

14

PASIÓN POR EL DEPORTE
Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN JUDOCAS DE LA
PROVINCIA DEL CAÑAR

PASIÓN POR EL DEPORTE

Y SATISFACCIÓN CON LA VIDA EN JUDOCAS DE LA PROVINCIA DEL CAÑAR

PASSION FOR SPORT AND SATISFACTION WITH LIFE IN JUDO FIGHTERS FROM THE PROVINCE OF CAÑAR

Natalia Alexandra Bustos-Toalongo¹

E-mail: nabustost17@est.ucacue.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-4156-9730>

Wilson Hernando Bravo-Navarro¹

E-mail: wilson.bravo@ucacue.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-3381-8063>

Gema Barrachina-Fernández¹

E-mail: gema.barrachina@ucacue.edu.ec

ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-4341-3775>

¹ Universidad Católica de Cuenca. Ecuador.

Cita sugerida (APA, séptima edición)

Bustos-Toalongo, N. A., Bravo-Navarro, W. H., & Barrachina-Fernández, G. (2023). Pasión por el deporte y satisfacción con la vida en judocas de la provincia del Cañar. *Revista Metropolitana de Ciencias Aplicadas*, 6(2), 127-134.

RESUMEN

El objetivo de la presente investigación fue analizar el papel predictivo de la pasión por el deporte y la satisfacción con la vida de deportistas de Judo de 12 a 15 años mediante cuestionarios validados para conocer la motivación hacia la práctica deportiva. El estudio presentó un diseño de tipo no experimental con corte transversal, con un enfoque cuantitativo, se tomó como muestra a 178 jóvenes deportistas de la disciplina de Judo de edades comprendidas entre 12 a 15 años (M=13,80), 92 del sexo masculino y 86 del sexo femenino de la Liga Deportiva Cantonal de Cañar, Biblián y Azogues. Se utilizó la Escala de Pasión por el Deporte y la Escala de Satisfacción con la Vida. Los resultados evidencian que existe una correlación significativa entre la Satisfacción con la Vida y la Pasión Armoniosa y Obsesiva, además hay que destacar la importancia de aplicar estrategias correctas y oportunas que fortalezcan estos aspectos para el desarrollo del deportista y no abandone el deporte.

Palabras clave:

Pasión por el deporte, satisfacción con la vida, judo.

ABSTRACT

The objective of this research was to analyze the predictive role of passion for sport and satisfaction with life in Judo athletes from 12 to 15 years of age through validated questionnaires to determine motivation towards sports practice. The study presented a non-experimental design with a cross section, with a quantitative approach, 178 young athletes from the discipline of Judo aged between 12 and 15 years (M = 13.80), 92 of sex male and 86 female from the Cantonal Sports League of Cañar, Biblián and Azogues. The Passion for Sport Scale and the Satisfaction with Life Scale were used. The results show that there is a significant correlation between Life Satisfaction and Harmonious and Obsessive Passion, in addition, the importance of applying correct and timely strategies that strengthen these aspects for the development of the athlete and not abandon the sport must be highlighted.

Keywords:

Sport, sports activity, adolescent, emotional development.

INTRODUCCIÓN

En los últimos años el deporte ha despertado emociones muy intensas debido al alto grado de competitividad, tales como; euforia, frustración, alegría, tensión, entre otras; así mismo en la última década, la pasión por el deporte ha incitado en algunos investigadores el interés en el ámbito de la psicología positiva, asumiendo aquella atracción por diferentes actividades físicas de libre elección, para orientar una conducta (Paradis et al., 2013).

Existen estudios sobre la satisfacción por la vida en los adolescentes, en los cuales se ha demostrado que esta satisfacción se relaciona de manera significativa de acuerdo a la aceptación social que se recibe (Chavarría & Barra, 2014). Es trascendente mantener esa eficacia personal al momento de realizar actividad física y relacionarlo adecuadamente con el grado de satisfacción (Reigal & Videra, 2013). De igual manera se ha podido establecer que los jóvenes que tienen un grado alto de capacidad deportiva, también mantienen un mejor agrado por su vida, es decir, lucen más felices, más independientes y se relacionan mejor con las personas, además de contar con una visión optimista en su vida (Jiménez et al., 2013).

