características psicológicas\*).

#### *Criterios de inclusión*

Fueron seleccionados aquellos artículos que cumplieron con los criterios de inclusión de acuerdo a la estrategia PICOS que corresponde al acrónimo en inglés de *Population, Intervention, Comparison, Outcomes, Study*. De los artículos encontrados, solo eran seleccionados para la investigación, aquellos que presentaran como población de estudio a atletas de Boccia, ya sea de alto rendimiento o amateur, clasificados como “personas con discapacidad” y que en sus resultados se hablara de los aspectos psicológicos o motivacionales que se involucraban previo, durante o después de esta práctica. Los artículos que fueron considerados no atingentes, no cumplían con los parámetros establecidos previamente.

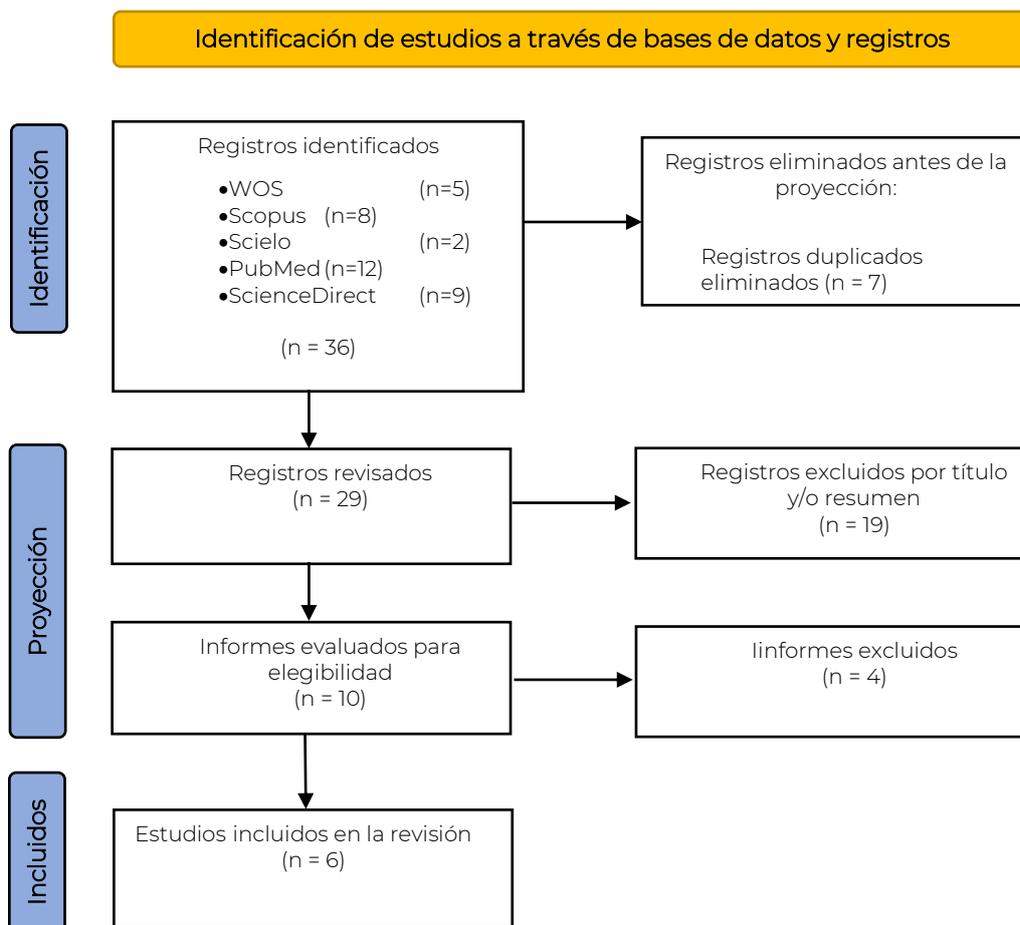
#### *Recolección de datos*

Para el proceso de recolección y posterior selección de datos, se contó con tres revisores (FOG, DSP, NCS), los cuales analizaron de manera individual e independiente, los estudios presentes en las plataformas virtuales, a través del gestor de referencias Mendeley®, en su versión 1.19.8, para Windows; utilizando los operadores de búsqueda mencionados anteriormente. Además, se integró a un cuarto evaluador (KCC), con el afán de disminuir el sesgo del análisis y su margen de error. Una vez obtenidos los artículos, se dio paso al desarrollo de la metodología PRISMA, por lo que se eliminaron los textos duplicados, se seleccionaron a través de revisión de título y resumen los que fueran atingentes a la investigación y posteriormente se dio paso a la revisión de artículos a través de lectura completa, en donde se aplicaban los criterios de inclusión y exclusión definidos previamente.

