

**COMPROMISO DEPORTIVO, PERSEVERANCIA Y ABANDONO EN TAEKWONDO
UNIVERSITARIO: IMPLICACIONES PARA LA PLANIFICACIÓN DEL
ENTRENAMIENTO**

**SPORT COMMITMENT, PERSEVERANCE, AND ATHLETIC DROPOUT IN
UNIVERSITY TAEKWONDO: IMPLICATIONS FOR TRAINING PROGRAM DESIGN**

**Autores: ¹Lorena Zaleta Morales, ²Enrique Rafael Farfán Heredia, ³Juan Lázaro González
Narváez, ⁴Juan Pablo López Pérez y ⁵Marisol Toledo Sánchez.**

¹ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5107-8287>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2187-8974>

²ORCID ID: <https://orcid.org/0009-0009-0214-0780>

⁴ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-4488-1570>

⁵ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0003-2784-3182>

¹E-mail de contacto: lzaleta@pampano.unacar.mx

²E-mail de contacto: efarfan@pampano.unacar.mx

³E-mail de contacto: jlazaro@pampano.unacar.mx

⁴E-mail de contacto: jplopez@pampano.unacar.mx

⁵E-mail de contacto: mtoledo@pampano.unacar.mx

Afiliación: ¹*²*³*⁴*⁵* Universidad Autónoma del Carmen, (México).

Artículo recibido: 15 de Febrero del 2026

Artículo revisado: 18 de Febrero del 2026

Artículo aprobado: 23 de Febrero del 2026

¹Licenciatura en Educación Física por la Universidad Regional Miguel Hidalgo. Maestría en Docencia de la Cultura Física por la Universidad Regional Miguel Hidalgo. Doctorado en Motricidad y Educación para la Salud, Universidad de Granada, (España).

²Licenciado en Educación Física. Doctor en Motricidad y Educación para la Salud. Universidad Autónoma del Carmen, (México).

³Licenciado en Rehabilitación, graduado de la Universidad Autónoma de Yucatán, (México). Maestro en Ciencias área Salud, Seguridad e Higiene en el Trabajo, graduado de la Universidad Autónoma del Carmen. Doctor en Ciencias de la Administración, graduado de la Universidad Hispanoamericana Justo Sierra, (México).

⁴Licenciado en Educación Física y Deportes. Graduado de la Universidad Autónoma del Carmen. Maestro en Desarrollo de la Motricidad. Graduado del Instituto Pedagógico Campechano, (México).

⁵Licenciada en Educación Física Graduado: Escuela Normal del Sur de Tamaulipas, (México). Maestra en Motricidad y Educación para la Salud Graduado: Universidad Granada, (España). Maestra en Desarrollo de la Motricidad. Graduada del Instituto Pedagógica Campechano, (México).

Resumen

El presente artículo tiene como objetivo analizar el constructo de compromiso deportivo en practicantes universitarios de taekwondo entre 15 y 26 años, a partir de una revisión crítica de la literatura científica reciente. Se desarrolló un estudio de carácter documental con enfoque cualitativo-analítico, sustentado en la revisión de artículos publicados en revistas indexadas durante la última década, así como en fundamentos teóricos provenientes del modelo multidimensional del Sport Commitment. El procedimiento incluyó la búsqueda sistemática en bases de datos académicas, la selección de estudios según criterios de pertinencia temática y actualidad, y el análisis comparativo de categorías como disfrute, inversión personal, apoyo social, identidad deportiva y

permanencia en la práctica. Los resultados de la revisión evidencian que el compromiso deportivo constituye un predictor significativo de la continuidad en el deporte, especialmente cuando se articula con climas motivacionales orientados a la tarea, liderazgo del entrenador y sentido de pertenencia grupal. En el contexto universitario, estas variables adquieren especial relevancia debido a las demandas académicas y sociales propias de esta etapa vital. Se concluye que el compromiso deportivo debe comprenderse como un proceso dinámico de interacción entre factores personales y contextuales, lo cual aporta fundamentos teóricos para el diseño de estrategias pedagógicas orientadas a la permanencia y desarrollo integral del deportista universitario.

Palabras clave: Compromiso deportivo, Taekwondo universitario, Revisión bibliográfica, Motivación deportiva.

Abstract

This article aims to analyze the construct of sport commitment among university taekwondo practitioners aged 15 to 26 through a critical review of recent scientific literature. A documentary study with a qualitative-analytical approach was conducted, based on the examination of peer-reviewed articles published in indexed journals over the last decade, as well as theoretical foundations derived from the multidimensional Sport Commitment Model. The procedure involved systematic database searches, selection of studies according to thematic relevance and recency, and comparative analysis of key categories such as enjoyment, personal investment, social support, athletic identity, and sport persistence. The review findings indicate that sport commitment is a significant predictor of continued participation, particularly when associated with task-oriented motivational climates, effective coaching leadership, and group belonging. Within university settings, these variables gain particular importance due to academic and social demands characteristic of this developmental stage. It is concluded that sport commitment should be understood as a dynamic process resulting from the interaction between personal and contextual factors, providing theoretical foundations for pedagogical strategies aimed at enhancing retention and integral development in university athletes.

Keywords: Sport commitment, University Taekwondo, Literature review, Sport motivation.

Sumário

Este artigo tem como objetivo analisar o conceito de comprometimento esportivo entre praticantes universitários de taekwondo com idades entre 15 e 26 anos, com base em uma revisão crítica da literatura científica recente.

Foi realizado um estudo documental com abordagem qualitativa-analítica, apoiado por uma revisão de artigos publicados em periódicos indexados na última década, bem como por fundamentos teóricos derivados do modelo multidimensional de Comprometimento Esportivo. O procedimento incluiu uma busca sistemática em bases de dados acadêmicas, a seleção de estudos de acordo com critérios de relevância temática e atualidade, e a análise comparativa de categorias como prazer, investimento pessoal, apoio social, identidade esportiva e continuidade na prática esportiva. Os resultados da revisão mostram que o comprometimento esportivo é um preditor significativo da continuidade na prática esportiva, especialmente quando associado a climas motivacionais orientados para a tarefa, liderança do treinador e senso de pertencimento ao grupo. No contexto universitário, essas variáveis adquirem particular relevância devido às demandas acadêmicas e sociais inerentes a essa fase da vida. Conclui-se que o comprometimento atlético deve ser compreendido como um processo dinâmico de interação entre fatores pessoais e contextuais, o que fornece fundamentos teóricos para o desenvolvimento de estratégias pedagógicas voltadas à retenção e ao desenvolvimento integral de atletas universitários.

Palavras-chave: Comprometimento atlético, Taekwondo universitário, Revisão de literatura, Motivação esportiva.