El autor Vallerand et al. (2003), definen a la pasión deportiva como aquella inclinación de un individuo hacia una actividad que le cause atracción, motivación y felicidad, así mismo a actividades a las que sin medir tiempo o condiciones dedica su tiempo con carácter y agrado. De allí que se conoce como el tipo dualista, el cual comprende dos clases de pasión, una que hace referencia a aquella pasión conocida como la interiorizada en la que se interfiere la identificación personal y se divide en: la obsesiva y la armoniosa.

La pasión obsesiva (PO) como su palabra lo describe es aquella que se destaca por el control de cualquier tipo de actividad mediante la presión que puede ser interna o externa, especialmente en actividades en las que se tiene que participar activamente y sobre todo en aquellas de competencia. Se considera que surge de la influencia que un individuo puede tener, ya sea consigo mismo o con sus pares, esto debido a diversas contingencias, entre las más comunes están los sentimientos que causan el sentirse socialmente aceptado, los mismos gustos por dicha actividad, el sentimiento de pertenencia, entre otros (Méndez et al., 2016). Por otro lado, la pasión armoniosa (PA) hace referencia a la internalización libre e independiente que decide efectuar un individuo con relación a las actividades que le apasionen (García & Guzmán, 2019).

Este tipo de pasión es considerada la más sana y tiene beneficios, por ejemplo; recientemente se han generado aplicaciones basadas en psicología positiva con respecto al deporte y recreación, en el que se destaca la aceptación social sobre el entorno deportivo adecuado que permite regular factores sociales y emocionales de

quienes la practican. Entre los dos aspectos se puede definir componentes tanto emocionales como cognitivos que brindan un mejor resultado al momento de realizar actividad física de manera subjetiva (Ortín et al., 2011).

En consecuencia, el análisis de la acción del intercesor de la pasión por el deporte en la realización de actividad física vigorosa y la satisfacción con la vida del adolescente se pueden derivar diferentes consecuencias, sean positivas o negativas; la investigación de Méndez et al. (2016), señala que el rol de la comprensión y motivación son fundamentales al momento de decidir sobre la práctica deportiva y su relación con la sociedad, por ejemplo, la actividad física que realice un adolescente puede predecir positivamente en el nivel de satisfacción de su vida; los diversos beneficios e incentivos que obtiene el deportista para que la práctica sea positiva y duradera, adquiriendo de esta manera responsabilidad y entrega hacia el deporte (García & Guzmán, 2019).

En lo referente a la importancia práctica, se enfoca en los efectos de las emociones, en el ámbito deportivo, el cual actualmente presenta un entorno altamente competitivo y saturado, con el fin de contribuir con la presentación y recomendaciones apropiadas para combatir esta problemática, especialmente en los casos de una pasión obsesiva y aprovechando los efectos de una pasión adecuada para el desarrollo del deportista (González et al., 2017).

En tal sentido, la motivación y la pasión del deportista representa un factor importante y necesario, el contar con un buen estado de ánimo, de un entorno agradable en donde el deportista pueda desempeñarse de mejor manera y además contar con esa motivación que haga que su compromiso sea más fuerte que cualquier adversidad que en muchos de los casos se presenta durante los entrenamientos y sobre todo en las competencias. El objetivo del presente estudio fue analizar el papel predictivo de la pasión por el deporte y la satisfacción con la vida de deportistas de Judo de 12 a 15 años mediante cuestionarios validados para conocer la motivación hacia la práctica deportiva.

El concepto de pasión, acoplado al ámbito deportivo, ha causado gran interés por varios autores quienes han realizado estudios positivos en la psicología, históricamente se ha establecido que el ímpetu que se puede llegar a sentir por diversas actividades son la base de la elección, orientación y emoción sobre la conducta (Paradis et al., 2013), de manera específica, esta pasión es mayor en cierta población en los primeros años de escolaridad.

Según el estudio de Blázquez et al. (2015), se evidencia que en algunos adolescentes han disminuido su práctica deportiva, destacándose aquellos individuos jóvenes, solteros y sin hijos, es decir la promoción de la práctica física-deportiva, debe establecer herramientas oportunas para intervenir en su proceso de enseñanza-aprendizaje con el fin de motivar a un progreso en aspectos

competitivos, a mejorar sus condiciones físicas y anímicas y su ideal en las competencias.