## RESULTADOS

La búsqueda arrojó un total de 36 artículos; de los cuales, se descartaron 7 por estar duplicados; 19 incluían algún criterio de exclusión en el título; y otros 4 por tener un criterio de exclusión predeterminado. En total se seleccionaron 6 estudios para su análisis. (Figura 1).

Figura 1  
Flujograma PRISMA.



Fuente: *Elaboración propia siguiendo las directrices para diagramas de flujo propuesto por Page et al. (2020) para revisiones sistemáticas*

Los resultados de la revisión sistemática revelan variaciones en los aspectos psicológicos de los deportistas de Boccia según su clasificación, lo que puede influir en su rendimiento (ver Tabla 1). Correa et al. (2021) destacan que los atletas de las categorías BC-2 y BC-4 tienen buenos resultados en control del estrés, motivación y cohesión de equipo, mientras que los de BC-1 y BC-3 necesitan más entrenamiento mental, especialmente en evaluación del rendimiento. Asimismo, Koper et al. (2020) subrayaron la importancia de la identidad atlética para el desempeño, aunque no se pudieron precisar otras variables psicológicas influyentes debido a las limitaciones del estudio. Łosień et al. (2018) demostraron que practicar deportes mejora la autoestima y la capacidad para enfrentar problemas, destacando el impacto terapéutico de la Boccia. Por su parte, Fuentes et al. (2014) informaron que los deportistas experimentan altos niveles de tensión, vigor y cólera antes de competir, y fatiga y depresión después, sin diferencias significativas por género. De la Vega et al.

(2013), encontraron que los paratletas mantienen un buen estado de ánimo antes de competir, incluso asociando ciertos niveles de fatiga con mejor rendimiento. Finalmente, Anacleto et al. (2012) señalaron que la visualización mental es más frecuente en competencias que en entrenamientos, predominando la perspectiva interna. Estos hallazgos indican la necesidad de enfoques personalizados de entrenamiento mental debido a la diversidad en las características y modalidades de los deportistas.