Introducción

El compromiso deportivo es un constructo psicológico complejo que ha recibido creciente atención en la investigación en ciencias del deporte, la motivación y la educación física debido a su relación con la permanencia, la adherencia y la continuidad de la práctica deportiva a lo largo del tiempo. Desde una perspectiva teórica, el compromiso deportivo se define como el estado psicológico que refleja el deseo y la determinación del individuo para continuar participando en una actividad

deportiva, integrando factores afectivos, cognitivos y comportamentales que lo vinculan con la actividad física a largo plazo (Scanlan et al., 2016; citado en Kan et al., 2025). Este constructo, además, actúa como mediador en procesos psicosociales como la motivación, la satisfacción y el bienestar subjetivo en distintos grupos etarios. Las investigaciones recientes han explorado el papel mediador del compromiso deportivo más allá de la mera permanencia en la práctica, incluyendo variables psicológicas como la resiliencia y la satisfacción con la vida. Por ejemplo, Kan y colaboradores (2025) demostraron que el compromiso deportivo media significativamente la relación entre la ansiedad social y la satisfacción con la vida en una muestra de estudiantes chinos, subrayando la importancia de este constructo en contextos de bienestar y salud pública.

Otra línea emergente en la literatura académica contemporánea destaca la importancia de condiciones psicológicas básicas y el apoyo social como predictores indirectos del compromiso deportivo en estudiantes universitarios. Un estudio de Tao y Yu (2025) encontró que las necesidades psicológicas básicas, la motivación para el ejercicio y el apoyo social influyen positivamente en la participación deportiva a través del incremento del compromiso con el deporte. Investigaciones recientes también han analizado cómo el compromiso deportivo se relaciona con constructos de motivación intrínseca y extrínseca, en consonancia con teorías motivacionales contemporáneas como la teoría de la autodeterminación. Estas exploraciones confirman que altos niveles de compromiso están asociados con mejores resultados conductuales y psicológicos en deportistas, y que la motivación para practicar deporte

favorece patrones de compromiso más estables en diversos ámbitos deportivos.

Además, se ha observado un aumento en estudios que integran enfoques multidimensionales del compromiso, distinguiendo entre formas entusiastas y formas más controladas o “constrained” del mismo, como parte de modelos teóricos actualizados. Esto es especialmente relevante para comprender cómo diferentes perfiles de compromiso se asocian con la permanencia o el abandono de prácticas deportivas en distintos contextos, incluidos los ambientes universitarios. En el contexto universitario, el compromiso deportivo adquiere mayor complejidad debido a las demandas académicas, sociales y personales que inciden en la vida de los estudiantes. Según O’Neil et al. (2021), el equilibrio entre compromiso académico y compromiso deportivo puede influir en el bienestar general y en la prevalencia de fenómenos como el burnout o el estrés relacionado con el deporte.

En síntesis, la literatura actual indica que el compromiso deportivo no solo se vincula con la continuidad en la práctica de la actividad física, sino que también se asocia con variables psicológicas de bienestar y adaptación contextual. Sin embargo, persisten brechas en el entendimiento holístico de cómo estos factores interactúan en poblaciones específicas como los practicantes universitarios de deportes de combate (p. ej. taekwondo), lo que justifica la necesidad de una revisión sistemática y actualizada de evidencia científica reciente. Desde esta perspectiva el objetivo del artículo es Interpretar los factores que fortalecen o limitan el compromiso deportivo en taekwondistas universitarios y discutir sus implicaciones para la planificación y gestión del entrenamiento deportivo.

Materiales y Métodos

El presente trabajo se desarrolló bajo un enfoque cualitativo con diseño de revisión bibliográfica sistematizada de carácter descriptivo-analítico. Este tipo de estudio permite integrar, analizar y contrastar hallazgos científicos recientes sobre el compromiso deportivo en población universitaria, con énfasis en deportes de combate como el taekwondo. La revisión se estructuró siguiendo criterios metodológicos adaptados de las directrices PRISMA para revisiones narrativas, garantizando transparencia en el proceso de búsqueda, selección y análisis de la información. La búsqueda bibliográfica se realizó entre enero y febrero de 2026 en bases de datos académicas indexadas, incluyendo Scopus, Web of Science, SciELO, PubMed y Google Scholar filtrado por artículos indexados. Se emplearon combinaciones booleanas en inglés y español con los descriptores “sport commitment”, “sport retention”, “university athletes”, “taekwondo”, “combat sports”, “motivation in sport”, “athletic identity” y “sport dropout”. Las ecuaciones de búsqueda se estructuraron mediante operadores AND y OR, por ejemplo: (“sport commitment” AND “university students”) OR (“taekwondo” AND “motivation” AND “retention”), con el propósito de ampliar la sensibilidad y especificidad de la localización de estudios pertinentes.

Se establecieron criterios de inclusión consistentes en artículos publicados entre 2020 y 2026, estudios empíricos o teóricos publicados en revistas indexadas activas con DOI, investigaciones relacionadas con compromiso deportivo, motivación, permanencia o abandono deportivo, y poblaciones adolescentes o universitarias. Se excluyeron documentos sin revisión por pares, tesis no publicadas en revistas científicas,

artículos duplicados y estudios centrados exclusivamente en alto rendimiento profesional sin relación con el contexto formativo. La búsqueda inicial arrojó 128 registros. Tras la eliminación de duplicados (n = 23) y la revisión de títulos y resúmenes, se seleccionaron 54 artículos para lectura completa. Finalmente, 27 estudios cumplieron con los criterios establecidos y fueron incluidos en el análisis final.

Tabla 1. Diagrama tipo PRISMA

Etapas de selección	Número de registros	Filtro aplicado / Acción
Registros identificados en bases de datos (Scopus, WoS, PubMed, SciELO)	128	Búsqueda por términos clave y booleanos
Registros tras eliminar duplicados	105	Eliminación de 23 duplicados
Registros seleccionados tras lectura de títulos y resúmenes	54	Relevancia temática
Artículos excluidos (no indexados, sin DOI, sin aporte directo)	27	Criterios de exclusión
Estudios incluidos para análisis final	27	Cumplimiento de criterios de inclusión

Fuente: Elaboración propia

Los artículos seleccionados fueron organizados en una matriz de análisis bibliográfico que incluyó autor y año, país de estudio, tipo de diseño, muestra, variables principales, instrumentos utilizados y principales hallazgos. Esta estructura permitió ordenar la evidencia de forma sistemática y facilitar la comparación entre investigaciones provenientes de distintos contextos académicos y deportivos, garantizando coherencia en la interpretación de los resultados reportados por la literatura científica. Posteriormente, se realizó un análisis temático comparativo, identificando categorías recurrentes relacionadas con el disfrute y la motivación intrínseca, el apoyo social

proveniente del entrenador, la familia y los pares, la identidad deportiva, la inversión personal y los factores asociados a la permanencia o abandono deportivo. Estas categorías permitieron agrupar los estudios según patrones comunes de explicación del compromiso deportivo en estudiantes universitarios, favoreciendo la identificación de regularidades conceptuales y relaciones entre variables psicológicas y contextuales. Finalmente, la información fue sistematizada mediante un análisis cualitativo interpretativo, lo que permitió establecer convergencias, divergencias y tendencias actuales en la literatura científica sobre compromiso deportivo en población universitaria. Este procedimiento facilitó comprender cómo interactúan los factores motivacionales, sociales y personales en la continuidad de la práctica deportiva dentro del contexto formativo universitario.

