

LA PRÁCTICA DEL BALONCESTO DURANTE LA PANDEMIA COVID-19

Pablo Rosado González
Comité Olímpico Español & UCAM

Resumen:

El mundo del deporte no va a ser ajeno a la pandemia COVID-19. Las consecuencias de la crisis sanitaria sobre el baloncesto van más allá del impacto socioeconómico. Este estudio pretende conocer la percepción de los entrenadores ante las nuevas medidas y como afectan a la práctica del baloncesto. Fueron encuestados un total de (n=534) entrenadores. Los resultados muestran que los entrenadores que entrenan equipos femeninos perciben más estrés en las jugadoras que los que entrenan masculino. Jugar a puerta cerrada aumenta los niveles de concentración y atención de los jugadores además de favorecer a la comunicación. La planificación de la temporada se ha visto alterada a diferentes niveles y la adherencia a la práctica deportiva de los jugadores más jóvenes ha aumentado después del confinamiento.

Palabras clave:

Coronavirus, deporte, salud, comunicación, confinamiento.

INTRODUCCIÓN

A finales de 2019 se detectó una nueva cepa de coronavirus en Wuhan, China. El 30 de enero de 2020, la OMS (Organización Mundial de la Salud, enero de 2020) señala la existencia de un total de 7818 casos confirmados en todo el mundo, la mayoría de ellos en China y 82 en otros 18 países. Posteriormente, debido a su propagación, se declaró una situación de pandemia mundial. Se han tenido que tomar medidas drásticas para poder minimizar la transmisión el virus, incluido un confinamiento domiciliario. Como resultado, jugadores profesionales y no profesionales, tuvieron que tomar restricciones en su estilo de vida, siendo separados de sus equipos y siguiendo entrenamientos individuales (Bourdas et al., 2021).

Los principales eventos deportivos, incluidos las ligas de baloncesto, se vieron interrumpidos por la situación de crisis sanitaria. En España, tan solo la liga ACB (Asociación de Clubes de Baloncesto) pudo acabarse y en formato burbuja organizándose la denominada Fase Final Excepcional en julio 2020. Por tanto, cabe esperar un impacto socio económico dentro de la industria del deporte.

Una vez entrados en fases seguras para no propagar más el virus, se ha permitido retomar el deporte profesional y no profesional con diferentes protocolos. Concretamente, en los deportes colectivos como es el baloncesto, se han tenido que adoptar una serie de medidas para que la vuelta a la actividad se realice de forma segura y controlada. Debido a que el Covid-19 no está presente por igual en todas las partes del mundo, las medidas adoptadas son diferentes dependiendo de la influencia del virus. Además, en función de la categoría, los equipos deberán acogerse a diferentes protocolos. En España, la única liga profesional de baloncesto es la ACB y cuenta con su propio protocolo de actuación ante la crisis Covid-19. Las ligas de ámbito estatal en baloncesto en la temporada 2020/2021 son las ligas FEB (Federación Española de Baloncesto) y estas son: Liga Femenina, Liga Femenina 2, Liga LEB Oro, Liga LEB Plata y Liga EBA. Todas ellas se acogen al protocolo de actuación para la vuelta de competiciones de ámbito estatal y carácter no profesional publicado por el Consejo Superior de Deportes (CSD). Por último, las ligas de ámbito autonómico y escolar atenderán los protocolos de las diferentes federaciones autonómicas o Consejerías de Sanidad pertinentes.

Entre las medidas destacan: la ausencia de público a las competiciones, el uso obligatorio/voluntario de mascarilla, distanciamiento social, desinfección de manos y material, toma de temperatura...

En este estudio se busca conocer cómo ha afectado la pandemia covid-19 y sus consecuentes medidas a la práctica del baloncesto.

MÉTODO

Diseño.

Este estudio se realizó de manera online, utilizando la plataforma de internet Google Forms con el objetivo de conocer las sensaciones acerca de la influencia del Covid-19 en la práctica del baloncesto. Se utilizó un diseño correlacional con muestreo incidental por conveniencia. Debido a las restricciones de movilidad en el territorio nacional, causadas por la pandemia, se consideró que esta metodología era la más adecuada para obtener información.