**Tabla 1**

*Resumen de estudios seleccionados.*

| Autor                | Muestra              | Objetivo  | Metodología   | Variables  | Resultados  | Limitaciones   |
|----------------------|----------------------|---|---|--|---|--|
| Correa et al. (2021) | 21 atletas           | Evaluar las características psicológicas de los atletas paralímpicos Boccia Chile de acuerdo a su clasificación deportiva   | Estudio descriptivo donde se aplicó el Cuestionario de características psicológicas relacionadas al rendimiento deportivo (CPRD)                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Control del Estrés</li> <li>• Influencia de la evaluación del rendimiento</li> <li>• Motivación</li> <li>• Habilidad Mental</li> <li>• Cohesión en Equipo.</li> </ul>                                     | Los atletas BC-2 y BC-4 obtuvieron resultados sobre la categoría aceptable en todas sus escalas, lo que indica que tienen características psicológicas acordes a un deportista de élite. Las categorías BC-1 y BC-3 requieren entrenamientos mentales adicionales con énfasis en las dimensiones de influencia del rendimiento.                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Muestra reducida de atletas por clasificación deportiva, lo que impide extrapolar los resultados encontrados.</li> <li>• Escasa literatura respecto a las variables psicológicas en atletas de Boccia de distintas clasificaciones deportivas</li> </ul>  |
| Koper et al. (2020)  | 109 atletas          | Analizar la relación entre el resultado deportivo y el estado mental previo a la competición.                               | Aplicación de las escalas AIMS, SES, SSA, AMS, STAI y STPQ. Los datos fueron analizados con software STATISTICA 13.0.                                 | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Identidad atlética</li> <li>• Autoestima</li> <li>• Autoeficacia para el deporte</li> <li>• Esperanza de éxito</li> <li>• Miedo al fracaso</li> <li>• Ansiedad</li> <li>• Expectativa de éxito</li> </ul> | No se pudo identificar las variables psicológicas que contribuyen al rendimiento deportivo de los atletas de Boccia. El tipo y nivel de discapacidad debe tenerse en cuenta al diseñarse intervenciones psicológicas orientadas a la competición. La variable "identidad atlética" tiene un impacto positivo en el rendimiento de deportistas con discapacidad. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se utilizó una encuesta de un solo cuestionario, que siempre plantea un riesgo de falsificación de resultados debido a una tendencia a responder de forma unidireccional.</li> <li>• Los resultados se basaron en una encuesta transversal; por lo tanto, no se pudieron inferir relaciones causales entre las variables.</li> <li>• El pequeño tamaño de la muestra no permite extrapolar los resultados.</li> </ul> |
| Łosień et al. (2018) | 30 atletas de Boccia | Determinar si el deporte Boccia mejora la autoestima y la capacidad de enfrentar los problemas cotidianos de los jugadores. | Se aplicó una encuesta de 27 preguntas (25 preguntas cerradas y 2 preguntas abiertas). El estudio se desarrolló utilizando el software Statistica 12. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Autoestima</li> <li>• Capacidades funcionales</li> </ul>  | La práctica del deporte Boccia tiene un impacto positivo en el aumento de la autoestima y capacidad de afrontar los problemas cotidianos.<br><br>La mayoría de los atletas encuestados valora más el proceso de rehabilitación que incluye la práctica deportiva.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Se utilizó una encuesta de un solo cuestionario, lo que plantea un riesgo de falsificación de resultados debido a una tendencia a responder de forma unidireccional.</li> </ul>   |

|                          |  |  |   |   |   |   |
|--------------------------|--|--|---|---|---|---|
| Fuentes et al. (2014)    | 26 atletas de Boccia   | Determinar el estado de ánimo pre y post competitivo de atletas de Boccia de Alicante.     | Se aplicó la Escala Profile of Mood State (POMS) de McNair, Lorr y Droppleman. El análisis de datos estadísticos consideró la media (tendencia central) y desviación típica (dispersión). El tratamiento de los datos se hizo con el software SPSS versión 15.  | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tensión</li> <li>• Depresión</li> <li>• Vigor</li> <li>• Fatiga</li> <li>• Cólera</li> </ul> | Los deportistas presentan altos niveles de vigor, tensión y cólera antes de comenzar la competición. El nivel de fatiga y depresión se ven más acentuados después de la competición. No hay diferencias significativas entre ambos sexos.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Cantidad limitada de clases deportivas para comparaciones.</li> </ul>  |
| De la Vega et al. (2013) | 8 deportistas de la Selección Española que participan en los JJPP Beijing 2008 | Determinar el estado de ánimo precompetitivo y rendimiento percibido en Boccia paralímpica | Estudio con fines de inferencia correlacional donde aplicó la Escala Profile of Mood State (POMS). El análisis de datos se hizo con el estadístico de Wilcoxon más el parámetro Celta Cliff y el coeficiente de correlación Rho de Spearman. Se utilizó la aplicación informática IBM SPSS Syatistics 18. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Tensión</li> <li>• Depresión</li> <li>• Vigor</li> <li>• Fatiga</li> <li>• Cólera</li> </ul> | Los deportistas no presentan alteración del ánimo precompetitivo, manteniendo un estado psicológico saludable tanto en pruebas individuales como colectivas. Se encontraron valores bajos en las áreas de tensión, depresión, fatiga y cólera. Tienen un nivel de vigor por encima de la puntuación central. Parece que aquellos deportistas que tienen un cierto nivel de fatiga antes de la competición, obtienen mejor rendimiento que otros que experimentan menor nivel de fatiga. | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Baja cantidad de paratletas evaluados.</li> <li>• Literatura investigada para el contraste con los resultados expuestos en la investigación.</li> </ul>                              |
| Anacleto et al. (2012)   | 26 atletas de Boccia   | Examinar las características de la visualización mental en atletas de Boccia               | Se aplicó el cuestionario de Uso de Visualización Mental en el Deporte (QUVM). El proceso y análisis estadístico de los datos se realizó con el programa SPSS utilizando estadísticas descriptivas e inferenciales.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Visualización mental</li> </ul>  | Los atletas usan con más frecuencia la visualización mental en la competencia que en el entrenamiento, cómo también en situaciones extra competitivas. Los atletas utilizaron más la perspectiva interna que la externa, pero las imágenes de esta última fueron más nítidas.   | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Número de atletas no permite extraer conclusiones definitivas.</li> <li>• Cantidad limitada de investigaciones en el área psicológica relacionada a paratletas de Boccia.</li> </ul> |

