

Análisis de las barreras percibidas por los deportistas de élite españoles para acceder a los estudios

Analysis of the Perceived barriers of the spanish's elite athletes to studies access

Análise de barreiras percebidas pelos atletas espanhóis para estudos de acesso

Cristina López de Subijana Hernández¹, Maribel Barriopedro Moro¹, Elena Conde Pascual², Javier Sánchez Sánchez², Esther Ubago Guisado² y Leonor Gallardo Guerrero²

¹Dpto. de Ciencias Sociales de la Actividad Física, del Deporte y del Ocio. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF, Universidad Politécnica de Madrid, ²Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte, Universidad de Castilla-La Mancha

Resumen: Los objetivos del presente estudio fueron determinar si la formación académica de los deportistas de élite, la carga de entrenamiento, la dificultad para conciliar estudios y deporte y las barreras percibidas para estudiar son diferentes en función del tipo de deporte practicado y del género. Se utilizó un estudio descriptivo transversal mediante encuestas, con muestreo intencional, administrando un cuestionario de preguntas cerradas, elaborado ad hoc. Participaron un total de 648 deportistas de élite, de ellos, 418 eran deportistas de deportes individuales y 230 deportes colectivos. La carga de entrenamiento fue superior entre deportistas que practicaba deportes individuales. El nivel académico fue superior en los deportistas de deportes colectivos frente a los de deportes individuales. Los deportistas de deportes individuales percibieron una mayor dificultad para conciliar su vida deportiva y los estudios. Así mismo, también mostraron en mayor grado barreras de tipo individual (estoy cansado habitualmente, me da pereza y pierdo el ritmo de los cursos) que los deportistas de deportes colectivos. Las mujeres mostraron en mayor medida que los hombres barreras relacionadas con la gestión del tiempo (no tengo tiempo, los horarios de los estudios no son flexibles). Los deportistas de deportes individuales son un colectivo con riesgo de sufrir exclusión académica.

Palabras clave: deporte de élite; carrera deportiva; formación; dificultades

Abstract: The aims of this study were to determine if the academic status, the training load and the perceived barriers found by the elite athletes accessing at the studies vary by type of sport and gender. The design was a cross-sectional descriptive study. A multiple choice questions questionnaire was applied to a purposive sample. A total of 648 questionnaires were completed (418 individual sport athletes and 230 team sport athletes). Training load was higher among the individual sport athletes than at the team sport athletes. The academic level was higher at the team sport athletes than at

the individual sport athletes. The individual sport athletes perceived in a higher grade the difficulties accessing to the studies. They showed higher individual barriers (I am usually tired, I am lazy and I lose the rhythm of the course) perceived barriers factor than their team sport counter parts. Women tended to reflect a higher perception on the time management barriers (I don't have time and the timetables are not flexible). The individual sport athletes are more sensible to suffer academic exclusion.

Keywords: elite sport; sport career; education; difficulties.

Resumo: Os objetivos deste estudo foram determinar se a formação académica dos atletas de elite, a carga de treinamento, a dificuldade de conciliar as barreiras percebidas para estudo e esporte e estudos são diferentes, dependendo do tipo de esporte praticado e gênero. Usamos um estudo descritivo transversal, usando inquéritos, com amostragem intencional, administrando um questionário de perguntas fechadas, desenvolvido ad-hoc. Um total de 648 atletas de elite, deles, 418 foram atletas de esportes de equipe e 230 de esportes individuais. Sua carga de treinamento foi maior entre os atletas que praticavam esportes individuais. O nível acadêmico foi maior na frente de atletas de esportes de equipe que entre os atletas de esportes individuais. Os atletas em esportes individuais eram mais difíceis de conciliar sua vida desportiva e estudos. Da mesma forma, também mostraram maiores barreiras individuais (Eu sou geralmente cansado, eu ficar com preguiça e perder o ritmo dos cursos) que os atletas na equipe de esportes. As mulheres em maior medida do que os homens mostraram barreiras relacionadas com a gestão do tempo (Eu não tenho tempo, os horários de estudos não são flexíveis). Os atletas em esportes individuais são um risco coletivo para exclusão acadêmica.

Palavras-chave: elite do esporte; carreira esportiva; formação; dificuldades.

Introducción

Actualmente, el deporte de élite experimenta una alta profesionalización, esto conlleva que los deportistas dediquen gran parte de su vida a los entrenamientos y competiciones (Brackenridge, 2004). El desarrollo de una carrera deportiva de alto nivel, exige, en general, una década de plena dedicación

para obtener la experiencia necesaria en un deporte donde se competirá de cinco a diez años (Wylleman, Alfermann, y Lavallee, 2004). Stambulova (2007) divide la carrera deportiva en diferentes etapas específicas: iniciación, aprendizaje, comienzo de la competición, competición al máximo nivel y retirada deportiva. Los deportistas deben hacer frente a la transición de una etapa a otra con el objetivo de evitar una crisis en su vida (Stambulova, 2010). Máxime cuando sólo un pequeño porcentaje (5-8%) de los deportistas alcanzara la élite deportiva (David, 2004; Garcia-Naveira y Jerez, 2012).

Dirección para correspondencia [Correspondence address]: Cristina López de Subijana Hernández. Dpto. de Ciencias Sociales de la Actividad Física, del Deporte y del Ocio. Facultad de Ciencias de la Actividad Física y del Deporte-INEF, UPM. Av. Martín Fierro, 7. 280040 Madrid. España. E-mail: c.lopezdesubijana@upm.es

En este sentido, una adecuada conciliación de la carrera deportiva y la vida académica permite al deportista afrontar los procesos de transición con mayor facilidad, así como preparar una vida laboral alternativa fuera del mundo deportivo al acercarse el momento de la retirada (Miller y Kerr, 2002; Puig y Vilanova, 2006; Vilanova y Puig, 2013; Wylleman *et al.*, 2004). Para Vilanova y Puig (2013), la ausencia de una formación complementaria a la actividad deportiva impide el aprovechamiento del capital deportivo obtenido a lo largo de la trayectoria del deportista, constituido por popularidad, contactos y conocimientos deportivos y culturales de la modalidad, fundamentales para su inserción laboral.

