

Más allá de la cancha: una opinión sobre la amenaza del estereotipo de género y su impacto en el rendimiento deportivo juvenil

Los resultados revelaron un patrón sistemático: tras exponerse a un mensaje estereotípico, las jugadoras experimentaron una leve, pero consistente disminución en la ejecución técnica.

La universidad no solo es cuna del conocimiento, sino también un territorio fértil para la transformación social. Cuando la investigación trasciende el aula o el laboratorio y se vincula con realidades concretas, se convierte en una herramienta de cambio. Este principio ha orientado la labor del autor del presente documento como docente e investigador universitario, en especial en el reciente estudio sobre el impacto de la amenaza del estereotipo de género en el rendimiento técnico de jugadoras juveniles de voleibol.

El proyecto, realizado con deportistas adolescentes de la escuela deportiva de la Universidad Florencio del Castillo, no solo tenía como objetivo generar evidencia empírica, sino también visibilizar un fenómeno psicológico sutil, pero profundo: cómo las creencias sociales sobre el género pueden erosionar el rendimiento deportivo de las mujeres, incluso cuando estas poseen las habilidades necesarias para destacar.

Los resultados revelaron un patrón sistemático: tras exponerse a un mensaje estereotípico, las jugadoras experimentaron una leve, pero consistente disminución en la ejecución técnica. Esta observación confirma lo que décadas de estudios han señalado: los estereotipos no son solo ideas, sino fuerzas sociales que influyen en el comportamiento, la autopercepción y la motivación de las personas.

Como investigador, este hallazgo llevó a cuestionar el papel que se desempeña como formadores. Ante esto surgen preguntas sobre si se están construyendo entornos deportivos en los que las estudiantes se sientan vistas, valoradas y seguras o si se reproducen, aunque sea de manera involuntaria, creencias que refuerzan brechas históricas de género.

Sin embargo, tal vez la experiencia más valiosa sea el diálogo que pueda generarse a partir de la investigación.

Compartir los resultados con entrenadores, colegas y las propias atletas puede conducir a reflexiones honestas sobre las prácticas cotidianas, los modelos de liderazgo, las formas de motivar y, en especial, sobre cómo construir un deporte más justo. Lo anterior ya que, cuando el conocimiento se comparte, transforma y cuando se convierte en acción, genera impacto.

Compartir los resultados con entrenadores, colegas y las propias atletas puede conducir a reflexiones honestas sobre las prácticas cotidianas, los modelos de liderazgo, las formas de motivar y, en especial, sobre cómo construir un deporte más justo.



Desde la universidad, se tiene la responsabilidad de impulsar investigaciones que respondan a preguntas relevantes, así como de traducir sus hallazgos en prácticas concretas. En este sentido, acciones como revisar los mensajes transmitidos en los entrenamientos, promover modelos deportivos igualitarios o capacitar al personal técnico en temas de equidad pueden marcar la diferencia.

En definitiva, la construcción del conocimiento universitario no concluye con la publicación de un informe o artículo científico. Más bien, comienza cuando ese conocimiento se convierte en una herramienta para mejorar el entorno. Lo que se investiga transforma la manera en la que se enseña, se acompaña y se lidera.

En esa transformación, cada paso, por pequeño que parezca, contribuye a una universidad más comprometida con la justicia, la inclusión y la excelencia.

Acciones como revisar los mensajes transmitidos en los entrenamientos, promover modelos deportivos igualitarios o capacitar al personal técnico en temas de equidad pueden marcar la diferencia.



M. Sc. Luis Miguel Ortega Martínez

Licenciado en Psicología por la Universidad de Costa Rica; especialista en Salud Integral y Movimiento Humano por la Universidad Nacional de Costa Rica; experto en Psicología del Deporte y Psicología Aplicada al Fútbol por la Sociedad Iberoamericana de Psicología del Deporte.