Fuente: Elaboración propia

## DISCUSIÓN

El objetivo de la presente revisión fue conocer las publicaciones relacionadas al área psicológica y los atletas de Boccia paralímpica, para poder determinar los tópicos investigados al respecto en los últimos 10 años y poder conocer más en profundidad los hallazgos encontrados y así poder reflexionar sobre este importante tema del deporte competitivo paralímpico.

Uno de estos estudios corresponde a las características psicológicas del rendimiento deportivo de un grupo de atletas de Boccias pertenecientes al Comité Paralímpico de Chile (Correa et al., 2020). Este permitió evaluar a 21 atletas de las diferentes categorías de juego (BC-1; BC-2; BC-3 y BC-4) a través del Cuestionario CPRD en las áreas de cohesión de equipo, motivación, habilidad mental, influencia de la evaluación del rendimiento y control del stress. Destaca en los hallazgos que los atletas de las categorías BC-2 y BC-4 obtuvieron buenos resultados en todas sus escalas, en tanto que las categorías BC-1 y BC-3 necesitan entrenamiento mental adicional con énfasis en el ítem influencia del rendimiento.

En términos cualitativos, las categorías BC-1 y BC-3 evaluadas predomina el diagnóstico de parálisis cerebral severa, lo que, sumado a su contexto biográfico y social, puede indicar el porqué de estos resultados. Autores como Kielhofner (2011) refieren la importancia del ambiente físico y social en el desarrollo de la volición de las personas y reforzamiento de la causalidad personal y sentido de eficacia. Personas con mejor desempeño volitivo tienden a ser más exitosas en su desempeño ocupacional y estructuran mejores hábitos y rutinas de vida. El deporte al ser una actividad ocupacional importante en los atletas paralímpicos se puede ver influenciado positiva o negativamente por la motivación, intereses y causalidad personal (González, 1996; Dosil, 2004; Kielhofner, 2011).

El deporte Boccia tiene un efecto terapéutico y rehabilitador en las personas con discapacidad física severa. Debemos considerar que a mayor limitación funcional hay mayor dependencia en la ejecución de las actividades de la vida diaria y por lo tanto menos posibilidades de realizar actividades significativas para las personas. La Boccia permite ser protagonista a las personas que la practican y les refuerza el "sentido de logro" lo cual impacta positivamente en sus habilidades mentales y psicológicas. Lo anterior impactará positivamente en su imagen personal, autoestima y en su calidad de vida (Barak et al., 2016; Łosień et al., 2018; Kielhofner, 2011).

El rendimiento deportivo del atleta de Boccia paralímpica depende de muchos factores: condición clínica y funcional, experiencia deportiva, tipo y nivel de entrenamiento, habilidades motoras deportivas específicas (arrime, rafado, bochada / placement, push on, push off, smash, bounce over, ricochet, roll up and over, roll on top y lob shot) (World Boccia, 2018) y desarrollo de habilidades mentales y psicológicas, tales como: manejo del estrés, motivación, sentido de eficacia, identidad atlética, solución de problemas tácticos, cohesión de equipo, regulación emocional, estado de ánimo pre competitivo, entre otros (Hiram & Valdés, 1996; Dosil, 2004; Roffe & Ucha, 2004)

No cabe dudas que el estado de ánimo pre competitivo puede influir en el logro deportivo de cualquier deporte y la Boccia paralímpica no es la excepción de ello. El deportista bochófilo paralímpico es ante todo persona y cómo ser humano puede ver afectado su estado mental o de ánimo por varias razones, pudiendo influir estos acontecimientos de manera positiva o negativa.