Así mismo, otros autores, destacan que dentro de los diferentes modelos de trayectoria deportiva el deportista puede optar por: un modelo lineal, en el que el deporte se considera dedicación exclusiva, un modelo convergente en el que el deporte es prioritario o un modelo paralelo en donde el deporte y la formación tienen la misma prioridad (Pallares, Azócar, Torregrosa, Selva y Ramis, 2011). Estudios recientes sobre 94 deportistas olímpicos en España revelan cómo un 31,9% de los deportistas optaron por realizar exclusivamente su carrera deportiva, mientras que un 51,1% compatibilizaron estudios y deporte y un 17,0% compaginaron deporte y trabajo (Vilanova y Puig, 2013). Sería interesante conocer los motivos por los que ese tercio de los deportistas no estudiaban mientras desarrollaba su carrera deportiva.

Según Alferman y Stambulova (2007), los recursos son todos aquellos factores, internos y externos, que facilitan la conciliación de los diferentes espacios o dimensiones del deportista, en este caso la carrera deportiva y su formación académica. Los recursos internos o fortalezas son intrínsecos a la persona. Dentro de estos factores se encontrarían las competencias percibidas, la experiencia y las capacidades desarrolladas. En un estudio sobre 387 deportistas olímpicos de los Juegos de Barcelona'92 se relacionaba una inserción laboral más fructífera entre aquellos deportistas que alcanzaron los mejores resultados deportivos (Muniesa, Barriopedro, Oliván y Montil, 2010). En los recursos externos se situarían el apoyo social en el ámbito familiar y del entrenamiento del deportista, la aplicación de las medidas de formación del Real Decreto de Deportista de Alto Nivel del 2007, los programas de asesoramiento y las empresas cuya imagen social se beneficiaría del reconocimiento social de ayudar a deportistas. Los padres y el entorno del deportista (entrenadores y profesores) ejercen una influencia determinante a lo largo de la trayectoria deportiva (Palomo, 2012; Selva *et al.*, 2013). Más aún, el primer trabajo suele ser encontrado gracias a un conocido o un amigo (Muniesa *et al.*, 2010; Vilanova, 2009; Willeman y Lavalée, 2004). La existencia de programas de asesoramiento brindan a los deportistas un enfoque integral en su trayectoria (Álvarez y López, 2012; Conde, 2013; Mateos, Torregrosa y Cruz, 2010; Torregrosa, Sánchez y Cruz,

2004). Sin embargo, la falta de conocimiento y/o acceso a estos programas son habituales entre los deportistas de alto nivel (Selva *et al.*, 2013; Vilanova, 2009).

En el otro extremo se situarían las barreras, que son aquellos factores que impiden la conciliación entre los diferentes ámbitos de la persona. Entre las amenazas, es decir las barreras desde el exterior, se encuentran las dificultades económicas, materiales y de normativa legal derivadas de los agentes del entorno del deportista. El tipo de deporte hace que la repercusión económica varíe de un deporte a otro (González y Torregrosa, 2009; Selva *et al.*, 2013). El hecho de que un deporte sea olímpico o no, determina el acceso a becas y subvenciones relacionadas con los ciclos olímpicos. La repercusión de un éxito en una prueba deportiva viene determinada por el tipo de deporte y por el género, siendo las pruebas de mujeres aquellas que tienen menor repercusión en los medios, y con ello una menor posibilidad de ingreso económico para dichas deportistas (Selva *et al.*, 2013). Algunos factores deportivos también afectan al abandono escolar en los deportistas de élite (Aquilina y Henry, 2010). Por ejemplo, la edad de máximo rendimiento (temprana o tardía); las características propias de la competición (calendario y su frecuencia); la economía del deporte (amateur o profesional) junto con los servicios de apoyo prestados por otros agentes (Consejo Superior de Deportes, Comité Olímpicos, Federaciones, Clubes...) determinan las limitaciones inherentes al tipo de deporte que afectan al deportista (Henry, 2013; North y Lavalée, 2004).

Los factores internos propios de las personas, denominados debilidades, estarían relacionados con motivos físicos, psicológicos, competenciales y con falta de autonomía en las decisiones. La gestión del tiempo es el gran eje central tanto de las debilidades como de las fortalezas. El incremento del volumen de entrenamiento y la frecuencia de competición ha desembocado en una menor atención a la formación académica (Conzelmann y Nagel, 2003; Hallinan y Judd, 2009; McGillivray y McIntosh, 2006). Los propios deportistas revelan que la carrera deportiva influye negativamente en su progreso educativo, y que su bajo nivel académico les podría dificultar la incorporación al mercado laboral después de su retirada deportiva (Stronach y Adair, 2010). Los pocos estudios referentes a la formación académica revelan que los deportistas de alto nivel suelen tener un buen rendimiento, no sólo en el deporte, sino también en el ámbito académico (Brettschneider, 1999; Jonker, Elferink-Gemser y Visscher, 2009; Umbach, Palmer, Kuh y Hannah, 2006). En un estudio realizado a deportistas olímpicos alemanes, Conzelmann y Nagel (2003) descubrieron un nivel de estudios más elevado y puestos de trabajo más altos en deportistas de élite en comparación a la media de la población alemana. En España, en los estudios que se han realizado sobre la formación de los deportistas de élite, también mostraron una formación más elevada que la población Española (González y Torregrosa, 2009; Muniesa *et al.*, 2010; Selva *et al.*, 2013).

Gallego (2008) en un estudio realizado a 10 mujeres andaluzas relacionadas con el deporte destaca la gran disciplina en la organización de los tiempos de dichas mujeres. En la misma línea, Álvarez y López (2012) su trabajo sobre 16 deportistas de alto nivel de la Universidad de la Laguna, indican como las claves para continuar con los estudios, son la constancia, la planificación y la adaptación de los ritmos. Según Vilanova y Puig (2013) se trata de una cuestión de estrategia, pues la limitación del tiempo está presente en todos los deportistas. Son aquellos que optan por adaptar el ritmo de los cursos, ralentizar su formación sin abandonarla, aquellos que logran finalizar su carrera académica. Estas autoras destacan la capacidad de sacrificio, el compromiso, la determinación y el esfuerzo como características de los deportistas que alcanzaron su meta educativa. Hasta la fecha, ninguno de los estudios ha tomado una muestra amplia de la población de deportistas de élite española en activo y analizado las dificultades que tienen para estudiar.