Por otro lado, distintas indagaciones sobre la importancia de aquella pasión que los adolescentes presentan por actividades físicas con respecto a su grado de complacencia por su vida, deriva consecuencias positivas y negativas; al respecto Méndez et al., (2016), establece que la inteligencia y la motivación son decisivas sobre la habilidad deportiva y la intención social; variables motivacionales y el bienestar de los atletas para que el compromiso sea real, confiable y duradero (García & Guzmán, 2019).

Precisamente, la motivación intrínseca por otra parte, también se relaciona con el propósito principal de insistir porque se mantenga activo deportivamente (Rodríguez et al., 2018) y con una menor sensación de dificultad al realizar deporte sobre todo en relación a la educación y su relación entre pares (Blázquez et al., 2015). Lo que se puede comprender como una disminución en el abandono de práctica y más bien un aumento en lo que se denomina motivación externa, lo que atrae e incita a un joven a realizar cualquier tipo de deporte y su percepción respecto de otras actividades (García & Guzmán, 2019).

La explicación de los ideales de estructura sobre la pasión armoniosa y obsesiva, se enfoca en establecer la manera de cómo se realiza la actividad, hay muchos factores que pueden incidir dentro de este punto, dado a la forma de vida, es decir su identidad, sus raíces, costumbres y tradiciones, en las cuales resaltan sus preferencias de todo ambiente pero, en este caso deportivo como un factor primordial en su vida, el cual realiza con agrado, dedicando la energía y el suficiente tiempo para su desarrollo (Vallerand et al., 2003). De la misma manera, se establece que este tipo de pasión se destaca por ser pasiva, pero con un mayor nivel en relación al positivismo que se requiere para la ejecución de actividades deportivas, sobresaliendo la internalización de esta práctica que favorece a una persona a mejorar aspectos como flexibilidad y participación activa.

Trabajos investigativos han manifestado en estos últimos años la importancia de la motivación en la práctica deportiva, según Iso-Ahola & Clair (2000), consideran a la motivación como un factor determinante ante el comportamiento humano, otra teoría sobre la relevancia de la motivación es el conocimiento de la autodeterminación (Deci & Ryan, 2000), que establece una diversidad de acciones que motivan a un individuo a practicar diferentes acciones, existe un tipo de motivación conocida como intrínseca, es de carácter interno y cuando la actividad es realizada por placer, otro tipo de motivación es la extrínseca, esta hace referencia a la determinación personal como: norma identificada que se caracteriza por sus beneficios, la regulación introyectada realizada para evitar emociones negativas como culpabilidad y regulación externa que se destaca por ser de carácter obligatorio, por otra parte está la desmotivación, que se presenta cuando

no existe intención de realizar actividades al sentir incapacidad de lograr el resultado (Martínez et al., 2020).

Es este sentido, es importante resaltar que la motivación intrínseca se la relaciona con el hábito de ejercer actividad física (Cervelló et al., 2014); así como también al experimentar placer al realizar práctica deportiva o ejercicio físico, considerado como un indicador para continuar su práctica de manera permanente (Harwood et al., 2015). Con ello, se puede definir, que desde a fuera es factor motivador próximo a la estimulación intrínseca, el mismo que puede predecir la aceptación para el inicio de actividades físicas, en donde este tipo de motivación es la más indudable si se trabaja con enfoque a largo plazo. Teixeira et al. (2012), indican que este tipo de motivación presenta una fuerte dependencia a la intención de practicar ejercicio físico en un futuro (Cervelló & Moreno, 2007).

La satisfacción con la vida tiene una vinculación directa e importante con la calidad de vida, además se relacionan como indicadores de salud tanto física como mental. La información que se tiene sobre la satisfacción con la vida se usa para diferentes propósitos, por ejemplo, la satisfacción alta de las personas indica el nivel de calidad de vida de una población, que a pesar que la vida no sea la ideal, es de alguna manera vivible para la mayoría, mientras que una baja satisfacción refleja deficiencias considerables de alguna clase.