Algunos autores han realizado investigaciones en esta área específica de la Boccia paralímpica (De la Vega et al., 2013; Fuentes et al., 2014 & Koper et al., 2020). Los resultados encontrados muestran que deportistas adultos con experiencia en torneos internacionales sobre seis años no muestran variabilidad significativa en el estado de ánimo pre competitivo a nivel individual v/s categoría equipos. Sin embargo, en aquellos deportistas que no lograron cumplir sus metas a nivel individual se veía afectada la “Escala de Depresión”, lo que implicaba un estado de ánimo desganado, sentimientos de tristeza y desilusión previo a enfrentar la competencia en equipos. Resalta en este estudio el nivel de fatiga experimentado por el deportista previo a la competencia individual, donde algunos atletas lo sienten como un elemento facilitador del rendimiento v/s otros deportistas que tienen bajo nivel de fatiga, lo interpretan de una forma negativa o viceversa. (De la Vega et al., 2013)

Otro estudio que aborda el estado de ánimo pre y post competitivo de atletas de Boccias aplicando la Escala POMS (Profile of Moodstates) establece que los deportistas tienen un mayor nivel de tensión, vigor, cólera, en la fase pre competitiva v/s post competición. En relación a la fatiga, confusión – desorientación y sensación de depresión no hay variabilidad significativa entre ambos momentos de la competencia. La investigación también refiere que no hay diferencias significativas por género. Los hallazgos de este estudio demuestran parte del comportamiento psicológico de los atletas en dos momentos importantes de la competición, sin embargo, no se puede precisar la manera en que influyen los factores ambientales, preparación previa al evento deportivo y/o situaciones personales en el rendimiento final de los atletas. (Fuentes et al., 2014)

Koper et al. (2020) estudió el estado mental previo a la competición en el Torneo Mundial BISFED de Poznan 2015, arrojó como resultado la influencia de la identidad atlética en el rendimiento deportivo, comprendiendo por “identidad atlética” el grado en que las personas se identifican con el rol de deportista. Desde la perspectiva del Modelo de Ocupación Humana (Kielhofner, 2011) el grado de incumbencia percibida en un determinado rol influirá en su desempeño volitivo en dicho rol, lo que secundariamente podría reforzar positiva o negativamente el sentido de eficacia en el rol ocupacional desempeñado. Se observa que los factores psicológicos que determinan el rendimiento deportivo son multifactoriales y muy heterogéneos en la manera que influyen en el rendimiento deportivo de los atletas de Boccia paralímpica.

La Boccia paralímpica es un “ajedrez en movimiento” y actualmente el nivel competitivo es muy alto y demandante. El nivel de desarrollo deportivo que ha adquirido en los últimos años hace que los atletas sean entrenados de manera holística e intensiva y en ese plano el trabajo de las habilidades mentales y psicológicas es fundamental. Por otro lado, cada atleta tiene necesidades individuales en esta área y los cuerpos técnicos deben ser capaces de dar respuesta a esas necesidades.

Al respecto, hay un estudio realizado por Anacleto et al. (2012) donde abordan el tema de la visualización mental en atletas paralímpicos de Boccias, concluyen que los atletas usan con más frecuencia la visualización mental en la competencia que en el entrenamiento, cómo también en situaciones extra competitivas. Los atletas utilizaron más la perspectiva interna que la externa, pero las imágenes de esta última fueron más nítidas.