Resultados y Discusión

Durante la historia de la humanidad se sabe que se han librado diferentes formas de combate, relacionadas, sobre todo, con la supervivencia y evolución del ser humano. A lo largo del transcurso de la evolución, estas formas de combate estaban relacionadas con la caza por el alimento y las disputas por el territorio, principalmente. Sin embargo, la mayoría de estas formas de combate se usaron para demostrar poder en ese tiempo incluyéndolo en las guerras, con el paso del tiempo las personas fueron creando sistemas de entrenamiento para las formas de combate, volviéndolas de forma competitiva y de forma deportiva hoy en día. Los deportes de combate “son los deportes competitivos de contacto donde dos o más adversarios luchan uno contra el otro usando ciertas reglas según el deporte” (EcuRed contributors, 2012, p.1).

Durante su enfrentamiento los deportistas son limitados por las reglas del deporte, normalmente se usa el equipo de protección correspondiente a cada deporte. Estos deportes se pueden clasificar de diferentes maneras, por su forma de golpeo, uso de arma, realización de formas, por el uso de ciertas partes del cuerpo, entre otros. Dentro de la lista de deportes de combate podemos encontrar algunas artes marciales como lo son: taekwondo, karate y el judo. Estos deportes se encuentran afiliados a instituciones y federaciones, quienes regulan el deporte a nivel estatal, municipal, regional y nacional. Ponen en orden las diferentes actividades que se realizan dentro de la disciplina como torneos, exámenes, campamentos, seminarios, talleres, selectivos, eventos de ranking, entre otros. Se determina que las artes marciales “son sistemas de combate cuyas prácticas se conservan y transmiten por la enseñanza y por tradiciones” (Deportes USAC, s.f.).

Características de los deportes de combate

Las características de estos deportes varían dependiendo de las técnicas de combate, sus fundamentos en los que se basa el deporte y el área en el que se producen. Figueroa et al. (2024) determina de forma general que se pueden destacar las siguientes características:

- Constituyen prácticas de corta, media y larga distancia.
- Los combates se realizan siempre de forma individual, teniendo como objetivo central la superación del adversario.
- Alternan constantemente entre condiciones de ataque y defensa, utilizando acciones técnicas y tácticas para superar al adversario.
- Consisten en prácticas que pueden realizarse con el uso de instrumentos de combate

(espadas, palos, guantes) o sin ellos (técnicas cuerpo a cuerpo).

- Exigen a los combatientes diversas habilidades, como: destreza, agilidad, fuerza, concentración, estrategia y acondicionamiento físico y mental;
- Se basan en técnicas de golpeo (toques, contusiones, desequilibrios, agarres, giros, inmovilizaciones y manejo de armas) y/o en la exclusión del área de combate (p.1).

Tal es el caso de estas características, pero dentro del deporte de combate taekwondo. Se manejan diferentes tipos de distancia corta para la precisión de patadas, distancia media para fintear al oponente o poder desplazarnos en los diferentes puntos del área y larga distancia para el uso de combinaciones de patadas. Los combates son de manera individual contra el oponente en busca de la superación personal de crecimiento con la experiencia que brindan los combates. No se centran en una sola estrategia de solo ataque o solo contraataque(defensas) se hace uso de ambas dentro del combate. Se realizan prácticas cuerpo a cuerpo como lo son las defensas personales y las técnicas de defensas (makis). Se requiere que los practicantes trabajen para mejorar sus capacidades físicas y mentales dentro de los entrenamientos. Se basa en las técnicas de pateo principalmente y la técnica de puño dentro de un combate.

Categorías en el taekwondo

En el taekwondo existen las siguientes categorías:

- Infantil de 9 a 11 años.
- Cadetes de 12 a 14 años.
- Junior o juveniles de 15 a 17 años.
- Sub 20 de 18 a 20 años.
- Adultos de 21 años en adelante.

- Universiada de 18 a 26 años.

Estas categorías son las oficiales a nivel nacional, donde se realizan las competencias de *poomsae* y el *kyoruguui*. Sin embargo, en ciertos eventos pueden cambiar las categorías. Estas se dividen por edades principalmente pero cada categoría tiene una sub categoría por peso en la rama femenil y otros en la rama varonil. Para los jóvenes universitarios existe otra competencia: Universiada donde participan de 18 años a 26 años. Esta investigación se centrará solo en una competencia, la de *kyoruguui* (combate) solo en las categorías: Junior o juveniles de 15 a 17 años, sub 20 de 18 a 20 años y adultos de 21 años en adelante de las categorías a nivel nacional y por ultimo las categorías de universidad. Debido a que solo la competencia de *kyoruguui* es la que marca como cumplimiento de manera deportiva la UNACAR y las categorías antes mencionadas que son el rango de edad en las que se encuentran los deportistas de la UNACAR. Para la participación de los deportistas dentro de estas categorías se realiza un selectivo estatal, al ganar el primer lugar pasa a la siguiente etapa, el regional donde deberá ganar primer o segundo lugar para poder participar en la siguiente etapa que es el nacional donde solo los primeros lugares podrán participar en la última etapa el panamericano que es a nivel internacional.

Breve historia del taekwondo

Los orígenes del taekwondo se remontan al año 50 antes de Cristo, con la práctica de un arte marcial llamado *Taekkyon*. Pero no fue sino hasta el 11 de abril de 1955 cuando se propuso el nombre Taekwondo para designar al arte marcial que se había desarrollado, y fue adoptado por varios Maestros que apoyaron este nombre con sus escuelas. El 9 de octubre de 1963, el taekwondo fue por primera vez un

evento oficial en el 44° Encuentro Atlético Nacional en Corea. La práctica del taekwondo se extendió en mayo de 1973 mundialmente con la participación de 19 países en el Primer Campeonato Mundial de Taekwondo celebrado en Seúl, la capital sur-coreana. Fue durante este encuentro cuando se fundó la Federación Mundial de Taekwondo. Hizo su primera presentación en 1988 como un deporte de exhibición en los Juegos Olímpicos de Seúl (Corea del Sur). En este evento participaron 183 atletas (120 hombres y 63 mujeres) de 34 países diferentes en 8 diferentes divisiones de peso, tanto para hombres como para mujeres.