El estudio de Gutiérrez et al. (2019), sobre la tesis de otros autores, sugiere considerar a la satisfacción vital como una valoración global que permite mantener un equilibrio entre lo que el deportista espera frente a lo que puede alcanzar, su gran relevancia se manifiesta como clave en la enseñanza, su relación en la educación influye positivamente con respecto al grado de complacencia de vida de los adolescentes (Ramos et al., 2016), por otro lado, la afectividad tanto positiva como negativa influye de manera directa en la satisfacción con la vida como variables predictoras tanto emocional y mentalmente sano (Pinedo et al., 2017).

La satisfacción con la vida no debe tampoco ser afectada por los cambios de casas buenas a casas pésimas, y viceversa. Tales comprobaciones son vitales para cualquier política que intente seriamente superar los prejuicios ideológicos y los intereses creados.

Esta línea, se debe mencionar por ejemplo, la teoría de la autodeterminación de los autores Deci & Ryan, (2000), quienes mencionan que para obtener un óptimo nivel psicológico se necesita cumplir con los diferentes aspectos como son la autonomía, relacionada también de manera positiva con el compromiso y autoexigencia (Moreno et al., 2017), por otro lado negativamente cuando existe presión externa (Méndez et al., 2016), y es que precisamente es búsqueda de la perfección basada en estándares individualistas, se relaciona a un cierto ajuste psicológico que se puede considerar positivo para el bienestar psicológico.

Tabla 1. La actividad física y la pasión por el deporte.

Satisfacción con la vida, autoconcepto y práctica de ejercicio físico	Representa un elemento de la determinación del agrado por la vida de un individuo respecto al conocimiento sobre sí misma y su entorno, estableciendo ese autoconcepto general de las experiencias vividas y el valor de quienes nos rodean.
Satisfacción con la vida, ejercicio físico y salud	La salud y el cuidado del cuerpo de todo individuo de estar basado también en la práctica física que genera ese grado de conciencia, esto debido a que el valor del cuidado siempre resalta en el ser humano, considerando al deporte como una herramienta útil y alcanzable para lograrlo.
Satisfacción con la vida, ejercicio físico y salud	Estudios epidemiológicos señalan que de acuerdo al género hay una diferencia en la asociación de la actividad física respecto al sexo, por ejemplo, se considera que los hombres presentan una mayor participación en actividades físico-deportivas, por otro lado, el género femenino presenta un menor nivel de participación.

Fuente: Villafuerte et al. (2017).

La actividad física y la pasión por el deporte son herramientas que incentivan la mejora de la calidad de vida, sin considerar factores como la edad, los hábitos y el entorno en el que se desenvuelve, además se relaciona positivamente con las actividades y la satisfacción del individuo, siendo sustancial la motivación a ejercitarse y el propósito visionario de ser físicamente activos (Gutiérrez et al., 2019).

MATERIALES Y MÉTODOS

El estudio presentó un diseño de tipo no experimental con corte transversal, con un enfoque cuantitativo (Erazo, 2021). La población estuvo conformada por 178 deportistas de la disciplina de Judo en edades comprendidas entre los 12 y 16 años (M=13,80), 92 del sexo masculino y 86 del sexo femenino de la Liga Deportiva Cantonal de Cañar, Biblián y Azogues, se tomó como muestra a toda la población.

Se utilizó la Escala de Pasión por el deporte en su versión al español adaptada por Vallerand et al. (2003), el instrumento comprende 14 ítems, dividiéndose en pasión obsesiva (7 ítems) y pasión armoniosa (7 ítems) a través de una escala de Likert, siendo 1 totalmente en desacuerdo y 5 totalmente de acuerdo.

También se empleó la Escala de Satisfacción con la Vida adaptada por Pons et al., (2002), mismo que mide un único factor y se compone de 5 ítems empleando una escala de Likert siendo 1 Totalmente en desacuerdo y 5 Totalmente de acuerdo.

En un primer momento se envió una solicitud de ingreso a la Federación Deportiva del Cañar y las Ligas Cantonales de Cañar y Biblián, una vez que se contó con la aprobación de las autoridades se procedió a enviar los consentimientos y asentimientos informados a los deportistas contando con una respuesta favorable, se aplicaron los cuestionarios a los deportistas mediante la plataforma del Google Forms. Finalmente se analizaron los datos mediante la versión 25 del programa de SPSS (Calle et al., 2022).