La visualización hace referencia al uso de todos los sentidos para recrear o crear una experiencia en la mente (Dosil, 2004). Esta es una experiencia multisensorial en la cual el deportista recrea una imagen de una determinada jugada o gesto deportivo, la cual se puede generar incluso en ausencia

de estímulos externos. Un factor importantísimo en esta técnica es la memoria y de acuerdo a las experiencias previas y almacenadas que tenga el atleta de Boccia, este podrá recrear mentalmente posibles jugadas o estrategias a realizar durante un partido. Lo anterior hace reflexionar sobre las habilidades y nivel de funcionalidad sensorial cognitiva que tienen los deportistas de las diferentes categorías de juego, pues en algunas situaciones de salud como la parálisis cerebral o secuelas de traumatismo encefalo craneano (TEC) pueden quedar secuelas a nivel de habilidades de procesamiento y sensorialidad. Por otro lado, podría ser un factor excluyente al momento de realizar una selección de atletas de élite para una competencia internacional, en el sentido que aquellos deportistas que posean un mejor nivel deportivo, táctico y habilidades psicológicas para enfrentar un partido, tendrían mayores posibilidades de ganar la contienda al hacer uso de su *background* de destrezas motoras, mentales y psicológicas.

La fortaleza de esta revisión está en poder conocer las investigaciones realizadas en el área psicológica de los atletas de Boccia paralímpica y comprender parcialmente el impacto en el rendimiento deportivo de ellos. La psicología del deporte ha ido desarrollándose mucho en los últimos años y cada día queda más claro cómo el factor mental – psicológico inclina la balanza en una competición hacia un triunfo bajo situaciones deportivas y/o personales demandantes y/o exigentes.

Las limitaciones estriban en la poca bibliografía existente sobre el tema y las muchas áreas que faltan todavía por investigar y/o profundizar aún más con investigaciones más amplias, pues la variedad de diagnósticos que encontramos en la Boccia paralímpica sumado a los contextos ambientales, sociales y culturales de cada país, hace que puedan existir diferencias en el desempeño volicional de los atletas. Cada deportista es único y responde de manera singular a las distintas presiones del deporte competitivo y de alto rendimiento.

Hoy en día el nivel de competitividad en el Alto Rendimiento ha aumentado las exigencias de los atletas y por lo tanto les demanda tener mejores herramientas mentales y psicológicas para enfrentar la tensión o estrés de un torneo. Por otro lado, es importante seguir profundizando los estudios en esta materia para poder comprender mejor cómo funcionan las herramientas mentales intrapsíquicas de los atletas bochófilos, qué situaciones les favorecen o entorpecen su desempeño deportivo y así poder estructurar planes de trabajo psicológicos más específicos a cada categoría de juego y/o situación de salud de los deportistas, desde el nivel formativo hacia el alto rendimiento. Sería interesante poder investigar si existen diferencias intrapsíquicas y motivacionales en atletas de Boccia con parálisis cerebral, lesión medular alta, distrofia muscular, malformaciones congénitas, entre otras, cómo así mismo poder comparar el desempeño psicológico en el deporte competitivo de atletas bochófilos con discapacidad y sin discapacidad (estilo zerbín, sudamericano, raffavolo).

## CONCLUSIÓN

La presente revisión permitió conocer algunos estudios realizados por profesionales del área del deporte adaptado y paralímpico sobre las variables psicológicas que influyen en la competencia de Boccia. En conclusión, la literatura actual destaca la importancia de la identidad deportiva, el control emocional, la visualización mental y el control del estado de ánimo como componentes críticos en el rendimiento de los paratletas de esta modalidad deportiva. Sin embargo, se observa que las influencias psicológicas pueden variar según la clasificación deportiva y el tipo de discapacidad, lo