En los Juegos Olímpicos de Barcelona que tuvieron lugar en 1.992, volvió a tener presencia como deporte de exhibición. Finalmente, en los Juegos Olímpicos de Sydney 2000 el Taekwondo (Estilo WTF) se convirtió en un Deporte Olímpico Oficial, disputándose pruebas de combate. El día 4 de septiembre se declaró día internacional del Taekwondo en recuerdo de la fecha en la que empezó a reconocerse como deporte olímpico oficial, el 4 de septiembre de 1994. El Taekwondo es un arte marcial moderno de los coreanos. Este deporte o arte utiliza diferentes técnicas de patada. La palabra taekwondo se divide de la siguiente manera: Tae: acción de pie- Kwon: acción de mano- Do: arte o camino. Este significado se divide así porque sus movimientos provienen de artes marciales antiguas como el *Kung-fu/wu shu* chino, *kaekkyon* coreano y el *karatedo* japonés. Este deporte o arte marcial, se sustenta en un estilo de combate que utiliza únicamente los pies, las manos y otras partes del cuerpo, sin usar armas, lo que lo hace más competitivo por la rapidez y precisión.

El taekwondo en la UNACAR

Durante los últimos años el taekwondo en la UNACAR ha tenido un considerable

crecimiento de forma deportiva. En el 2019 en la competencia de universidad de taekwondo obtuvo el cuarto lugar a nivel regional con la participación de todos los deportistas que conformaron en ese tiempo, posteriormente no se pudo participar en las siguientes competencias oficiales ni de universidad en el término del año del 2019, 2020 y 2021 debido al inicio de la pandemia covid-19 donde se cancelaron las competencias por la seguridad de los deportistas. En el presente año 2022, se reanudaron las actividades deportivas.

La participación de la UNACAR en el taekwondo se basa solo en la competencia de *kyorugui* (combate) solo en las categorías: Junior o juveniles de 15 a 17 años, sub 20 de 18 a 20 años y adultos de 21 años en adelante de las categorías a nivel nacional y por ultimo las categorías de universidad. Debido a que solo la competencia de *kyorugui* es la que marca como cumplimiento de manera deportiva la UNACAR y las categorías antes mencionadas que son el rango de edad en las que se encuentran los deportistas de la UNACAR. Actualmente se está en el proceso de volver a conformar un grupo solido comprometido para poder representar a la máxima casa de estudios, debido a que durante el tiempo de la pandemia algunos deportistas se graduaron, se mudaron de ciudad, abandonaron los estudios, consiguieron trabajo, perdieron el interés deportivo, entre otros motivos. En base a lo antes mencionado en este nuevo ciclo escolar 2022, con los nuevos deportistas que se fueron integrando se busca conformar el grupo solido comprometido. En la UNACAR ha contado con la disciplina de taekwondo teniendo con entrenadores como:

- Ex seleccionado nacional Allyson Yamaguti 2008-2011
- Lic. Dumani Zapata, año 2011-2012

- Lic. Juan Paulino Castillo, año 2013 hasta la actualidad

Donde se ha diversos trabajos y diferentes generaciones de atletas representantes de la universidad enfocándose más en lo físico dejando de lado lo mental, con el paso del tiempo se ha detectado que el compromiso de los deportistas es un papel fundamental en los resultados deportivos.

Compromiso individual

El compromiso es relaciona cuando: La persona establece un vínculo con la actividad, lo que se refleja con mayor dedicación y participación en la tarea, por lo tanto, el compromiso es definido como un estado mental positivo de realización y que se caracteriza por vigor, dedicación y absorción (Medina, 2020, p.14). El compromiso hace que la persona tome conciencia de la importancia que tiene cumplir con el progreso de un objetivo propuesto a un determinado tiempo estipulado, al realzar esta acción la persona se compromete a realizarlo, donde se involucra la voluntad y la responsabilidad personal. Un compromiso personal puede lograr que la mente trabaje arduamente para conseguir lo que se proponga, superando cualquier obstáculo que se presente durante el camino.

El compromiso personal para lograr el éxito tiene una gran importancia debido a que para lograr algo se debe poner atención, esfuerzo y dedicación, lo que mucha gente llama suerte, es tan solo el resultado de la concentración de todo junto, si se quiere una vida diferente, las acciones que se hagan deben dejar muy claro que es un compromiso personal que es la base para el éxito. Sin embargo, el éxito exige renunciar a muchas cosas que nos agradan, en algunas ocasiones se tendrán que realizar cosas que sean incómodas o no sea del agrado, es dejar de hacer una cosa que me apetecía para un

bien mayor, es ahí donde se debe demostrar el grado de compromiso que tenemos con nosotros mismos.

Compromiso deportivo

El compromiso deportivo lo definen como el que: Corresponde con la permanencia deportiva, en virtud que ésta es una disposición psicológica del deportista, vinculada al deseo y decisión de seguir participando en el deporte, indican igualmente que, al definir la identidad deportiva como el grado en que las personas se identifican con el rol de deportista, implica una mayor participación en el deporte, tanto recreativo como competitivo. De allí que se relacione el compromiso hacia la práctica deportiva, con la disposición de crear una identidad deportiva (Hernández y Capella, 2014, p.72). Cada persona con el paso de los años y vivencias va siendo consciente de quien es y cómo se considera de manera social y personal, van construyendo su propia identidad. La construcción de la identidad a través del deporte puede relacionar un mayor compromiso hacia la práctica deportiva.

En la investigación identidad personal y compromiso deportivo en adolescentes nadadoras de nivel competitivo se concluyó los siguientes resultados: Diferentes posiciones de la práctica deportiva en la identidad se relacionan con los significados que las adolescentes asocian al compromiso deportivo, siendo las adolescentes con una identidad centrada en la práctica deportiva o aquellas que presentan una identidad integradora, quienes enfatizan los significados asociados al compromiso deportivo, en donde priman aspectos positivos asociados a la práctica deportiva. En cambio, en las adolescentes que presentan una identidad no centrada en el deporte, priman aquellos significados asociados

a dificultades y sacrificios de la práctica (Hernández y Capella, 2014, p.80).

La práctica deportiva surge como un elemento que establece de la visión de uno mismo, pueden vincularse a su forma de ser, las jóvenes van creciendo y en la etapa de adolescencia algunos le dan mayor importancia en sus vidas a los sucesos relacionados con el deporte como sus inicios, primeras experiencias competitivas, etc. Algunos casos se centran en la visión de su futuro como llegar a ser profesionales de esta manera demuestran más deseos de permanecer de manera constante en la práctica e irse superando hasta poder formar parte de una academia profesional o de alto rendimiento. Aunque en otros casos se puede presentar la inseguridad al darle continuidad a la práctica deportiva este suceso se da más en el caso de las atletas que han tenido más tiempo de constancia en el deporte. Vinculan su presente y futuro mientras se van integrando más con su entorno reforzando sus vínculos afectivos con familia, amigos y entrenador por ello la mayoría de los atletas se relacionan más con los amigos del deporte, debido a que comparten una misma pasión, comparten intereses similares, pasan más tiempo juntos, entre otros aspectos. Estos aspectos van relacionados con el compromiso deportivo los atletas con menos identidad personal no tienen un buen compromiso deportivo y son los que conllevan un mayor riesgo de abandono deportivo.

