

Selección de comunicaciones orales presentadas al II Congreso Nacional de Investigación en Pádel (CIP 2016). 5 y 6 de mayo de 2016. Granada



Selection of oral presentations at the 2nd National Congress on Padel Research (CIP 2016), May 5–6, 2016. Granada, Spain

Variables psicológicas asociadas a la práctica competitiva en pádel



C. Casals^{a,b}, B.J. Sánchez-Alcaraz^c,
J. Courel-Ibáñez^b, J. Martínez-López^c,
E. Suárez-Cadenas^b

^a Departamento de Fisiología, Centro de Investigación Biomédica, Universidad de Granada, España

^b Departamento de Educación Física y Deportiva, Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Granada, España

^c Departamento de Actividad Física y Deporte, Facultad de Ciencias del Deporte, Universidad de Murcia, España

Objetivo. El objetivo del presente estudio fue determinar si existe una relación de la motivación con la autoeficacia, ansiedad y características generales de jugadores de pádel.

Método. Un total de 42 jugadores (13 mujeres) de pádel cumplieron los siguientes cuestionarios: Escala de Motivación Deportiva, Escala de Autoeficacia General y *Social Physique Anxiety Scale* versión en español. Todos los cuestionarios fueron previamente validados y se administraron en español. Además, se registró el sexo de los participantes, los años de práctica de pádel, su nivel deportivo, frecuencia de entrenamiento semanal y frecuencia de competición mensual. Se realizó un análisis de regresión lineal múltiple usando el método *stepwise*. Se incluyeron correlaciones de Pearson para los diferentes componentes de la Escala de Motivación Deportiva (ya que no pueden incluirse conjuntamente en la regresión por incumplir el principio de colinealidad).

Resultados. La frecuencia de competición predijo la motivación de los deportistas ($B=0.955 \pm 0.386$, $B=0.365$, $p=0.018$); mientras que el resto de las variables fueron excluidas del modelo. La media \pm desviación estándar de la frecuencia de competición fue de 0.7 ± 0.95 veces al mes. La puntuación total en la Escala de Motivación Deportiva fue de 6.75 ± 2.49 . Analizando los tres componentes

de la Escala de Motivación Deportiva, la frecuencia de competición se asocia de forma significativa tanto con la motivación intrínseca ($r=0.374$, $p=0.015$) como con la extrínseca ($r=0.329$, $p=0.033$), pero no con la motivación ($r=-0.088$, $p=0.581$).

Conclusiones. A una mayor motivación, mayor frecuencia de competición, sin que parezcan influir de forma significativa otras variables como los años de práctica, el nivel o el sexo de los jugadores de pádel. Esta alta motivación de los practicantes de pádel se podría explicar, entre otros factores, por su carácter lúdico y social, su facilidad de aprendizaje y el fácil acceso a instalaciones para su práctica habitual. Por tanto, el pádel se presenta como una herramienta muy útil para la promoción de actividad física y hábitos saludables. Por ello, se destaca la importancia de las estrategias psicológicas enfocadas al aumento de la motivación para conseguir compromiso y adherencia competitiva en el pádel; quedando, en esta muestra, en un segundo plano la percepción de la autoeficacia y la ansiedad.

<http://dx.doi.org/10.1016/j.ramd.2016.06.002>

La práctica de pádel mejora la respuesta inmune tras la competición



C. de Teresa^{a,b}, T. Nestares^a, C. Castellar^c,
S. Arraco^d, D. Otín^e, J. Díaz-Castro^a

^a Departamento de Fisiología, Facultad de Farmacia e Instituto de Nutrición y Tecnología de los Alimentos José Mataix, Universidad de Granada, España

^b Centro Andaluz de Medicina del Deporte, Junta de Andalucía, España

^c Departamento de Expresión Musical, Plástica y Corporal, Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte, Universidad de Zaragoza, España

^d Centro de Medicina del Deporte del Gobierno de Aragón, España

^e Servicio de Análisis Clínicos, Hospital Universitario Miguel Servet, Zaragoza, España