RESULTADOS Y DISCUSIÓN

En la tabla 2 se observan los resultados generales de cada ítem luego de la aplicación de la Escala de Pasión por el Deporte y Satisfacción con la Vida, con respecto a la media se observan valores altos en los diferentes ítems de ambos instrumentos, lo cual es un buen síntoma para los judocas. En cuanto a la PA la media más baja se encuentra en el ítem 4, lo cual debe ser motivo de trabajo para el entrenador.

Tabla 2. Resultados generales de la aplicación de la escala de Pasión por el Deporte y Satisfacción con la Vida.

	Ítems	Media	DE
Pasión Armoniosa	PA1	3,42	1,31
	PA2	3,61	1,29
	PA3	3,79	1,22
	PA4	3,28	1,29
	PA5	4,05	1,18
	PA6	3,66	1,08
	PA7	3,90	1,26
Pasión Obsesiva	PO1	3,83	1,08
	PO2	3,71	,905
	PO3	3,80	,982
	PO4	3,98	1,02
	PO5	3,94	,967
	PO6	3,70	1,05
	PO7	3,94	,868
Satisfacción con la vida	SV1	4,43	,711
	SV2	4,31	,761
	SV3	4,48	,830
	SV4	4,56	,628
	SV5	4,59	,693

En la tabla 3 se observan las medias, desviaciones típicas, alfa de Cronbach, así como también las correlaciones de las variables de estudio. La SV se correlaciona significativamente con la PA y la PO, además se evidencian que las medias de las variables tienen una puntuación alta, siendo la PA la más elevada, también se observa que el instrumento es confiable con un alfa de Cronbach superior a 0,71.

Tabla 3. Medias, desviaciones típicas, alfa de Cronbach y correlaciones bivariadas de pasión por el deporte, regulaciones motivacionales, satisfacción con la vida y actividad física vigorosa.

	M	DE	a	1	2	3
1.Pasión armoniosa	4,02	1.00	,71	-	,131	,326**
2.Pasión obsesiva	3,76	,51	,90		-	,362**
3.Satisfacción con la vida	3,99	,53	,71			-

Estudios anteriores revelan que existen dos factores principales para lograr altos niveles de rendimiento en el deporte, dependiendo del tipo de pasión y compromiso deportivo. En este contexto, mediante la pasión armoniosa (PA) se logran altos niveles de rendimiento y mayor bienestar, mientras que la pasión obsesiva (PO) hace referencia a aquellas características adaptativas y desadaptativas que no se asocian con la satisfacción vital (Vallerand et al., 2003) mientras que la satisfacción por la vida se enfoca en el bienestar físico, material, social y desarrollo, actividad y participación personal y grupal.

Por ello, este estudio demuestra la vinculación entre este tipo de pasiones y su incidencia en la satisfacción por la vida, es así que se confirma la tesis, por ejemplo, Moreno et al. (2017), demuestra una similitud en relación a la pasión por el deporte, existe una coincidencia al observar también una mayor puntuación en la pasión armoniosa y una menor puntuación en la pasión obsesiva en este grupo de deportistas, por otro lado, en deportistas de mayor grado se presenta una menor diferencia entre la pasión armoniosa y la obsesiva.

Por lo contrario, con un alto nivel de positivismo y muy significativo existe una relación extrínseca integrada, apegada al aburrimiento, apatía y falta de incentivo para que estos deportistas realicen prácticas deportivas de manera adecuada (López, 2015).

Por otro lado, las estrategias que pueden contribuir a obtener un mayor grado de satisfacción con la vida basado en la práctica deportiva están aquellas que promueven desarrollar un estilo de vida en los que los deportistas tengan mayor satisfacción (Moreno et al., 2017), para ello, el rol de la figura de autoridad, entrenador, guía es especialmente relevante ya que es quien debe orientar a la generación modelos de comportamiento y conocimiento que impliquen esa vinculación activa y motivada de los participantes.