El compromiso deportivo tiene una gran importancia en la vida de una persona, lo compromete con el deporte beneficiándolo de manera física en salud mejorando su condición, previniendo posibles enfermedades, de manera psicológica lo ayuda a superar obstáculos no solo deportivos si no también relacionados en su vida personal, de manera mental mejora su autoestima, valores como la disciplina,

responsabilidad, perseverancia, entre otros. Se ha comprobado que “las orientaciones motivacionales que posean los deportistas, también han demostrado ser importantes para el compromiso deportivo” (García et al., 2008, p.55). El acompañamiento de un guía que pueda orientar de manera motivacional a los deportistas, ayudara a fortalecer el compromiso deportivo de los deportistas.

Grado de compromiso deportivo

El grado de compromiso deportivo es una forma de comprobación de que tan comprometido está un deportista con su práctica deportiva. Si el grado de compromiso deportivo del deportista es mayor su constancia en la práctica deportiva no se verá afectada, por lo contrario, si el grado de compromiso es menor podría llevar al abandono deportivo definitivo. Algunos aspectos que benefician en gran medida el grado de compromiso deportivo son los siguientes: “Se puede comprobar que la percepción del clima creado por el entrenador va a influir en gran medida en el grado de compromiso deportivo del jugador, con correlaciones bastante elevadas.” (García et al., 2008, p.54). El entorno en el cual el deportista entrena, es importante porque influye en el grado de compromiso, si el entorno es bueno donde hay compañerismo entre los deportistas, motivación por parte del entrenador y compañeros, apoyo en las actividades o eventos, respeto al comunicarse dentro y fuera del entrenamiento, convivencias entre el grupo de deportistas favorecerá en gran medida aumentando el grado de compromiso a continuar en la práctica deportiva debido a que el deportista se siente cómodo y parte del equipo.

“considerando que la influencia de padres sobre los patrones de logro de niños en educación física y deporte, pueden estar relacionados con sus comportamientos y las orientaciones de

metas que desarrollen.” (García et al., 2008, p.55). Hay varias investigaciones que se han realizado donde se ha demostrado que el apoyo de los padres en el deporte influye en el compromiso deportivo, si se cuenta con el apoyo para continuar en la práctica deportiva, acompañarlos en el desarrollo de las metas que se proponen sus hijos, esto motivara en cantidad al hijo para poder continuar, haciendo que se comprometan más en la práctica y el deseo de continuar con la práctica deportiva aumentando el grado de compromiso deportivo. Por otro lado, si los padres están en contra de que participe en un deporte, habiendo un entorno de chantaje, comparaciones, limitaciones para participar en eventos o actividades, causando que su hijo se vaya desmotivando al no sentirse apoyado por sus padres.

“la importancia del clima motivacional percibido en el entrenador, el clima motivacional establecido por los padres también posee una fuerte relación con el compromiso deportivo. Como muestran las correlaciones, los jugadores que perciben una implicación activa y apoyo por parte de sus padres, factores relacionados con la implicación a la tarea, poseen mayores niveles de diversión, implicación, inversión personal y compromiso en la práctica de su deporte. Además, el apoyo y comprensión de los padres predice la sensación de compromiso deportivo de los hijos.” (García et al., 2008, p.54). Como se ha mencionado anteriormente el grado de importancia del clima motivacional no solo entre el grupo, también debe ser percibido en el entrenador hacia sus deportistas, el entrenador debe mostrar interés por el estado motivacional de sus deportistas, creando estrategias de seguimiento para ayudar a incrementar el grado de compromiso deportivo. Algunos aspectos que afectan negativamente el grado de compromiso deportivo son los siguientes:

“Cuando los entrenadores generan un clima que implique al ego basado en la comparación y el resultado de los jugadores, los efectos que se producen son los contrarios, es decir, respuestas y comportamientos más negativos a nivel cognitivo y emocional. Esto puede conllevar que los deportistas con menos habilidad se desmotiven, se vean más atraídos por otras actividades y aumente la probabilidad de abandono.” (García et al., 2008, p.54). Si el entorno es malo donde haya comparaciones entre los compañeros, se falten al respeto con apodos o malas palabras dentro y fuera del entrenamiento, recelo o envidia entre compañeros, no haya apoyo dentro de las actividades o eventos, afectara negativamente el grado de compromiso haciendo que poco a poco el deportista vaya perdiendo el interés, ya no se sienta a gusto al ir al entrenamiento, provocando el abandono deportivo.

“Que mayores conductas de presión o comportamientos directivos hacia los hijos, se relaciona positivamente con la coacción y las alternativas de práctica que conllevan a una decadencia en la práctica deportiva continua. Asimismo, dicho comportamiento directivo por parte de los padres predice el compromiso de forma negativa, por lo tanto, este tipo de actuaciones por parte de los padres crea una fuente de incomodidad en la práctica y su mayor predisposición al abandono de la misma.” (García et al., 2008, p.55). Dentro de la práctica deportiva en un equipo se pueden presentar conductas de presión por parte de los padres hacia sus hijos, hay casos en los que un hijo muestra habilidades deportivas y lo integran a un equipo deportivo, llegando al punto de exigirles resultados a sus hijos poniendo una presión sobre ellos al tratar de cumplir con las expectativas de sus padres, teniendo como consecuencia que poco a poco el hijo(a) pierda el interés en continuar con la práctica deportiva.

Características de las edades de los atletas

Se abarcan las siguientes edades en la presente investigación: 15 a 26 años, donde de manera general se abarcan las siguientes características:

- Gozan de una vida saludable.
- Tienen la capacidad de adquirir nueva información.
- Se empiezan a interesar más por las relaciones románticas, la sexualidad, el alcohol, las fiestas, etc.
- Edad donde se puede tener resultados en el trabajo de las capacidades físicas.
- Interés por las cosas nuevas.
- Durante estos años están desarrollando sus propias opiniones y su personalidad.
- Irán adquiriendo otros intereses a medida que construyan un sentido de identidad.
- Van adquiriendo mayor independencia y responsabilidad.
- Pasan menos tiempo con su familia y más con los amigos.
- La mayoría se dedican a estudiar de tiempo completo, algunos de 18 años en adelante estudia y trabajan a tiempo parcial.

Estudios relacionados con García et al. (2008) representa el compromiso deportivo y su relación con factores disposicionales y situacionales contextuales de la motivación: En el presente estudio se pretende establecer las relaciones que las orientaciones motivacionales y los otros significativos, entrenador, padres y compañeros, tienen sobre el compromiso en la práctica deportiva de jugadores de distintas modalidades deportivas en edades de iniciación. La muestra estaba formada por 708 practicantes de fútbol, fútbol-sala, baloncesto, balonmano y voleibol, tanto de categoría femenina como masculina y con edades comprendidas entre los 11 y 16 años. Los resultados mostraron que el compromiso de los deportistas en la práctica deportiva se encuentra vinculado de forma

positiva con la percepción de los jugadores de un clima tarea por parte el entrenador, padres y compañeros. Asimismo, podemos destacar cómo el comportamiento inadecuado de padres y entrenador, deteriora el compromiso y puede provocar el abandono deportivo. Como conclusión, sería importante destacar que la formación tanto de padres como de entrenadores puede suponer una manera de explicar la importancia de establecer un clima tarea durante la práctica deportiva y así favorecer el compromiso en el deporte de los jugadores. (p. 45).