En definitiva, la compatibilidad entre la carrera deportiva y la formación académica es un problema muy presente en la actualidad. A pesar de esta situación, la mayoría de las investigaciones relacionadas con los deportistas de alto nivel han focalizado su atención en el proceso de retirada y la posterior inserción en la vida laboral desde una perspectiva cualitativa (Lavalley, 2005; Puig y Vilanova, 2006; Selva *et al.*, 2013; Stephan, Torregrosa y Sánchez, 2007; Torregrosa, Boixadós, Valiente y Cruz, 2004; Vilanova y Puig, 2013; Wylleman *et al.*, 2004). Los objetivos del presente estudio fueron determinar si la formación académica de los deportistas de élite, la carga de entrenamiento, la dificultad para conciliar estudios y deporte y las barreras percibidas para estudiar son diferentes en función del tipo de deporte practicado y del género. Las hipótesis planteadas fueron las siguientes: i) la formación académica de los deportistas de élite será menor en aquellos deportes que suponen una mayor carga de entrenamiento; ii) la dificultad para conciliar estudios y deporte será mayor y se percibirán más barreras para estudiar en los deportistas cuyos deportes suponen una mayor carga de entrenamiento. Esta investigación aportará un enfoque cuantitativo con una amplia muestra de la población de deportistas de élite española que complementará a estudios previos basados en entrevistas a un número determinado de deportistas, con el fin de aportar recomendaciones a los problemas de conciliación académica deportiva de suma relevancia en la sociología en la actualidad.

Método

Participantes

En este estudio inicialmente participaron 844 Deportistas de Alto Nivel (DAN) o de Alto Rendimiento (DAR), tras

seleccionar a los que participaban en deportes colectivos o individuales “puros”, la muestra final fue de 648 sujetos (Lupo *et al.*, 2012; Lupo *et al.*, en prensa; Mateos *et al.*, 2010). Los Deportistas de Alto Nivel acreditan su nombramiento a través del Boletín Oficial del Estado, mientras que los Deportistas de Alto Rendimiento son certificados por la Federación Española correspondiente, o por el Consejo Superior de Deportes o por su Comunidad Autónoma. En este estudio participaron un total de 648 Deportistas de Alto Nivel o de Alto Rendimiento. De ellos 418 eran deportistas de deportes individuales y 230 deportes colectivos. Dentro de los deportes individuales 249 fueron hombres con una edad media de $23,7 \pm 8$ y 147 mujeres con una edad promedio de $22,2 \pm 6$ años. Respecto a los deportes colectivos 118 eran hombres con una edad promedio de $22 \pm 5,6$ años y 106 las mujeres con una edad promedio de $21,6 \pm 5,1$ años. Los deportistas pertenecían a 33 federaciones deportivas españolas.

Instrumento

Se desarrolló un cuestionario autoadministrable ad hoc, como técnica de recogida de datos, con 35 preguntas cerradas de opción múltiple para facilitar el análisis de los mismos. Tras la primera elaboración formal, el cuestionario fue sometido al examen de diversos expertos, quienes proporcionaron recomendaciones y comentarios de valor. Este panel de expertos estaba formado por seis expertos en metodología de la investigación y estadística, así como en el sistema de la administración pública en materia deportiva y el sistema asociativo deportivo español. Todos los expertos contaban con más de quince años de experiencia en su campo de especialidad. Se obtuvo el cuestionario definitivo, compuesto por 29 preguntas, divididas en las siguientes dimensiones: perfil, el proceso de información del Real Decreto 971/2007, de 13 de julio, sobre Deportistas de Alto Nivel y Alto Rendimiento, la conciliación de la formación académica y vida deportiva y por último convalidaciones de Enseñanzas Deportivas. Se procedió a la realización de un estudio piloto sobre una pequeña muestra de deportistas de élite (DAN o DAR), con el fin de comprobar el grado de comprensión de las preguntas del cuestionario y detectar posibles problemas a la hora de su cumplimentación.

El presente estudio se limitó a analizar dos de las dimensiones: perfil y conciliación de su vida deportiva y su formación académica. Dentro la dimensión del perfil se preguntó por su afiliación Deportiva o Federación Deportiva de procedencia, el género, edad, nivel de estudios finalizados (dentro de un baremo desde primaria a postgrado), estudios que cursaban en la actualidad y carga de entrenamiento (número de días y de horas que entrenaban semanalmente).

En la dimensión referida a la conciliación de su vida deportiva y su formación académica se les solicitó que indicaran

el grado de dificultad percibida para conciliar su vida deportiva con su formación (muy fácil-fácil-regular-difícil) y en qué medida estaban presentes distintas barreras para esta conciliación. Dado que no existía ningún cuestionario específico de barreras percibidas por los deportistas para estudiar, los contenidos de la pregunta de barreras para acceder a los estudios fueron seleccionados tras mantener una serie de entrevistas informales con Deportistas de Alto Nivel y tomando de referencia a Martínez del Castillo *et al.*, 2002. Las 14 barreras identificadas fueron incluidas en el cuestionario y se pidió a los sujetos que valoraran en una escala Likert (nada verdad-bastante verdad-totalmente verdad) en qué medida estas barreras estaban presentes en su acceso a los estudios. Los ítems que evaluaban las barreras percibidas fueron sometidos a un análisis factorial exploratorio con *ejes principales* y rotación *oblimin directo*. Tanto el índice *Kaiser Mayer Olkin* (KMO) (0.61) como la Prueba de Esfericidad de Barlett (χ^2 (36) = 192,24; $p < .001$) pusieron de manifiesto la adecuación de la matriz para el análisis. Tras la realización del primer análisis factorial se eliminaron 5 ítems con comunalidades inferiores a 0,30 (el centro educativo está lejos de mi domicilio/lugar de entrenamiento, no me veo capaz, no le veo la utilidad, mi empleo actual no me lo permite y tengo que cuidar de familiares). La solución factorial obtenida mediante el criterio de retención de factores de *Kaiser*, estuvo formada por 3 factores que explicaron el 43,80% de la varianza. El primer factor explicó un 18,60% de la varianza y estaba constituido por 4 ítems relacionados con barreras individuales (Estoy cansado habitualmente, Me da pereza, Pierdo el ritmo de los curso y Pierdo el contacto con mis compañeros de curso). El segundo factor explicó un 14,84% de la varianza, estaba integrado por 3 ítems relacionados con barreras del entorno (El precio de los estudios es alto, No tengo información y No tengo ayuda en momentos puntuales). Por último, el tercer factor explicó un 10,37% de la varianza y estuvo integrado por 2 ítems relacionados con la gestión del tiempo (No tengo tiempo y los horarios de los estudios no son flexibles). La consistencia interna (coeficiente *Alpha de Cronbach*) de las dimensiones obtenidas mediante el análisis factorial fue de 0,64 para el primer factor y 0,65 para el segundo y el tercer factor. La consistencia interna para la escala total fue de 0,64.