Participantes.

En este estudio participaron un total de 534 entrenadores/as de baloncesto. Todos los participantes tuvieron que detallar el nivel de la titulación de entrenador (nivel 1, nivel 2, nivel nacional/técnico superior deportivo), el sexo del equipo al que entrena (masculino, femenino o ambos) y categoría a la que entrena (cantera, ligas sénior autonómicas, ligas FEB, ACB o extranjero).

La procedencia de los cuestionados principalmente es España (89,5%), incluyendo participación de todas las comunidades autónomas. Además, se recogieron datos de entrenadores en el extranjero.

Procedimiento

Con el fin de valorar la percepción de los entrenadores acerca de la influencia del Covid-19 en el baloncesto, se elaboró un cuestionario *ad hoc* sometido a evaluación por un juicio de expertos con entrenadores de nivel nacional, de diferente procedencia y categoría. Tras la evaluación, los expertos recomendaron la modificación de algunos ítems. Una vez finalizada la actualización del cuestionario y con las observaciones de los expertos se realizó un envío online del cuestionario a través de la aplicación electrónica Google Forms. Todos los cuestionarios se contestaron de manera individual y anónima, puesto que cada entrenador accedió al cuestionario por envío de un enlace online. El cuestionario consta de 28 preguntas y se estructura en 5 bloques. El primer bloque hace referencia a la salud mental de los jugadores, el segundo a competición a puerta cerrada, el tercero con aspectos relacionados con la comunicación, el cuarto con la planificación de la temporada y el quinto con el pasado confinamiento.

Análisis estadístico

Los factores se resumieron como frecuencias y porcentajes y se compararon utilizando el test de la ji-cuadrado (χ^2). Para el análisis de los datos se utilizó el paquete estadístico SPSS, y se estableció un nivel de significación de $p < .05$.

RESULTADOS

En este estudio participaron entrenadores de baloncesto de diferentes niveles y categorías. Concretamente, del total de la muestra, el 42% son entrenadores superiores, el 32,4% tienen el nivel 2 y el 25,6% nivel 1 (Tabla 1).

Tabla 1. Nivel de entrenador.

		Nivel Entrenador			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Nivel 1	135	25,3	25,6	25,6
	Nivel 2	171	32,0	32,4	58,0
	Nivel 3 / Técnico	222	41,6	42,0	100,0
	Superior				
	Total	528	98,9	100,0	
Perdidos	Sistema	6	1,1		
Total		534	100,0		

En cuanto a la categoría que entrenan, el 69,4% de los entrenadores se dedican a la cantera, el 16,4% entrenan en ligas Sénior Autonómicas, 6,6% en el extranjero, 6,4% en ligas FEB (LF, LEB, EBA) y 0,4% ejercen en ACB (Tabla 2).

Tabla 2. Categoría entrenador.

		Categoría equipo entrenado			
		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Cantera	367	68,7	69,4	69,4
	Ligas Senior Autonómicas	88	16,5	16,6	86,0
	Ligas FEB (EBA, LEB, LF)	34	6,4	6,4	92,4
	ACB	5	0,9	0,9	93,4
	Extranjero	35	6,6	6,6	100,0
	Total	529	99,1	100,0	
Perdidos	Sistema	5	0,9		
Total		534	100,0		

El 50,6% de los entrenadores/as dirigen equipos masculinos, el 23,8% femeninos y el 24,7% entrenan equipos de ambos sexos (Tabla 3).

Tabla 3. Sexo del equipo que entrena.

Sexo del equipo que entrena

		Frecuencia	Porcentaje	Porcentaje válido	Porcentaje acumulado
Válido	Masculino	270	50,6	51,0	51,0
	Femenino	127	23,8	24,0	75,0
	Ambos	132	24,7	25,0	100,0
	Total	529	99,1	100,0	
Perdidos	Sistema	5	0,9		
Total		534	100,0		

Las preguntas del bloque *Salud Mental de los Jugadores* relacionadas con el sexo del equipo entrenado (Tabla 4), muestran que los entrenadores que trabajan con grupos femeninos perciben que sus jugadoras padecen estrés ocasionado por la pandemia Covid-19 (pregunta 2). Por otro lado, los entrenadores que entrenan equipos masculinos perciben miedo por parte de los jugadores de ser contagiados por el Covid-19 (pregunta 3).