Del estudio realizado por García & Guzmán (2019), señala que existen diversas limitaciones que imposibilitan establecer relaciones causales respecto de la relación entre diferentes variables que pueden influir en la intención de práctica y las relaciones interpersonales. Además, señala que, en un futuro, los estudios podrían aplicar el modelo en deportistas con alta PO para explorar las relaciones de este tipo de pasión cuando es alta y puede interferir

en el funcionamiento cognitivo emocional-conductual adecuado.

En este estudio también se considera añadir en nuestro esquema estructural el Flow disposicional como predictor de la intención futura, incluyendo el modelo el rendimiento deportivo y de otras variables psicológicas como el estrés y la ansiedad, que se relacionan considerablemente con la PO y que podrían contribuir a predecir la aparición de lesiones por una práctica inadecuada o excesiva del deporte.

En lo referente al planteamiento de objetivos el grado de dificultad debe ser considerado de acuerdo a la realidad del deportista, siempre con miras de lograr más, pero sin alejarse de aspectos individuales de cada uno de sus integrantes, es decir, considerando las progresiones personales, adaptando tareas de acuerdo a sus destrezas y capacidades con el fin de lograr los objetivos planteados, generando así compañerismo y habilidad percibida en su entorno.

Una de las estrategias con mayor incidencia es la generación de oportunidades en las que se pueda incluir diversos aspectos como la música durante el proceso deportivo, ya sea en los entrenamientos o en otro tipo de prácticas deportivas, de esta manera generando distracción y diversión para los adolescentes, lo que contribuiría a mejorar el estado anímico, reducir la ansiedad, fortalecer la confianza e inducir así el estado anímico del deportista.

Esta tesis es sustentada por los autores Ortín et al. (2011), que determinan la importancia de crear espacios en los cuales los deportistas puedan desarrollar algunas acciones como el control de emociones y de actividades, adecuándolas de acuerdo a sus habilidades y destrezas elevando así su autonomía, sentido de pertenencia y la interrelación entre sus pares.

En tal sentido, los estudios realizados a los deportistas de la Liga Cantonal de Biblián, Liga Cantonal de Cañar y la Federación Deportiva del Cañar, presentan un mayor porcentaje de PA frente a la PO, sin embargo, es importante mantener estrategias que faciliten a varios deportistas encuentren un mayor nivel de complacencia vital. A esto se suma el aplicar siempre un lenguaje apropiado y motivador basado en frases de autosuperación y constancia que incentiven de manera permanente al adolescente.

Una estrategia que se puede emplear es el feed-back positivo como instrumento de evaluación al poder establecer la manifestación de la propia opinión, demostración y análisis de circunstancias que apoyen su desarrollo deportivo. El propiciar acciones de competencia en el deportista, enfocándose en mejorar su propia capacidad, evitando coacciones externas que generen tensión, estrés o molestia.

De igual manera, la planificación de actividades variadas y atractivas para los adolescentes brinda facilidad en el acatamiento de las indicaciones y objetivos a corto plazo por parte de los deportistas.

Así mismo, el diseño correcto de un plan de entrenamiento con cambios constantes para evitar la apatía y aburrimiento en las actividades, con propósitos cortos y alcanzables, ayudan al deportista a mantenerse activo, enfocado y motivado en el desempeño y cumplimiento de estos propósitos.

En conclusión, los resultados demuestran la relación directa que existe entre la PO y la PA y la satisfacción por la vida, lo que permite que los jóvenes deportistas experimenten en varios niveles de la generalidad, el bienestar social hasta ciertos aspectos específicos de carácter individual o entre sus pares, brindando un abanico de opciones que ayuden a mejorar el compromiso y ganas de la práctica deportiva, al igual que lo señalan Antolin et al. (2009), elevando la satisfacción del joven en sus actividades cotidianas en las que obviamente se incluya el deporte como factor predominante en sus hábitos diarios.

Por ello, se puede afirmar que los objetivos deben ser claros, alcanzables y dirigidos, considerando la opinión del deportista, con ello seguramente el nivel satisfacción del adolescente estará garantizado (Antolin et al., 2009), además, se podría de esta manera frenar o prevenir aspectos como estrés, aburrimiento u otros factores que abrumen y desfavorezcan al deportista.