Procedimiento

Se realizó un estudio descriptivo transversal mediante encuestas, con muestreo intencional. El cuestionario fue precedido de una carta de presentación, de forma que la contestación del mismo fuera voluntaria, se informaba del tratamiento de los datos y de la finalidad del estudio, siguiendo los requisitos éticos de la Declaración de Helsinki de 1975 y actualizada en octubre del 2000. El cuestionario fue administrado a través de correo electrónico desde el Consejo Superior de Depor-

tes a finales del mes de mayo del 2011. Dada la baja tasa de respuesta inicial, se optó por añadir otras dos vías posibles. La primera fue la administración en papel en la residencia Joaquín Blume de Madrid y en el Centro de Alto Rendimiento de San Cugat para su cumplimentación. La segunda fue enviárselo a todas Federaciones Deportivas, para que éstas se lo reenviaran a los deportistas. La duración de la cumplimentación fue de entre 15 y 20 minutos. En julio del 2011 se terminaron de recoger los datos.

Los datos de este estudio se han mostrado previamente de forma parcial en el "Análisis de la aplicación de las medidas de formación de los Deportistas de Alto Nivel y Alto Rendimiento en el territorio español" en los diferentes agentes que participaron en el estudio (deportistas, federaciones deportivas, comunidades autónomas y centros educativos superiores) (L. de Subijana *et al.*, 2014).

Análisis de datos

Se procedió a la tabulación y codificación de los cuestionarios y al volcado de los datos en el paquete informático de análisis de datos PASW (Predictive Analytics SoftWare, v. 18.0 SPSS Inc., Chicago, IL, USA). Para la comparación de los grupos en las variables cuantitativas y ordinales se utilizaron ANOVAS de dos factores (género x tipo de deporte). Los análisis de los ítems que conformaban los distintos factores del cuestionario de barreras para la conciliación de la vida deportiva y académica fueron realizados mediante MANOVAS de dos factores. El tamaño del efecto para estas técnicas se cuantificó mediante eta cuadrado. Por último, para el análisis de las variables nominales se realizó una Chi Cuadrado de Pearson y el tamaño del efecto se estimó mediante el Coeficiente de Contingencia o el Coeficiente Phi en el caso de tablas 2 X 2.

Resultados

Los deportistas de deportes individuales (23,1 $\pm$ 7,4 años) presentaron una edad superior a los de Deportes Colectivos (21,8 $\pm$ 5,4 años; $F_{1,616}=4,09$; $p=.049$; $\eta^2=.007$). No se encontraron diferencias significativas en la edad de hombres y mujeres ($F_{1,616}=274$; $p=.098$). Y tampoco se encontró efecto de la interacción tipo de deporte y género ($F_{2,616}=0,83$; $p=.364$). Por otro lado, el género no fue independiente del tipo de deporte ($\chi^2(1)=7,50$; $p=.006$; $\Phi=.108$). Siendo más frecuente la práctica de deportes individuales entre los hombres (68,7%) que entre las mujeres (58,2%).

El nivel de estudios finalizados (Tabla 1) estuvo relacionado con el tipo de deporte ($\chi^2(5)=25,37$; $p<.001$; $CC=.194$). Hubo un mayor porcentaje de deportistas que participaban en deportes individuales que alcanzaron como máximo un nivel de primaria (9,8%) que de deportes colectivos (3%). Por otra parte hubo un mayor porcentaje dentro de los que prac-

ticaban deportes colectivos con estudios superiores (26,5%) que dentro de los que practicaban deportes individuales (13,9%). No hubo diferencias en función del género en el nivel de estudios ni en los deportes individuales ($\chi^2(5) = 4,34$; $p = ,501$) ni en los colectivos ($\chi^2(5) = 1,62$; $p = ,899$).

Tabla 1. Distribución de los estudios finalizados en función del tipo de deporte y del género.

	Deporte Individual						Deporte Colectivo					
	Hombre		Mujer		Total		Hombre		Mujer		Total	
	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N
Primaria o menos	9,8	26	9,9	15	9,8	41	3,3	4	2,8	3	3,0	7
ESO	28,2	75	24,5	37	26,9	112	25,6	31	27,5	30	26,5	61
Bachiller	36,5	97	45,0	68	39,6	165	39,7	48	36,7	40	38,3	88
Formación Profesional	10,2	27	6,0	9	8,6	36	5,8	7	4,6	5	5,2	12
Estudios Superiores	14,3	38	13,2	20	13,9	58	25,6	31	27,5	30	26,5	61
Postgrado	1,1	3	1,3	2	1,2	5	,0	0	,9	1	,4	1

Tabla 2. Distribución de los estudios matriculados en función del tipo de deporte y del género.

	Deporte Individual						Deporte Colectivo					
	Hombre		Mujer		Total		Hombre		Mujer		Total	
	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N
Primaria o menos	22,7	59	10,1	15	18,1	74	14,2	17	11,0	12	12,7	29
ESO	8,1	21	12,1	18	9,5	39	7,5	9	7,3	8	7,4	17
Bachiller	19,2	50	15,4	23	17,8	73	23,3	28	25,7	28	24,5	56
Formación Profesional	9,6	25	6,0	9	8,3	34	4,2	5	3,7	4	3,9	9
Estudios Superiores	31,2	81	47,7	71	37,2	152	43,3	52	34,9	38	39,3	90
Postgrado	3,8	10	2,0	3	3,2	13	3,3	4	8,3	9	5,7	13
Otros	5,4	14	6,7	10	5,9	24	4,2	5	9,2	10	6,6	15

El tipo de estudios en el que estaban matriculados (Tabla 2) estuvo relacionado con el tipo de deporte ($\chi^2(6) = 13,32$; $p < ,038$; $CC = ,143$). Hubo un mayor porcentaje de deportistas que participaban en deportes individuales que estaban matriculados en Formación Profesional (8,3%) que de deportistas de deportes colectivos (3,9%). Por otra parte, hubo un mayor porcentaje dentro de los que practicaban deportes colectivos (24,5%) que cursaban Bachillerato que dentro de los que practicaban deportes individuales (17,8%). Se encontraron diferencias en función del género para aquellos sujetos que practicaban deportes individuales ($\chi^2(6) = 20,38$; $p = ,002$; $CC = ,218$) pero no entre los que practicaban deportes colectivos ($\chi^2(6) = 6,29$; $p = ,392$). Dentro de los sujetos que practicaban deportes individuales, un mayor porcentaje de mujeres (47,7%) que de hombres (31,2%) cursaba estudios superiores. En cambio, un mayor porcentaje de hombres (22,7%) que de mujeres (10,1%) cursaban estudios de primaria.