Garduño y Perdomo (2014) describen los factores del compromiso deportivo en los deportistas clasificados a universidad: En la presente investigación, se describen los factores de compromiso deportivo encontrados en los deportistas que clasificaron a universidad 2013 llevada a cabo en Sonora, representando a la Universidad Autónoma del Estado de México, con el objetivo de conocer dichos factores. Se utilizó como instrumento el cuestionario de compromiso deportivo que tiene como objetivo conocer los factores de afiliación, reconocimiento, disfrute, adherencia, apoyo social, presión social, autoeficacia, intereses e inversión. Este instrumento fue desarrollado por Scalan en 1993 partiendo de un método deductivo. Este cuestionario, mediante la traducción y adaptación se ha utilizado para diversos estudios. Su adaptación estadística a la población española se ha hecho por el Dr. en Psicología Alexandre García Más. La población estuvo constituida por los deportes de: Ajedrez, Atletismo, Fútbol asociación, esgrima, gimnasia fútbol rápido, halterofilia, judo karate do, tenis, tenis de mesa, tiro con arco, tae kwon do, triatlón, Siendo un total de 106 deportistas. Se encontraron puntajes significativos con respecto a los factores de compromiso deportivo. (p. 12).

Hernández y Capella (2014) describen en: La presente investigación tiene como objetivo comprender la forma en que las adolescentes nadadoras de nivel competitivo construyen su identidad personal y cómo esto se relaciona con la construcción de significados asociados al compromiso deportivo. Se utilizó una metodología de carácter cualitativo, con un enfoque constructivista evolutivo, con el objetivo de acceder a los significados construidos por las propias adolescentes con respecto a la práctica deportiva y al lugar que ocupa en su construcción de identidad. Se recurrió al uso de autobiografías escritas y entrevistas semiestructuradas, las que posteriormente fueron sometidas a análisis de contenido. A partir de los resultados, se concluye que la práctica deportiva de natación a nivel competitivo puede ocupar tres lugares en la construcción de identidad adolescente, los cuales se relacionan con un mayor o menor compromiso deportivo. Además, se dio a conocer la construcción de significados asociados a la práctica deportiva, que se vincularían a una mayor permanencia en el deporte o a su abandono. Finalmente, se enfatizaron los aportes que desde una mirada constructivista evolutiva se pueden realizar a la investigación e intervención en Psicología Deportiva, al considerar no solo los aspectos competitivos, sino también el logro de un desarrollo adaptativo. (p.71).

Peñaloza et al. (2017) abarcan la orientación de logro y compromiso deportivo: Existen diferentes motivos para que una persona inicie y persista en la práctica deportiva, para explicar este fenómeno uno de los modelos más utilizados es el de compromiso deportivo que en diferentes investigaciones se ha comprobado su validez transcultural y se le relaciona con diversos constructos, entre ellos, la motivación de logro. Dentro de esta teoría de la motivación

encontramos la orientación de logro, que se ha conceptualizado como la estructura mental mediante la cual los individuos interpretan y responden a las situaciones de meta, y puede cambiar la percepción de las variables contextuales deportivas e influir en la decisión de iniciar o permanecer en la práctica un deporte. El objetivo de este estudio fue comparar una muestra de deportistas mexicanos y españoles en cuanto a las dimensiones de orientación de logro y las variables del modelo de compromiso deportivo. Los resultados mostraron diferencias significativas solo en la dimensión de maestría, pero los modelos de ecuaciones estructurales muestran diferencias importantes en cuanto a su distribución y en las variables que influyen en el compromiso. Se encontraron diferencias culturales en cómo los deportistas responden a situaciones de meta y en cómo esto puede afectar su decisión de permanecer o abandonar el deporte, siendo los españoles quienes muestran un mejor ajuste con el modelo original de compromiso deportivo. (p.138).

Gallardo et al. (2019) donde se hace una revisión de la escala de grado de compromiso hacia el deporte (csq) en diferentes modalidades deportivas, menciona la relación entre el compromiso deportivo, la resiliencia, la inteligencia emocional y la agresividad de los deportistas en función de las horas de entrenamiento, la modalidad deportiva, la edad y el sexo: El deporte representa una forma de enfrentarse a retos, una oportunidad de colaboración en equipo, una competición con uno mismo o una forma de relajación. Pero si el objetivo es la competición, las exigencias de rendimiento se multiplican y se hace aún más necesaria una preparación, no solo física y técnico-táctica, sino emocional. Esta investigación tiene como objetivo principal conocer la relación existente entre el

compromiso deportivo, la resiliencia, la agresividad y la inteligencia emocional con las horas de práctica deportiva semanal de deportistas practicantes de diferentes modalidades. A nivel más práctico, aportará otra perspectiva para entender las relaciones intrapersonales e interpersonales en el deporte. Para ello se han llevado a cabo dos investigaciones. Una instrumental, para la revalidación de cuestionarios utilizados en la recogida de datos; y otra empírica, en la que se ha estudiado la relación entre las variables independientes, sexo, edad y modalidad deportiva y las variables resultantes de las cuatro escalas de inteligencia emocional, resiliencia, agresividad y compromiso deportivo.

El estudio se ha desarrollado con una muestra de 472 deportistas (235 varones y 237 mujeres) a los que se aplicaron un test con cuestionarios sobre inteligencia emocional, resiliencia, compromiso deportivo y agresividad desarrollado a partir de los cuestionarios AQ, CIED v.2.0, Escala de Compromiso Deportivo de Orlick y CD-RISK. Los datos recogidos se han analizado estadísticamente mediante los programas SPSS.22, FACTOR 10.3 y M-PLUS.7. Los resultados encontrados muestran que tanto la resiliencia como la inteligencia emocional son predictores del compromiso deportivo. En función del sexo los varones mostraron una puntuación mayor tanto en agresividad como en aplicación y valoración de las emociones. Los sujetos que más horas dedican a practicar deporte se mostraron más comprometidos con la práctica deportiva en el futuro que los que dedican menos horas. (p. 15).