En el mundo actual, cada vez más empresas, instituciones de toda índole y en especial las instituciones educativas, se han basado en el deporte como una herramienta estratégica para fortalecer valores como el compañerismo, el sentido de pertenencia, la solidaridad y una buena comunicación, de la misma manera mejorar el trabajo en equipo y con facilidad de adaptación ante cualquier circunstancia.

Además, diversos sectores involucran al deporte en sus planificaciones con la finalidad de mejorar y fortalecer las capacidades de sus equipos en ámbitos personales y generales, generando crecimiento integral y promoviendo una vida estable y en armónica. La sociedad utiliza al deporte como estilo de vida. El ejercicio y el deporte en general va de la mano con la calidad de vida, la salud, la motivación y la satisfacción en el diario vivir, la competencia, y un hábito social, una necesidad para un mejor nivel de vida, actividades recreativas y lúdicas y un comportamiento enlazado al cumplimiento (Gómez, 2009).

Con base a lo expuesto se recomienda continuar con líneas de estudio con metodologías experimentales sobre el tema, para así poder ofrecer estrategias que contribuyan a generar motivación de manera correcta y oportuna a los deportistas especialmente en la adolescencia.

CONCLUSIONES

Luego del análisis a los judocas se encontró una correlación significativa entre la Satisfacción con la Vida y Pasión Obsesiva y Pasión Armoniosa, encontrándose medias altas en la mayoría de ítems, lo que indica que los deportistas sienten pasión por el deporte y a gusto con la vida que llevan.

El hábito de practicar Judo en edades de 12 a 16 años desarrolla el ímpetu deportivo en los adolescentes. El desafío deportivo sea individual o colectivo, genera un espíritu competitivo. La práctica deportiva genera un estilo de vida con bases saludables y la capacidad de socialización. La actividad física vigorosa y el uso de estrategias apropiadas, garantizan un mejor desarrollo físico y emocional.

Se puede afirmar que el deporte brinda un sin número de beneficios la sociedad en general, satisface necesidades no solo de salud, sino también emocionales y psicológicas.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Antolin, V., De La Gándara, J. J., García, I., & Martín, A. (2009). *Adicción al deporte: ¿Moda postmoderna o problema sociosanitario?* Norte de Salud Mental, 8(34), 15-22.
- Blázquez, A., León, A., & Feu, S. (2015). Intención y práctica de actividad física en maestros españoles. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 15(2), 163-169.
- Calle Castro, A. K., Erazo Álvarez, J. C., & Vásquez Erazo, E. J. (2022). Impacto de la responsabilidad social empresarial en las instituciones de salud privadas de Azogues, Ecuador. *Universidad Y Sociedad*, 14(5), 621-629.
- Cervelló E., & Moreno, J. (2007). El autoconcepto físico como predictor de la intención de ser físicamente activo. *Psicología y Salud*, 17(2), 261-267.
- Cervelló, E., Peruyero, F., Montero, C., González-Cutre, D., Beltrán-Carrillo, V. J., & Moreno-Murcia, J. A. (2014). Exercise, psychological well-being, sleep quality and situational motivation in physical education students. *Cuadernos de Psicología Del Deporte*, 14(3), 31-38.
- Chavarría, M. P., & Barra, E. (2014). Satisfacción Vital en Adolescentes: Relación con la Autoeficacia y el Apoyo Social Percibido. *Terapia Psicológica*, 32(1), 41-46.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The "what" and "why" of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*, 11(4), 227-268.
- Erazo Álvarez, J. C. (2021). Capital intelectual y gestión de innovación: Pequeñas y medianas empresas de cuero y calzado en Tungurahua-Ecuador. *Revista De Ciencias Sociales*, 27, 230-245.