Los deportistas de deportes individuales entrenaban un mayor número de días por semana ($5,7 \pm 1,2$ días) que los de deportes colectivos ($4,6 \pm 1,2$ días; $F_{1,631} = 141,69$; $p < ,001$; $\eta^2 = ,183$). No se observaron diferencias significativas en el

número de días de entrenamiento semanales en función del género ($F_{1,631} = 3,15$; $p = ,077$) y tampoco se observó efecto de la interacción ($F_{1,631} = 0,025$; $p = ,879$). Los deportistas de deportes individuales entrenaban un mayor número de horas por semana ($22,9 \pm 10,2$) que los de deportes colectivos ($12,3 \pm 6,1$; $F_{1,635} = 233,33$; $p < ,001$; $\eta^2 = ,269$). Las mujeres entrenaban un mayor número de horas ($20,5 \pm 11,9$) que los hombres ($18,2 \pm 9,0$) ($F_{1,635} = 16,36$; $p < ,001$). Por último, la interacción entre el tipo de deporte y el género resultó significativa ($F_{1,635} = 6,67$; $p = ,010$; $\eta^2 = ,010$). Las mujeres que practicaban deportes individuales dedicaron más horas a entrenar ($26,0 \pm 11,9$ horas) que los hombres ($21,2 \pm 8,7$ horas; $p < ,001$), mientras que no se observaron diferencias significativas entre mujeres ($12,9 \pm 6,4$ horas) y hombres ($11,8 \pm 5,7$ horas) dentro de los deportes colectivos.

Asignando valores al grado de dificultad percibido para conciliar su vida deportiva con su formación (de 1= muy fácil; 2= fácil; 3= regular y 4= difícil), se encontró que los deportistas de deportes colectivos ($3,2 \pm 0,7$) percibieron en menor grado dicha dificultad que los deportistas de deportes individuales ($3,4 \pm 0,7$; $F_{1,613} = 6,54$; $p = ,011$; $\eta^2 = ,011$). No se observaron

diferencias significativas en función del género ($F_{1,613}=,011$; $p=,740$). Las diferencias en el grado de dificultad percibida en función del tipo de deporte se mantuvieron para hombres y para mujeres ($F_{1,613}=2,02$; $p=,155$).

En la Tabla 3 se muestran las barreras individuales en función del tipo de deporte y del género. El análisis de las barreras individuales mostró efecto multivariado significativo en función del tipo de deporte ($F_{4,99}=2,40$; $p=,05$; $\eta^2=,088$)

pero no en función del género ($F_{4,99}=1,79$; $p=,138$), ni de la interacción del tipo de deporte con el género ($F_{4,99}=0,17$; $p=,952$). Los contrastes univariados pusieron de manifiesto que los deportistas de deportes individuales percibieron en mayor grado las barreras “estoy cansado habitualmente” ($F_{1,102}=5,42$; $p=,022$; $\eta^2=,050$), “me da pereza” ($F_{1,102}=5,22$; $p=,024$; $\eta^2=,049$) y “pierdo el ritmo de los cursos” ($F_{1,102}=4,53$; $p=,036$; $\eta^2=,043$) que los deportistas de deportes colectivos.

Tabla 3. Barreras percibidas individuales en función del tipo de deporte y del género.

1 = Nada verdad 2 = Bastante verdad 3 = Totalmente verdad	Deporte Individual						Deporte Colectivo					
	Hombre		Mujer		Total		Hombre		Mujer		Total	
	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS
Estoy cansado habitualmente *	2,0	,8	2,2	,7	2,0	,7	1,6	,7	1,8	,7	1,7	,7
Me da pereza*	1,6	,7	1,4	,5	1,5	,6	1,2	,5	1,1	,4	1,2	,5
Pierdo el ritmo de los cursos*	2,0	,7	1,7	,7	1,9	,7	1,6	,6	1,7	,8	1,6	,7
Pierdo el contacto con mis compañeros de curso	1,7	,8	1,7	,9	1,7	,8	1,4	,7	1,6	,8	1,5	,7

Nota: * diferencias significativas en función del tipo de deporte a nivel de $p<,05$.

El análisis de las barreras percibidas del entorno (Tabla 4) no mostró efecto multivariado significativo en función del tipo de deporte ($F_{3,87}=0,40$; $p=,756$), ni en función del género

($F_{3,87}=2,12$; $p=,103$), ni de la interacción del tipo de deporte con el género ($F_{3,87}=0,85$; $p=,472$).

Tabla 4. Barreras percibidas del entorno en función del tipo de deporte y del género.

1 = Nada verdad 2 = Bastante verdad 3 = Totalmente verdad	Deporte Individual						Deporte Colectivo					
	Hombre		Mujer		Total		Hombre		Mujer		Total	
	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS
El precio de los estudios es alto	2,1	,8	2,0	,8	2,1	,8	2,0	,9	2,2	,5	2,1	,8
No tengo información	1,7	,8	1,3	,5	1,6	,7	1,5	,7	1,3	,5	1,4	,6
No tengo ayuda en momentos puntuales	1,7	,8	1,7	,7	1,7	,8	1,8	,7	1,8	,6	1,8	,7

En la Tabla 5 se muestran las barreras percibidas relacionadas con la gestión del tiempo en función del tipo de deporte y del género. El análisis de dichas barreras mostró efecto multivariado significativo en función del género ($F_{2,116}=3,2$; $p=,05$; $\eta^2=,049$) pero no en función del tipo de deporte ($F_{2,116}=2,45$; $p=,091$), ni de la interacción entre el tipo de deporte

y el género ($F_{2,116}=0,50$; $p=,609$). Los contrastes univariados mostraron que las mujeres percibieron en mayor grado las barreras “no tengo tiempo” ($F_{1,117}=4,52$; $p=,036$; $\eta^2=,037$) y “los horarios de los estudios no son flexibles” ($F_{1,117}=4,10$; $p=,045$; $\eta^2=,034$) que los hombres.