que sugiere la necesidad de un apoyo psicológico personalizado para mejorar el rendimiento deportivo y el bienestar general de estos deportistas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Anacleto, I., Dias, C., Ribeiro, J., Corte-Real, N., & Fonseca, A. (2012). Visualização mental no desporto adaptado: um estudo com alguns dos melhores atletas portugueses de Boccia. *Revista Portuguesa de Ciências do Desporto*, 12(3), 58-76. <https://doi.org/10.5628/rpcd.12.03.58>
- Andrade, D. E., Peris, G. E., Correia Castelli de Campos, L. F., Olmos-González, F. J., Campos-Campos, K., Luarte-Rocha, C., & Teixeira Fabrício Dos Santos, L. G. (2023). El deporte paralímpico en Chile: Resultados históricos de las participaciones en los Juegos Paralímpicos de Invierno y Verano. *Revista Ciencias De La Actividad Física UCM*, 24(2), 1-15. <https://doi.org/10.29035/rcaf.24.2.11>
- Bakker, F., Whiting, H., & van der Brug, H. (1993). *Psicología del Deporte. Conceptos y Aplicaciones*. Ediciones Morata, S.L.
- Barak, S., Mendoza-Laiz, N., Gutiérrez, M., Rubiera, M., & Hutzler, Y. (2016). Psychosocial effects of competitive Boccia program in persons with severe chronic disability. *JRRD*, 53(6), 973-988.
- Boccia International Sports Federation. (2021). *International Boccia Rules 2021-2024*. [https://www.worldboccia.com/wp-content/uploads/2021/10/BISFed-International-Boccia-Rules-%E2%80%93-2021\\_2024-v.1.1\\_Updated.pdf](https://www.worldboccia.com/wp-content/uploads/2021/10/BISFed-International-Boccia-Rules-%E2%80%93-2021_2024-v.1.1_Updated.pdf)
- Brandao, R. (2004). La utilización de estrategias motivacionales por los entrenadores: un aporte de la psicología del deporte. En *Alto Rendimiento – Psicología y Deporte* (pp. 117-130). Lugar Editorial.
- Cauas, R. (2007). *Psicología y Deporte: Una experiencia chilena*. CEDP Ltda.
- Correa, M., Castelli, L., Campos, K., & Luarte, C. (2021) Características psicológicas del rendimiento deportivo en atletas de boccia pertenecientes al Comité Paralímpico de Chile. *Rev.peru.cienc.act.fis.deportes*, 8(2), 1139 – 1146. <https://doi.org/10.53820/rpcafd.v8i2.138>
- De la Vega, R., Galán, A., Ruíz, R., & Tejero, C. (2013). Estado de ánimo precompetitivo y rendimiento percibido en boccia paralímpica. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 39-45.
- DePauw, K. P., & Gavron, S. J. (2005). *Disability sport* (2nd ed.). Champaign, IL: Human Kinetics
- Díez, M.I., & Cano de la Cuerda, R. (2012). Empleo de un video juego como herramienta terapéutica en adultos con parálisis cerebral tipo tetraparesia espástica. Estudio piloto. *Fisioterapia*, 34(1), 23–30. <https://doi.org/10.1016/j.ft.2011.09.001>
- Dinomais, M., Gambart, G., Bruneau, A., Bontoux, L., Deries, X., Tessiot, C., & Richard, I. (2010). Social functioning and self-esteem in young people with disabilities participating in adapted competitive sport. *Neuropediatrics*, 41(2), 49-54. <https://doi.org/10.1055/s-0030-1255118>
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y el deporte*. Mc Graw Hill.
- Fuentes, J., Castaño, R., & Plaza, L. (2014). Estado de ánimo pre y post competitivo en la boccia en deportistas con discapacidad. *Papeles San Martinos de Educación*, 18, 23-41.
- Gaskin, C. J., Andersen, M. B., & Morris, T. (2009). Physical activity in the life of a woman with severe cerebral palsy: showing competence and being socially connected. *International Journal of Disability, Development and Education*, 56, 285-299. <https://doi.org/10.1080/10349120903102312>
- González, J. (1996). *El entrenamiento psicológico en los deportes*. Biblioteca Nueva.
- Goodley, D., & Lawthom, R. (Eds.). (2006). *Disability and psychology*. Basingstoke: Palgrave Macmillan