- Estrada, C., Antonio, J., Méndez-Giménez, A., Antonio, J., & Estrada, C. (2016). Pasión por el deporte, actividad física vigorosa y satisfacción con la vida. *Revista de Psicología Del Deporte*, 25, 73–79.
- García, D. P., & Guzmán, J. F. (2019). Predictores cognitivos de la intención de práctica y la percepción de las relaciones en el deporte: análisis de la pasión como mediadora Cognitive predictors of the intention of practice and the perception of relationships in sports: analysis of passion. *Federación Española de Asociaciones de Docentes de Educación Física (FEADEF)*, 2041(2014), 193–202.
- González, G., Valdivia, P., Cachón, J., Ortega, F. Z., & Romero, O. (2017). *Influencia del control del estrés en el rendimiento deportivo: la autoconfianza, la ansiedad y la concentración en deportistas*. RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación, 32, 3–6.
- Gutiérrez Caballero, J. M., Blázquez Manzano, A., & Feu, S. (2019). Reasons for practice as a predictor of physical activity in teachers and life satisfaction. *Universitas Psychologica*, 18(4), 1–14.
- Harwood, C. G., Keegan, R. J., Smith, J. M. J., & Raine, A. S. (2015). A systematic review of the intrapersonal correlates of motivational climate perceptions in sport and physical activity. *Psychology of Sport and Exercise*, 18, 9–25.
- Iso-Ahola, S. E., & Clair, B. S. (2000). Toward a theory of exercise motivation. *Quest*, 52(2), 131–147.
- Jiménez, J., Zagalaz, M., Molero, D., Pulido, M., & Ruiz, J. (2013). Capacidad aeróbica, felicidad y satisfacción con la vida en adolescentes españoles. *Revista de Psicología Del Deporte*, 22, 429–436.
- López Suárez, R. (2015). Relación Entre Satisfacción Con La Vida Y Satisfacción Con El Deporte Y En Jóvenes Deportistas. (Tesis Doctoral). Universidad de Las Palmas de Gran Canaria.
- Martínez, M., Gutiérrez, M., & Barrios, J. (2020). *Fundamentos del entrenamiento técnico de la brazada en la natación Swimming Stroke Technical Training Fundamentals Fundamentos do treinamento técnico da braçada na natação*, 17(45), 93–103.
- Méndez-Giménez, A., Cecchini Estrada, J. A., & Fernández-Río, J. (2016). Pasión por el deporte, actividad física vigorosa y satisfacción con la vida. *Revista de Psicología del Deporte*, 25(1), 73–79.
- Moreno-Murcia, J. A., Belando, N., Huéscar, E., & Torres, M. D. (2017). Social support, physical exercise and life satisfaction in women. *Revista Latinoamericana de Psicología*, 49(3), 194–202.
- Ortín, F., Garcés, F., Gosálvez, J., & Ortega, E. (2011). Optimismo y ejecución en el deporte en situaciones adversas. Replicando a Seligman 1990. *Revista de Psicología del Deporte* 20(2), 491–501
- Paradis, K., Cooke, L., Martin, L., & Hall, C. (2013). Too much of a good thing? Examining the relationship between passion for exercise and exercise dependence. *Psychology of Sport and Exercise*, 14, 493–500.
- Pinedo, R., Arroyo, M. J., & Caballero, C. (2017). Afectividad positiva y negativa en el futuro docente: relaciones con su rendimiento académico, salud mental y satisfacción con la vida. *Contextos Educativos: Revista de Educación*, 20(20), 11–26.
- Ramos-Díaz, E., Rodríguez-Fernández, A., Revuelta, L., & Axpe, I. (2016). The mediating role of school engagement on perceived teacher support and satisfaction with life. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 6(3), 177–191.
- Reigal, R., & Videra, A. (2013). Frequency of Physical Activity and Self. *Rev. Int. Med. Cienc. Act. Fis. Deporte*, 13, 107–120.
- Rodríguez Gómez, I., del Valle, S., De, R., & Marcos, V. (2018). *Revisión nacional e internacional de las competencias profesionales de los docentes de Educación Física*. *Retos*, 34.
- Teixeira, P. J., Carraça, E. v., Markland, D., Silva, M. N., & Ryan, R. M. (2012). Exercise, physical activity, and self-determination theory: A systematic review. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*, 9. <https://doi.org/10.1186/1479-5868-9-78>
- Vallerand, R. J., Koestner, R., Ratelle, C., & Le, M. (2003). Les Passions de l'Âme: On Obsessive and Harmonious Passion. *Journal of Personality and Social Psychology*, 85(4), 756–767.
- Villafuerte, J., Pérez, L., & Delgado, V. (2019). Retos de la Educación Física, Deportes y Recreación en Ecuador: las competencias docentes. *Retos*, 36, 327–335.