Tabla 5. Barreras percibidas relacionadas con la gestión del tiempo en función del tipo de deporte y del género.

1 = Nada verdad 2 = Bastante verdad 3 = Totalmente verdad	Deporte Individual						Deporte Colectivo					
	Hombre		Mujer		Total		Hombre		Mujer		Total	
	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS	M	DS
No tengo tiempo†	2,2	,8	2,6	,6	2,3	,8	2,2	,8	2,3	,7	2,3	,8
Los horarios de los estudios no son flexibles †	2,1	,7	2,3	,6	2,2	,7	2,2	,8	2,6	,6	2,4	,8

Nota: †diferencias significativas en función del género a nivel de $p<,05$

Discusión y conclusiones

En el presente estudio se planteó determinar por un lado si la formación de los deportistas de élite era diferente en función del tipo de deporte y del género, y por otro, si la carga de entrenamiento variaba en función del tipo de deporte y del género, y por tanto, las dificultades percibidas para conciliar formación académica y deporte, eran diferentes.

Este estudio refleja que los deportistas que practican deportes individuales presentan un nivel de estudios (tanto finalizados como matriculados) inferior al de los deportistas que practican deportes colectivos. Además, tienen una mayor carga de entrenamiento que los de deportes colectivos. Entre los deportistas de deportes individuales, las mujeres entrenan un mayor número de horas y el nivel de estudios que cursan es superior al de los hombres. Probablemente, y como consecuencia la mayor carga de entrenamiento, los deportistas de deportes individuales muestran un nivel de estudios inferior al de la población española, hecho que no ocurre con los deportistas de deportes colectivos (INE, 2005). Así mismo, los deportistas de deportes individuales perciben con mayor dificultad la conciliación de la vida deportiva y académica. En el análisis de las barreras, las de tipo individual se reflejan en mayor medida entre los deportistas de deportes individuales. En cambio, las barreras relacionadas con la gestión del tiempo se muestran con mayor frecuencia entre las mujeres que entre los hombres.

Estos resultados avalan las hipótesis planteadas. Son los deportistas de deportes individuales, cuya carga de entrenamiento es mayor, los que presentan un menor nivel de estudios, tanto finalizados como matriculados, una mayor dificultad para conciliar deporte y formación académica y una mayor presencia de barreras individuales para esta conciliación. No obstante, el género ejerce un papel moderador, puesto que las mujeres de deportes individuales, a pesar de presentar una mayor carga de entrenamiento que sus compañeros varones cursan estudios de nivel superior.

Cuando el deportista compite en el más alto nivel, se encuentra con una serie de factores (deportivos, personales, académicos o de otra índole) relevantes para su vida que merecen la atención y el estudio de los investigadores (Stambulova, 2010). Este estudio muestra cómo los deportistas analizados poseen una edad media de 22.7 ± 6.7 años. Según Park, Lavalle y Tod (2012), el intervalo de edad de los 16 a los 26 años es aquel en el que encuentran los deportistas mayores dificultades para conciliar carrera deportiva y académica. Se trata de un rango de edad crítico en el que las dificultades son máximas, por lo que la información aportada adquiere un gran valor, al estar lidiando los deportistas con las dificultades para estudiar día a día.

La carga de entrenamiento no es la misma para todos los deportistas. Los deportistas de deportes individuales entre-

nan mayor cantidad de días y de horas que sus homólogos de deportes colectivos. Esta mayor la carga de entrenamiento podría condicionar la formación académica de los deportistas (Hallinan y Judd, 2009). Los resultados obtenidos para los estudios finalizados confirman las diferentes realidades en función del deporte practicado encontrada en estudios previos (Puig y Vilanova, 2006; Muniesa *et al.*, 2010). Los deportistas de deportes individuales tienen un nivel de estudios finalizados inferior a los deportistas de deportes colectivos. Teniendo en cuenta que en el presente estudio la muestra de deportistas individuales tenía mayor edad que los de deportes colectivos, este hecho se agrava aún más. Este mismo patrón académico se muestra en los estudios matriculados. Mientras que los deportistas que practicaban deportes colectivos sí que se encontraban a la par de su grupo de edad, los de deportes individuales se encontraban por debajo de la media española de su grupo de edad (INE, 2005). Estudios previos indican que el nivel de estudios alcanzado por los deportistas de élite es equiparable al de la población general de jóvenes de su edad (González y Torregrosa, 2009), pero en este estudio solo algunos grupos alcanzan el nivel de la población. Los resultados confirman las impresiones reflejadas por García Ferrando (1996) en un estudio de varias generaciones de olímpicos, en el que afirma que son los deportistas de deportes individuales los que ofrecen un perfil de nivel de estudios más bajo que el de los participantes de los deportes colectivos. Si bien es de esperar, que en un futuro, su inserción laboral sea superior a la población general (Conzelmann y Nagel, 2003; Muniesa *et al.*, 2010), los deportistas de deportes individuales tendrán más dificultades para lograrlo. Por todo ello, se sugiere la necesidad de un asesoramiento individualizado en función de las características del deportista y la disciplina practicada (Vilanova y Puig, 2013). Las diferencias en función del género muestran que en los deportes individuales las mujeres alcanzan un mayor porcentaje de matriculación en estudios superiores pese a entrenar una mayor cantidad de horas que los hombres. Este patrón académico, también se muestra en la actualidad en la población en España, en el que el número de mujeres de entre 25 y 34 años que habían completado la Educación Superior (43%) en el año 2009, es superior a los hombres (34,2%) (Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, 2012).