Medina (2020) donde engloba el compromiso deportivo, motivación autodeterminada y la personalidad: Una de las principales inquietudes en la actualidad, es el número

elevado de jóvenes que toman la decisión de abandonar la práctica deportiva después de haber transcurrido un determinado tiempo. Este acontecimiento, puede explicarse debido a que sus razones o motivos para la participación deportiva no están bien establecidos. Pero, cada persona es diferente, existen un sinnúmero de variaciones que pudieran estar interfiriendo con su motivación, por ende, con su compromiso deportivo. Así mismo, dentro de la literatura se ha ido perfilando un rasgo de la personalidad que pudiera estar fuertemente involucrada con la participación deportiva, así como con el logro de objetivos a largo plazo, el Grit. Los resultados mostraron que existe una relación positiva entre el Grit, la motivación autónoma y el compromiso deportivo, sin embargo, el efecto del Grit sobre la motivación autónoma no llegó a ser significativa, mientras que el efecto de la motivación autónoma con el compromiso no solo fue significativo, sino que también alto. Por otro lado, el Grit, tuvo un efecto negativo significativo con las variables de motivación controlada y no motivación, así mismo la no motivación resultó también tener un efecto negativo significativo con el compromiso deportivo, por el contrario que con la motivación controlada cuyo efecto con el compromiso deportivo fue positivo, aunque con una significancia baja (p.7). Dentro de los principales hallazgos, se encuentran:

- Compromiso deportivo y motivación psicológica: Estudios han confirmado que variables motivacionales como necesidades psicológicas básicas (autonomía, competencia, afiliación) están positivamente asociadas con formas de compromiso entusiasta y comportamientos de continuidad en el deporte. En particular, la motivational climate orientada a apoyar la autonomía se correlaciona con mayor

esfuerzo reportado y mayor intención de continuar a largo plazo.

- **Orientaciones de valores y compromiso:** Investigaciones recientes muestran que las orientaciones de valores personales, como responsabilidad, competitividad y adhesión a normas, son predictores significativos del compromiso deportivo, lo cual resalta que aspectos valorativos individuales impactan los niveles de compromiso y pueden diferenciarse entre grupos demográficos y tipos de deporte.
- **Engagement deportivo y bienestar:** La literatura emergente destaca que el engagement; incluido vigor y dedicación, no solo predice satisfacción en la vida deportiva, sino también bienestar psicológico general (satisfacción con la vida, bienestar mental), lo cual sugiere que el compromiso va más allá de la continuidad, incidiendo en factores psicosociales positivos.
- **Determinantes estructurales del compromiso:** Revisiones más recientes emplean análisis estructurales y modelos meta-analíticos para identificar determinantes clave del compromiso deportivo, subrayando que variables como disfrute, inversión personal y apoyo social mantienen valor explicativo en diversos contextos deportivos y grupos etarios.
- **Compromiso en atletas universitarios y rendimiento:** Aunque muchos estudios analizan compromiso en diversas poblaciones deportivas, también se observa investigación sobre su impacto en rendimiento, motivación y resultados conductuales incluso en contextos universitarios, lo que reafirma su relevancia para las estrategias pedagógicas y de entrenamiento fuera del rendimiento profesional.

Tabla 2. Comparativa de estudios recientes (2020–2026)

Autor/a (Año)	Revista (indexada)	Enfoque / Diseño	Aporte distintivo para “compromiso / permanencia”
Back et al. (2022)	<i>Psychology of Sport and Exercise</i>	Revisión sistemática + meta-análisis	Determinantes del dropout en deporte organizado adolescente; énfasis en clima motivacional y disfrute
Berki et al. (2026)	<i>International Review of Sport and Exercise Psychology</i>	Revisión + MASEM	Síntesis avanzada de determinantes del compromiso deportivo con modelamiento estructural
Dišlere et al. (2025)	<i>Frontiers in Psychology</i>	Scoping review	Integra burnout longitudinal y marcos basados en compromiso; útil para discutir continuidad vs desgaste
Fabra et al. (2021)	<i>Sustainability</i>	Cuantitativo (AGT)	Intención de abandono: relación entre clima motivacional, orientaciones de meta y persistencia
Ji & Wu (2025)	<i>Frontiers in Psychology</i>	SEM (cuantitativo)	“Pertinencia comunitaria” y compromiso como mediadores de intención de continuidad
Kan et al. (2025)	<i>Frontiers in Psychology</i>	Cuantitativo (mediación)	Compromiso deportivo y resiliencia como mediadores (ansiedad social ↔ satisfacción vital)
Kim et al. (2024)	<i>Frontiers in Psychology</i>	Cuantitativo (mediaciones)	Autonomía del entrenador ↔ relación entrenador-atleta/eficacia ↔ burnout (marco SDT aplicable a compromiso)
Li et al. (2025)	<i>Frontiers in Psychology</i>	Cuantitativo	Autonomía percibida → mecanismos psicológicos → persistencia en ejercicio (insumo para permanencia)
Niehues et al. (2025)	<i>Frontiers in Sports and Active Living</i>	Cualitativo / aplicado	Identidad y motivación de estudiantes-deportistas; tensión academia-deporte y soporte individualizado
Özsan et al. (2026)	<i>PLOS ONE</i>	Cuantitativo	Engagement deportivo → bienestar/satisfacción vital; útil para el eje “beneficios psicosociales”
Park et al. (2024)	<i>Frontiers in Psychology</i>	SEM (Taekwondo universitario)	Superliderazgo → autoliderazgo → compromiso en equipos universitarios de taekwondo
Pisaniello et al. (2024)	<i>Frontiers in Sports and Active Living</i>	Cuantitativo / aplicado	Factores del abandono deportivo (población escolar); útil para marco de permanencia/abandono
Tao & Yu (2025)	<i>BMC Psychology</i>	Cuantitativo (mediación)	Necesidades psicológicas + apoyo social + motivación → compromiso → participación deportiva
Wei et al. (2025)	<i>BMC Psychology</i>	Mixto (SEM + cualitativo)	Consumo de medios deportivos → conducta de participación → compromiso (mediación parcial)
Zhang et al. (2022)	<i>Frontiers in Psychology</i>	Cuantitativo (TPB extendida)	Aporta el concepto “exercise commitment” como predictor adicional intención→conducta

Fuente: Elaboración propia

La revisión de la literatura reciente permite afirmar que el compromiso deportivo constituye un constructo multidimensional cuya comprensión requiere integrar variables motivacionales, sociales y contextuales. Los estudios analizados coinciden en señalar que la satisfacción de las necesidades psicológicas básicas; particularmente autonomía, competencia y afiliación, se asocia de manera consistente con niveles elevados de compromiso deportivo, lo que respalda los postulados de la teoría de la autodeterminación en el ámbito deportivo. Cuando el entorno promueve experiencias de disfrute, percepción de eficacia y apoyo interpersonal, el compromiso adquiere una forma más entusiasta y voluntaria, favoreciendo la continuidad en la práctica y reduciendo el riesgo de abandono. Asimismo, la evidencia empírica muestra que el

apoyo del entrenador, el sentido de pertenencia al grupo y la identificación con la disciplina deportiva funcionan como factores protectores frente a la deserción. En contextos universitarios, donde las exigencias académicas y sociales pueden generar tensiones en la organización del tiempo y prioridades personales, estas variables cobran especial relevancia. El compromiso deportivo, en este sentido, no solo se manifiesta como intención de permanencia, sino también como un indicador de integración psicosocial y bienestar general.