Tabla 4. Salud mental jugadores con sexo del equipo entrenado.

Salud mental jugadores y sexo equipo entrenado

Sexo del equipo que entrena		Pregunta1	Pregunta2	Pregunta3	Pregunta4	Pregunta5	Pregunta6
Masculino	Chi-cuadrado	10,800	,059	16,133	,004	197,388	2,710
	Sig. asintótica	0,001	0,808	0,000	0,951	0,000	0,100
Femenino	Chi-cuadrado	14,559	8,575	1,331	,953	82,571	,953
	Sig. asintótica	0,000	0,003	0,249	0,329	0,000	0,329
Ambos	Chi-cuadrado	13,569	1,508	3,723	1,108	70,892	2,492
	Sig. asintótica	0,000	0,219	0,054	0,293	0,000	0,114

El bloque de preguntas relacionadas con la *Competición a Puerta Cerrada* (Tabla 5) revela que tanto los entrenadores de cantera como los que entrenan en ligas FEB, consideran que la concentración de los jugadores y staff técnico aumenta en los partidos al disputarse a puerta cerrada (pregunta 10). Además, también consideran que los niveles de atención han aumentado gracias a la ausencia de público (pregunta 12).

Tabla 5. Competición a puerta cerrada con categoría a la que entrena.

		Competición a puerta cerrada y categoría equipo entrenado						
Categoría a la que entrena		Pregunta 7	Pregunta 8	Pregunta 9	Pregunta10	Pregunta11	Pregunta12	Pregunta13
Cantera	Chi-cuadrado	23,086	46,545	31,797	15,504	11,636	28,214	52,051
	Sig. asintótica	0,000	0,000	0,000	0,000	0,001	0,000	0,000
Ligas Senior Autonómicas	Chi-cuadrado	22,357	13,120	21,929	4,500	15,429	3,071	28,786
	Sig. asintótica	0,000	0,000	0,000	0,105	0,000	0,215	0,000
Ligas FEB (EBA, LEB, LF)	Chi-cuadrado	29,176	6,818	19,118	6,588	19,882	15,765	19,118
	Sig. asintótica	0,000	0,009	0,000	0,037	0,000	0,000	0,000
ACB	Chi-cuadrado	1,800	,200	1,800	,200	,200	,500	,400
	Sig. asintótica	0,180	0,655	0,180	0,655	0,655	0,779	0,819
Extranjero	Chi-cuadrado	13,086	6,429	12,400	5,714	2,941	,400	,400
	Sig. asintótica	0,001	0,011	0,002	0,057	0,086	0,819	0,819

En el bloque de preguntas relacionados con la *Comunicación* (Tabla 6) se manifiesta que tan solo los entrenadores de ACB y Ligas FEB (EBA, LEB, LF) perciben que la ausencia de público en los partidos mejora la comunicación puesto que no hay ruido (pregunta 16). Además, los entrenadores de cantera y ligas senior autonómicas consideran que la comunicación entre los diferentes staffs técnicos del club se ve mermada al no poder juntar grandes grupos en un mismo espacio (pregunta 18).

Tabla 6. Comunicación con categoría a la que entrena.

		Comunicación y categoría de equipo entrenado				
Categoría a la que entrena		Pregunta14	Pregunta15	Pregunta16	Pregunta17	Pregunta18
Cantera	Chi-cuadrado	361,192	334,390	136,723	,135	40,000
	Sig. asintótica	0,000	0,000	0,000	0,713	0,000
Ligas Senior Autonómicas	Chi-cuadrado	81,586	66,165	18,325	,563	9,667
	Sig. asintótica	0,000	0,000	0,000	0,453	0,002
Ligas FEB (EBA, LEB, LF)	Chi-cuadrado	32,529	12,412	2,455	,118	,471
	Sig. asintótica	0,000	0,002	0,117	0,732	0,493

ACB	Chi-cuadrado Sig. asintótica	,400	1,600	1,800	1,800	,200
		0,819	0,449	0,180	0,180	0,655
Extranjero	Chi-cuadrado Sig. asintótica	7,257	6,229	23,059	3,457	,029
		0,027	0,044	0,000	0,063	0,866