Siendo tan importante una adecuada planificación de la carrera deportiva de cara a la futura inserción laboral, resulta interesante conocer de mano de los deportistas las principales barreras para estudiar. Álvarez y López (2012) mostraron como la creación del Espacio Europeo de Estudios Superiores, con la adaptación de los planes de estudio y la participación activa del alumno suponen una dificultad más para gestionar las obligaciones horarias de los deportistas. Nuestros resultados muestran que los deportistas de deportes individuales encuentran más difícil realizar esta carrera dual de deporte y

estudios. Esta mayor dificultad se refleja también en la mayor presencia de barreras individuales a la hora de compatibilizar deporte y estudios (el cansancio habitual y la pérdida de contacto con los compañeros de curso), en estos deportistas. De nuevo, parece estar vinculado con las exigencias horarias que este tipo de deportes requieren, derivando en una ausencia de tiempo para dedicárselo al estudio. Por ello, la creación de estrategias que ayuden al deportista a seguir un modelo paralelo o convergente son tan importantes (Selva *et al.*, 2013; Vilanova y Puig, 2013). El género, resultó un factor influyente con respecto a las barreras percibidas relacionadas con la gestión del tiempo, probablemente debido al mayor número de horas dedicadas al entrenamiento de las mujeres en comparación con los hombres. Si además, son las mujeres las que cursaban Estudios Superiores en mayor medida que los hombres (un 47,7% frente a un 31,2%), es de suponer el gran esfuerzo que realiza este colectivo para conciliar la carrera deportiva y los estudios. Estos hechos reflejados en el presente estudio coinciden con Selva *et al.* (2013) en el que las percepciones de las deportistas de élite era que necesitaban de una gran capacidad de sacrificio, planificación y adaptación constante para lograr sus objetivos.

Este estudio presenta algunas limitaciones. La primera es que pese a lograr una amplia muestra de la población de deportistas de élite española, esta muestra pudiera estar sesgada y por tanto podría no ser generalizable. El primer motivo es que al tomar la muestra en dos centros de alto rendimiento de Madrid y Barcelona, se han obviado otros centros especializados existentes y otras regiones de España (Santander, Valencia, Bañolas...etc.). Así mismo, se entiende que quién responde a un cuestionario acerca de los estudios pudiera ser quien ya esté estudiando, por lo que la proporción de quienes no estudian podría ser superior. La segunda limitación se sitúa en la identificación de la muestra, suponiendo que aquellos que recibieron el email desde el Consejo Superior

de Deportes o desde la Federación Española correspondiente, fueron ellos los que respondieron y no otras personas.

Aplicaciones prácticas

En definitiva, el presente estudio aporta una amplia visión prospectiva, necesaria según algunos autores (González y Torregrosa, 2009; Pallarés *et al.*, 2011; Puig y Vilanova, 2006), para conocer de primera mano las barreras percibidas por los deportistas para compaginar su vida deportiva con la formación académica y así poder realizar un apoyo individualizado en base a las características del deportista de alto nivel y la tipología de deporte practicado. Se puede concluir que las principales barreras manifestadas guardan relación con la alta carga de entrenamiento en la actualidad, siendo el grupo más propensos a sufrir estas dificultades los deportistas de deportes individuales y de entre estos, las mujeres.

Dado que los programas actuales de apoyo a los deportistas de alto nivel (Programa de Ayuda al Deportista del Consejo Superior de Deportes), olímpicos (Oficina de ayuda al Deportista del Comité Olímpico Español), y universitarios (Tutorstport de la Universidad Autónoma de Barcelona y Tudan de la Universidad de la Laguna, entre otros) encuentran en el no-abandono de los estudios un pilar fundamental de su asesoramiento, éstos deberían de hacer especial hincapié en los individuos en situación de riesgo de exclusión académica, los deportistas de deportes individuales.

Este proyecto ha sido posible gracias a la financiación del Consejo Superior de Deportes (022/UPB10/11).

Agradecimientos: Este proyecto ha sido posible gracias a la financiación del Consejo Superior de Deportes (022/UPB10/11).

Referencias

1. Alfermann, D. y Stambulova, N. (2007). Career transitions and career termination. En G. Tenenbaum y R.C. Eklund (Eds.), *Handbook of sport psychology* (pp. 712-736). New York: Wiley.
2. Aquilina, D. y Henry, I. (2010). Elite Athletes and University Education in Europe: A Review of Policy and Practice in Higher Education in the European Union Member States. *International Journal of Sport Policy*, 2(1), 25-47.
3. Álvarez, P. R. y López D. (2012). Armonización entre proceso de aprendizaje y práctica deportiva en universitarios deportistas de alto nivel. *Ciencia, Cultura y Deporte*, 8(7), 201-212.
4. Brackenridge, C. (2004). Women and Children First? Child Abuse and Child Protection in Sport. *Sport in Society*, 7(3), 322-337.
5. Brettschneider, W.D. (1999). Risks and Opportunities: Adolescents in Top-Level Sport- Growing Up with the Pressures of School and Training. *European Physical Education Review*, 5(2), 121-133.
6. Conde, E. (2013). *La conciliación de la vida deportiva y la formación en los deportistas de alto nivel en España: Una visión cuantitativa*. (Tesis doctoral) Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Castilla-La Mancha, Toledo.
7. Conzelmann, A. y Nagel, S. (2003). Professional careers of the German Olympic Athletes. *International Review for the Sociology of Sport*, 38(3), 259-280.
8. David, P. (2004). *Human rights in youth sport: a critical review of children's rights in competitive sports*. Abingdon: Routledge.
9. Gallego, B. (2008). La investigación biográfico-narrativa en un estudio sobre la situación de las mujeres en el deporte. *Revista de Investigación Educativa*, 26(1), 121-140.
10. García Ferrando, M. (1996). Los deportistas Olímpicos españoles: un perfil sociológico. *Colección ICD: Investigación en Ciencias del Deporte*, 7. Madrid: Consejo Superior de Deportes.
11. García-Naviera, A. y Jerez, P. (2012). Departamento de Psicología del club Atlético de Madrid: filosofía, programación y desempeño profesional del fútbol base. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 111-120.