- Olmos-González, F., Chavarría-Sepúlveda, N., Seguel-Peyrin, D., & Campos-Campos, K. (2025). Aspectos Psicológicos considerados en Deportistas de Boccia: Una revisión sistemática. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 26(1), 92-106. <http://doi.org/10.29035/rcaf.26.1.8>
- Hanrahan, S. J. (2007). *Athletes with disabilities*. En G. Tenenbaum y R. C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (3rd ed., pp. 845-858). John Wiley & Sons, Inc.
- International Paralympic Committee. (2019). *Boccia*. Consultado el 03 de julio de 2021 en <https://historiadeldedeporte.net/boccia/>
- Kielhofner, G. (2011). *Modelo de Ocupación Humana. Teoría y Aplicación*. (4ª ed.). Médica Panamericana.
- Koper, M., Nadolska, A., Urbanski, P. y Wilski, M. (2020). Relationship between Pre-Competition Mental State and Sport Result of Disabled Boccia Athletes. *Int. J. Environ. Res. Public Health*, 17, 8232-8242. <https://doi.org/10.3390/ijerph17218232>
- Łosień, T., Mędrak, A., Plaskacz, P., Bajerska, I., Reut, M., Dragón, E., Polko, M., & Cebula, A. (2018). The influence of boccia on self-esteem and increasing the functional capabilities of disabled people. *Journal of Education, Health and Sport*, 8(08), 1099-1105. <http://dx.doi.org/10.5281/zenodo.1422839>
- Martin, J. J. (2005). Sport psychology consulting with athletes with disabilities. *Sport and Exercise Psychology Review*, 1(2), 32-39. <https://doi.org/10.53841/bpssepr.2005.1.2.32>
- Meca, J. S. (2010). Cómo realizar una revisión sistemática y un meta-análisis. *Aula abierta*, 38(2), 53-64.
- Moher, D., Liberati, A., Tetzlaff, J., Altman, D.G., & The PRISMA Group. (2009). Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses: The PRISMA Statement. *PLoS Med*, 6(7). <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000097>
- Moraga, J., & Cartes-Velásquez, R. (2015). Pautas de chequeo, parte II: QUOROM y PRISMA. *Revista chilena de cirugía*, 67(3), 325-330.
- Olmos, F. (2015). Boccia: Generalidades, clasificación y reglamento [Diapositiva de powerpoint]. Asignatura de Recreación y Deporte Inclusivo. Carrera de Terapia Ocupacional. Universidad Autónoma de Chile.
- Page, M., McKenzie, J., Patrick, M., Bossuyt, P., Boutron, I., Hoffmann, T., Mulrow, C., Shamseer, L., Tetzlaff, J., Akl, E., Brennan, S., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J., Hróbjartsson, A., Lalu, M., Li, T., Loder, E., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., McGuinness, L., Stewart, L., Thomas, J., Tricco, A., Welch, V., Whiting, P., & Moher, D. (2020). Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790-799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.06.016>
- Rey, M. (1985). *Psicología y Deporte Competitivo*. Editorial Universitaria.
- Roffe, M., & Ucha, F. (2004). *Alto Rendimiento – Psicología y Deporte*. Lugar Editorial.
- Santos, L. G., Sierra, M. F., Correia Castelli de Campos, L. F., Duarte, E., Luarte, C. R., Montagner, P. C., & Borin, J. P. (2023). Paracanotaje: particularidades de las clases funcionales en la estructuración del entrenamiento deportivo. *Revista Ciencias De La Actividad Física UCM*, 24(1), 1-10. <https://doi.org/10.29035/rcaf.24.1.3>
- Segura, J., Sanagustín, A., Manzano, E., & Molina, M. (2016). *Psicología aplicada al deporte adaptado*. UOC.
- Urrutia, G., & Bonfill, X. (2010). Declaración PRISMA: una propuesta para mejorar la publicación de revisiones sistemáticas y metaanálisis. *Medicina clínica*, 135(11), 507-511.

Olmos-González, F., Chavarría-Sepúlveda, N., Seguel-Peyrin, D., & Campos-Campos, K. (2025). Aspectos Psicológicos considerados en Deportistas de Boccia: Una revisión sistemática. *Revista Ciencias de la Actividad Física UCM*, 26(1), 92-106. <http://doi.org/10.29035/rcaf.26.1.8>

World Boccia. (1 de noviembre de 2018). *BISFed Terminology Video*. [Archivo de Video]. Youtube. [https://www.youtube.com/watch?v=NQwhQFhO9\\_o](https://www.youtube.com/watch?v=NQwhQFhO9_o)

#### Dirección para correspondencia

---

Campos-Campos, Kevin I.

Magíster en Actividad Física y Deporte Adaptado

Universidad Adventista de Chile, Departamento de posgrado

Facultad de Educación.

Chile.

<https://orcid.org/0000-0001-5059-4191>

kevincampos@unach.cl

Recibido: 26-07-2024

Aceptado: 01-04-2025