El bloque de preguntas de *Planificación de la Temporada* (Tabla 7) enseña que los entrenadores de ACB son los únicos a los que no les afecta la ausencia a entrenamientos de uno o varios jugadores/as por confinamiento (por contacto estrecho o positivo) en relación con la planificación de la temporada (pregunta 19). Además, vemos como los entrenadores de ACB y ligas FEB manifiestan que la planificación de los viajes se ve afectada por las restricciones de movilidad que ha ocasionado la pandemia covid-19 (pregunta 23).

Tabla 7. Planificación de la temporada con categoría a la que entrena.

Planificación de la temporada y categoría de equipo entrenado

Categoría a la que entrena		Pregunta19	Pregunta20	Pregunta21	Pregunta22	Pregunta23
Cantera	Chi-cuadrado Sig. asintótica	188,582	185,130	278,363	58,894	196,953
		0,000	0,000	0,000	0,000	0,000
Ligas Senior Autónomas	Chi-cuadrado Sig. asintótica	56,977	70,744		,011	16,767
		0,000	0,000		0,915	0,000
Ligas FEB (EBA, LEB, LF)	Chi-cuadrado Sig. asintótica	30,118			1,059	4,235
		0,000			0,303	0,040
ACB	Chi-cuadrado Sig. asintótica	,200	1,800		,200	1,800
		0,655	0,180		0,655	0,180
Extranjero	Chi-cuadrado Sig. asintótica	27,457	31,114	27,457	3,457	38,800
		0,000	0,000	0,000	0,063	0,000

El último bloque de preguntas, relacionado con *Confinamiento y Rendimiento* (Tabla 8), expone que, según los entrenadores que trabajan en cantera, el confinamiento ha aumentado la adherencia a la práctica de baloncesto (los jugadores/as faltan menos a entrenar) (pregunta 27). Por último, los entrenadores de cantera afirman que el largo periodo de tiempo sin entrenar ha disminuido los niveles de atención y concentración de los jugadores durante los entrenamientos (pregunta 28).

Tabla 8. Confinamiento y rendimiento con categoría a la que entrena.

Confinamiento y categoría de equipo entrenado		Pregunta24	Pregunta25	Pregunta26	Pregunta27	Pregunta28
Categoría a la que entrena						
Cantera	Chi-cuadrado	,003	16,714	86,306	11,704	27,884
	Sig. asintótica	0,958	0,000	0,000	0,001	0,000
Ligas Senior Autonómicas	Chi-cuadrado	,182	,000	2,586	5,628	,705
	Sig. asintótica	0,670	1,000	0,108	0,018	0,703
Ligas FEB (EBA, LEB, LF)	Chi-cuadrado	1,059	,471	,118	,471	1,824
	Sig. asintótica	0,303	0,493	0,732	0,493	0,402
ACB	Chi-cuadrado			1,800	,200	1,600
	Sig. asintótica			0,180	0,655	0,449
Extranjero	Chi-cuadrado	,029	,257	3,457	4,829	2,114
	Sig. asintótica	0,866	0,612	0,063	0,028	0,347

DISCUSIÓN

Este estudio pretende conocer el efecto que ha causado la pandemia Covid-19 en la práctica del baloncesto. Las diferentes restricciones y los protocolos propuestos para la práctica segura del deporte han podido añadir dificultades a los entrenadores en diferentes aspectos.

En esta situación de incertidumbre, los deportistas pueden padecer problemas relacionados con la salud mental. Un estudio realizado con deportistas olímpicos sobre la influencia de la pandemia en alto rendimiento revela que el 68% de los deportistas encuestados hizo referencia a repercusiones en la salud mental, destacando la incertidumbre, las preocupaciones respecto a la salud de la familia, aburrimiento e inquietud por entrenar (Duarte, 2020).