12. González, M. D. y Torregrosa, M. (2009). Análisis de la retirada de la competición de élite: antecedentes, transición y consecuencias. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y del Deporte*, 4(1), 93-104.
13. Hallinan, C. y Judd, B. (2009). Changes in assumptions about Australian Indigenous footballers: From exclusion to enlightenment. *Sport in Society*, 12(9), 1220-1235.
14. Heinemann, K. (1998). *Introducción a la economía del deporte*. Barcelona: Paidotribo.
15. Henry, I. (2013). Athlete Development, Athlete Rights and Athlete Welfare: A European Union Perspective. *The International Journal of the History of Sport*, 30 (4), 356-373.
16. Instituto Nacional de Estadística- INE (2005), *Encuesta de transición educativo-formativa e inserción laboral*, recuperado el 28 de junio de 2014 de: <http://www.mecd.gob.es/servicios-al-ciudadano-mecd/estadisticas/educacion/mercado-laboral/transicion-educativo-formativo/encuesta-2005.html>
17. Jonker, L., Elferink-Gemser, M. T. y Visscher, C. (2009). Talented athletes and academic achievements: a comparison over 14 years. *High Ability Studies*, 20(1), 55-64.
18. Lavalley, D. (2005). The effect of a life development intervention on sports career transition adjustment. *The Sport Psychologist*, 19(2), 193-202.
19. L. de Subijana, C., Conde, E., Barriopedro, M. y Gallardo, L. (2014). Eficacia en la aplicación de las medidas de formación para los deportistas de alto nivel en el territorio español. *Revista de Psicología del Deporte*, 23(1), 41-48.
20. Lupo, C., Tessitore, A., Capranica, L., Rauter, S. y Doupona Topič, M. (2012). Motivation for a dual-career: Italian and Slovenian student-athletes. *Kinesiology Slovenica*, 18(3), 47-56.
21. Lupo, C., Guidotti, F., Gonçalves, C.E., Moreira, L., Doupona Topic, M., Bellardini, M., Tonkonogi, M., Colin, A. y Capranica, L. (en prensa): Motivation towards dual career of European student-athletes. *European Journal of Sport Science*, 1-10. DOI: <http://dx.doi.org/10.1080/17461391.2014.940557>
22. Mateos, M., Torregrosa, M. y Cruz, J. (2010). Evaluation of a career assistance programme for elite athletes: satisfaction levels and exploration of career decision making and athletic-identity. *Kinesiology Slovenica*, 16(1-2), 30-43.
23. Muniesa, C., Barriopedro, M., Oliván, J., y Montil, M. (2010, noviembre). Estudio de integración social de los deportistas del equipo Olímpico español de Barcelona '92: transición de la vida deportiva a la vida laboral. Comunicación presentada en, *IV Congreso Internacional Universitario de las Ciencias de la Salud y el Deporte*, Comité Olímpico Español, Madrid.
24. Martínez del Castillo, J., Vázquez, B., Graupera, J.L., Jiménez-Beatty, J.E., Alfaro, E., Hernández, M. y Avelino, D. (2002). *Estudio sobre la actividad física y deportiva de las mujeres del municipio de Madrid: hábitos, demandas y barreras*. Madrid, Ayuntamiento de Madrid.
25. McGillivray, D. y McIntosh, A. (2006). Football is My Life. Theorizing Social Practice in the Scottish Professional Football Field. *Sport in Society*, 9(3), 371-387.
26. Miller, P.S. y Kerr, G.A. (2002). Conceptualizing excellence: Past, present, and future. *Journal of Applied Sport Psychology*, 14, 140-153.
27. Ministerio de Educación, Cultura y Deporte (2012). *Las cifras de la educación en España. Estadísticas e indicadores*. Madrid: Gobierno de España.
28. North, J., & Lavalley, D. (2004). An investigation of potential users of career transition services in the United Kingdom. *Psychology of Sport & Exercise*, 5(1), 77-84.
29. Pallarés, S., Azócar, F., Torregrosa, M., Selva, C. y Ramis, Y. (2011). Modelos de trayectoria deportiva en waterpolo y su implicación en la transición hacia una carrera profesional alternativa. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 6, 93-103.
30. Palomo, M. (2012). *El papel de las madres en el desarrollo de la excelencia en el deporte* (Tesis doctoral) Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Castilla-La Mancha, Toledo.
31. Park, S., Lavalley, D. y Tod, D. (2012). Athletes' career transition out of sport: a systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 6(1), 1-32.
32. Puig, N. y Vilanova, A. (2006). Deportistas Olímpicos y estrategias de inserción laboral. Propuesta teórica, método y avance de resultados. *Revista Internacional de Psicología*, 64(44), 63-68.
33. Selva, C.; Pallarés, S. y González, M.D. (2013). Una mirada a la conciliación a través de las mujeres deportistas. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 2013, 69-76.
34. Stambulova, N. (2007). Athletic retirement: A cross-national comparison of elite French and Swedish athletes. *Psychology of Sport and exercise*, 8(1), 101-118.
35. Stambulova, N. (2010). Professional culture of career assistance to athletes: A look through contrasting lenses of career metaphors. En T. V. Ryba, R. J. Schinke y G. Tenenbaum (Eds.), *Cultural turn in sport psychology* (pp. 285-312). Morgantown, WV: Fitness Information Technology.
36. Stephan, Y., Torregrosa, M. y Sánchez, X. (2007). The Body Matters: Psychophysical Impact of Retiring from Elite Sport. *Psychology of Sport and Exercise*, 8(1), 73-83.
37. Stronach, M. M. y Adair, D. (2010). Lords of the Square Ring: Future Capital and Career Transition Issues for Elite Indigenous Australian Boxers. *Cosmopolitan Civil Societies Journal*, 2(2), 46-70.
38. Torregrosa, M., Boixados, M., Valiente, L. y Cruz, J. (2004). Elite athletes' image of retirement: the way to relocation in sport. *Psychology of Sport & Exercise*, 5(1), 35-43.
39. Torregrosa, M., Sánchez, X. y Cruz, J. (2004). El papel del psicólogo del deporte en el asesoramiento académico- vocacional del deportista de élite. *Revista de Psicología del Deporte*, 13(2), 215-228.
40. Umbach, P. D., Palmer, M. M., Kuh, G. D. y Hannah, S. J. (2006). Intercollegiate Athletes and Effective Educational Practices: Winning Combination or Losing Effort? *Research in Higher Education*, 47(6), 709-733.
41. Vilanova, A. (2009). *Análisis de la Inserción Laboral de los Deportistas Olímpicos Catalanes* (Tesis doctoral), INEFC, Barcelona.
42. Vilanova, A. y Puig, N. (2013). Compaginar la carrera deportiva con la carrera académica para la futura inserción laboral: ¿Una cuestión de estrategia?. *Revista de Psicología del Deporte*, 22(1), 61-68.
43. Wylleman, P., Alfermann, D. y Lavalley, D. (2004). Career transitions in sport: European Perspectives. *Psychology of Sport and Exercise*, 5(1), 7-20.
44. Wylleman, P. & Lavalley, D. (2004). A developmental perspective on transitions faced by athletes. In M. Weiss (Ed.), *Developmental sport psychology*, pp 507-527. Morgantown, WV: Fitness Information Technology.