Los resultados de este estudio muestran que los entrenadores de equipos femeninos perciben más estrés ocasionado por la pandemia Covid-19 en sus jugadoras, que los equipos masculinos. Esta afirmación coincide con la que se presenta en el estudio de González, J. y Garcés de los Fayos, E.J. (2014) en el que se expone que los hombres, ofrecen mejores puntuaciones en los perfiles de rendimiento psicológico, siendo precisamente las medidas de control de estrés las que nos indican mayores diferencias muestrales. Sería pertinente, sin descuidar el apartado técnico-táctico y físico, dotar de importancia al factor psicológico dentro de la planificación de temporada y poder evaluar y detectar posibles problemas derivados de esta situación.

Los entrenadores que entrenan tanto en cantera como en ligas FEB han considerado que la concentración y atención de los jugadores y staff técnico aumenta en los partidos al disputarse a puerta cerrada. Esto puede deberse a lo que comenta Castelnau – Díaz (2013) en su estudio, indicando que dos de las situaciones de presión más frecuentes que afectan la concentración de la atención son, desde el punto de vista externo, las

exclamaciones del público y la presencia de familiares en el público. Tanto en cantera (con la ausencia de familiares en la grada) como en ligas FEB (ausencia de aficionados) se han visto beneficiados, a nivel de rendimiento y desde el punto de vista de la atención y concentración, de jugar los partidos a puerta cerrada. Es posible que esta variable no afecte significativamente en ACB y Ligas Senior Autonómicas porque en los primeros, son jugadores profesionales, acostumbrados a jugar ante multitud de aficionados, por lo que sus niveles de concentración y atención están menos supeditados a la afluencia de público, y en los segundos, el número de asistentes a los partidos es menor.

Por el otro lado, esta ausencia de público puede provocar beneficios en otros aspectos. Los resultados muestran que los entrenadores de ACB y Ligas FEB perciben que los partidos a puerta cerrada mejora la comunicación puesto que no hay ruido. Coinciden las dos categorías que mayor afluencia de público tienen, siendo la ACB la liga con más aficionados en las gradas, con una media de 6042 aficionados por partido en la temporada 2018-19 (López, P., 2019). Además, los entrenadores de cantera y ligas Senior Autonómico detallan que la comunicación dentro de los diferentes cuerpos técnicos del club se ha visto mermada al no poder juntar grandes grupos en un mismo espacio. Las diferentes reuniones y charlas técnicas que se realizan periódicamente para sentar las bases de las canteras, no se han podido realizar. Esto puede derivar carencias en el rendimiento de los jugadores en un futuro.

Otro de los problemas a los que se han enfrentado los entrenadores durante el transcurso de la temporada es la planificación. A nivel deportivo y confección de plantilla, los entrenadores de ACB son los únicos a los que la ausencia de jugadores a algún entrenamiento por estar confinado no le afecta a la hora de planificar la temporada. Esto puede deberse a la gran cantidad de recursos de los que disponen los clubes de la élite, contando con los medios necesarios para poder contar con tantos jugadores como sean necesarios para el desarrollo de las sesiones. Por otro lado, tanto los entrenadores de ACB como los de las ligas FEB, manifiestan que la planificación de los viajes se ha visto afectada por las restricciones de movilidad ocasionadas por la pandemia. Muchos clubes que normalmente realizan desplazamientos para jugar regionalmente sus ligas, esta temporada han modificado sus sistemas de competición para evitar el mayor número de desplazamientos posibles. Sin embargo, tanto las ligas FEB como la ACB ha mantenido su formato de competición.

Almagro, B.J. y Paramio-Pérez, G. (2017), indican que la motivación autodeterminada, la satisfacción de sus necesidades psicológicas, el clima de apoyo a la autonomía que genera el entrenador, así como la relación con éste, el apoyo familiar y la posibilidad para compatibilizar con los estudios tienen una gran importancia para que los jugadores de baloncesto mantengan su práctica. Como dato esperanzador, parece que la pandemia no ha afectado dichos factores ya que los entrenadores de cantera manifiestan un aumento de la adherencia a la práctica del baloncesto después del confinamiento. No obstante, a pesar de que faltan menos a entrenar (coincidiendo con la temporada con menor número de sesiones), los entrenadores de cantera perciben que los jugadores han disminuido los niveles de atención y concentración durante los entrenamientos.

CONCLUSIÓN

Los entrenadores de baloncesto deben tener en cuenta numerosos factores a la hora de planificar y desarrollar una temporada. Como consecuencia de la pandemia Covid-19, han surgido nuevos inconvenientes que se deben tener en cuenta a la hora de entrenar.

Sánchez (2006) señala como aspecto fundamental, para el desarrollo de la pericia en baloncesto, entre otras cosas, el poseer unas características psicológicas adecuadas. Coincidiendo con González, J. y Garcés de los Fayos, E.J. (2014), si consideramos el rendimiento deportivo como una combinación de preparación física del cuerpo y preparación psicológica de la mente, los entrenadores deberían poner más dedicación en esta segunda área, ya que a menudo, se presupone el desarrollo de las habilidades psicológicas por sí solas. Después de un periodo de confinamiento y una pandemia, consideramos que sería pertinente evaluar los niveles de estrés de los deportistas y trabajar en ello. Además, estimamos oportuno poder mantener los niveles de atención y concentración manifestados durante la competición sin público una vez se permita el acceso a las gradas.

Aunque la ausencia de público a las competiciones supone efectos negativos sobre la industria del deporte, a nivel rendimiento deportivo puede suponer beneficios. La comunicación durante los partidos se ha visto beneficiada de la falta de espectadores.

Otro de los problemas a los que se han enfrentado los entrenadores en una temporada postpandemia es la planificación de los entrenamientos. En los equipos con plantillas cerradas y sin posibilidad de incorporar jugadores, los confinamientos de jugadores han afectado a la planificación de las sesiones. A nivel logístico, a los clubes que precisan de desplazamientos fuera de la provincia para jugar los partidos visitantes, también han tenido inconvenientes derivados de la situación.

Por último, los deportistas más jóvenes han aumentado la adherencia a la práctica deportiva. Aunque es posible que por la falta de regularidad a la hora de entrenar muchos deportistas hayan abandonado la práctica del baloncesto, los jugadores que han retomado la actividad, lo han hecho con una mayor periodicidad.

Como propuestas de futuro y limitaciones del estudio, se debe analizar la situación en un periodo de tiempo mayor y compararlo con la etapa anterior a la situación de crisis sanitaria para poder escoger las estrategias más oportunas e intentar así volver a la normalidad lo antes posible. En ese análisis se debería de encontrar la forma de poder evaluar diferentes aspectos relacionados con la salud mental y habilidades psicológicas, siempre difíciles de medir.

REFERENCIAS

Almagro, B. J., & Paramio-Pérez, G. (2017). Motivación y adherencia a la práctica de baloncesto en adolescentes. *Cuadernos de psicología del deporte*, 17(3), 189-198.

Bourdas, D. I., Zacharakis, E. D., Travlos, A. K., & Souglis, A. (2021). Return to Basketball Play Following COVID-19 Lockdown. *Sports*, 9(6), 81. <https://doi.org/10.3390/sports9060081>

Castelnuau – Díaz: *La Concentración de la Atención en la ejecución del tiro libre en el Baloncesto*. (2013). 24, 13.

Duarte, R. B. (2020). *Pandemia por COVID-19 y salud mental en deportistas: Una exploración después de la primera etapa*. 14.

González, J., Garcés de los Fayos, E.J., (2014) Individual differences and indicators of anxiety as adaptive strategies of selfefficacy in athletes. *Ansiedad y Estrés*. 20(1), 51-59

López, P. (2019) La ACB arranca 2019 con un 3,7% menos de asistentes a los pabellones. Palco 23. Recuperado de: <https://www.palco23.com/competiciones/la-acb-arranca-2019-con-un-37-menos-de-asistentes-a-los-pabellones.html>. (Consultado en mayo de 2021).

Organización Mundial de la Salud (2020). COVID-19: cronología de la actuación de la OMS. Última actualización 29 de junio de 2020. Recuperado de: <https://www.who.int/es/news/item/27-04-2020-who-timeline---covid-19> (Consultado en mayo de 2021).

Sánchez, M. S. (2006). El desarrollo de la pericia en baloncesto: Claves para la formación del jugador de alto rendimiento. *apunts EDUCACIÓN FÍSICA Y DEPORTES*, 10.