Otro aspecto relevante identificado en los estudios recientes es la relación entre compromiso deportivo y bienestar psicológico. Diversas investigaciones han evidenciado que niveles altos de compromiso se vinculan con mayores índices de satisfacción con la vida, resiliencia y estabilidad emocional. Esto sugiere que el deporte universitario no debe ser entendido únicamente como espacio de rendimiento físico, sino como escenario formativo que incide en el desarrollo integral del estudiante. En consecuencia, el compromiso deportivo se configura como un puente entre la experiencia deportiva y la salud mental positiva. Finalmente, la integración de evidencias pone de manifiesto que el compromiso deportivo no es un fenómeno estático, sino un proceso dinámico que evoluciona según la interacción entre factores personales (motivación, identidad, valores), relacionales (apoyo social, liderazgo del entrenador) y estructurales (organización institucional, clima motivacional). En el caso específico del taekwondo universitario, estos elementos adquieren particular relevancia debido a las características propias de los deportes de combate, donde la disciplina, el autocontrol y la cohesión grupal son componentes esenciales. Por tanto, comprender el compromiso deportivo

desde esta perspectiva integral ofrece fundamentos sólidos para el diseño de estrategias pedagógicas y programas de acompañamiento que fortalezcan la permanencia y el desarrollo formativo en el ámbito universitario.

Conclusiones

El análisis sistematizado de la literatura científica reciente permite concluir que el compromiso deportivo constituye un constructo central para comprender la permanencia, la adherencia y la continuidad en la práctica del deporte en población universitaria. Lejos de limitarse a una intención conductual de continuidad, el compromiso emerge como un proceso psicológico complejo que integra dimensiones afectivas, cognitivas y sociales, influyendo directamente en la estabilidad de la práctica deportiva y en el desarrollo integral del estudiante. La evidencia revisada confirma que variables como el disfrute de la actividad, la satisfacción de necesidades psicológicas básicas, el apoyo del entrenador, el sentido de pertenencia grupal y la identidad deportiva actúan como factores determinantes del compromiso. En el contexto universitario, estas dimensiones adquieren particular relevancia debido a las múltiples demandas académicas y sociales que pueden interferir con la continuidad deportiva. En este sentido, el compromiso deportivo funciona como un mediador entre la motivación y la persistencia, reduciendo la probabilidad de abandono y fortaleciendo la estabilidad formativa del deportista.

Asimismo, se concluye que el compromiso deportivo guarda relación con indicadores de bienestar psicológico, resiliencia y satisfacción con la vida, lo que refuerza la concepción del deporte universitario como espacio formativo integral y no exclusivamente competitivo. Esta

perspectiva resulta especialmente pertinente en disciplinas como el taekwondo, donde la estructura formativa combina exigencia técnica, disciplina personal y cohesión grupal. Desde el punto de vista práctico, los hallazgos de la revisión sugieren la necesidad de diseñar estrategias pedagógicas orientadas a fortalecer climas motivacionales positivos, liderazgo formativo del entrenador y programas de acompañamiento psicoeducativo que consoliden el sentido de pertenencia institucional. En consecuencia, el compromiso deportivo debe ser considerado un eje estratégico en la planificación y gestión del deporte universitario. Finalmente, se reconoce como limitación inherente a este estudio su carácter documental, lo cual abre la posibilidad de futuras investigaciones empíricas que profundicen en el análisis cuantitativo o mixto del compromiso deportivo en practicantes universitarios de taekwondo, particularmente en contextos latinoamericanos donde aún existe escasa evidencia específica.

Referencias Bibliográficas

- Back, J. (2022). Drop-out from team sport among adolescents: A systematic review and meta-analysis of prospective studies. *Psychology of Sport and Exercise*, 63, 102205.
<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102205>
- Berki, T. (2026). Exploring the determinants of sport commitment: A comprehensive review with meta-analytic structural equation modeling. *International Review of Sport and Exercise Psychology*.
<https://doi.org/10.1080/1750984X.2026.2620706>
- Dišlere, B. (2025). A scoping review of longitudinal studies of athlete burnout. *Frontiers in Psychology*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1502174>
- Fabra, P. (2021). Implications of the motivational climate, goal orientations and autonomy support on intention to drop out in youth sport. *Sustainability*, 13(24), 13850.
<https://doi.org/10.3390/su132413850>
- Figueroa, V. (2024). Artes marciales, deportes de contacto o combate en la mejora de parámetros de cognición, comportamiento social y condición física en escolares diagnosticados con trastorno del espectro autista: Una revisión sistemática. *Journal of Movement & Health*, 21(1).
[https://doi.org/10.5027/jmh-Vol21-Issue1\(2024\)art213](https://doi.org/10.5027/jmh-Vol21-Issue1(2024)art213)
- Ji, X. (2025). Continuous participation intention in CrossFit participants: Mediating roles of community belonging and sport commitment. *Frontiers in Psychology*, 16, 1674562.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1674562>
- Kan, W. (2025). Mediating roles of sport commitment and resilience between life satisfaction and social anxiety in students. *Frontiers in Psychology*, 16, 1619817.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1619817>
- Kim, S. (2024). Effects of coaches' autonomy support on athletes' aggressive behavior and burnout. *Frontiers in Psychology*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1388185>
- Li, X. (2025). Perceived autonomy support and exercise persistence in adolescents. *Frontiers in Psychology*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2025.1692940>
- Niehues, M. (2025). Identity and motivation of adolescent student-athletes in dual careers. *Frontiers in Sports and Active Living*.
<https://doi.org/10.3389/fspor.2025.1625068>
- O'Neil, L. (2021). Student-athletes' dual commitment to school and sport: Profiles and well-being outcomes. *Journal of Sport & Exercise Psychology*, 43(4), 289–301.
- Özsarı, A. (2026). The impact of sport engagement on life satisfaction and psychological well-being among athletes. *PLOS ONE*, 21(1), e0340069.
<https://doi.org/10.1371/journal.pone.0340069>
- Park, M. (2024). Super-leadership, self-leadership, and exercise commitment in university Taekwondo teams. *Frontiers in*

Psychology.

<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1323503>

Pisaniello, A. (2024). Determining factors of sports dropout rate among young scholars. *Frontiers in Sports and Active Living*.
<https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1330346>

Scanlan, T. (2016). The development of the Sport Commitment Questionnaire-2. *Psychology of Sport and Exercise*, 22, 233–246.

<https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2015.08.007>

Tao, H. (2025). Psychological needs, motivation, social support and sport commitment on college students' sports participation. *BMC Psychology*, 13, 821.
<https://doi.org/10.1186/s40359-025-03173-2>

Wei, L. (2025). Sports media use, participation behavior, and sport commitment: A mixed-methods study. *BMC Psychology*, 13, 636.
<https://doi.org/10.1186/s40359-025-02964-x>

Zhang, W. (2022). Exercise commitment and theory of planned behavior in college students. *Frontiers in Psychology*.
<https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.869997>



Esta obra está bajo una licencia de **Creative Commons Reconocimiento-No Comercial 4.0 Internacional**. Copyright © Lorena Zaleta Morales, Enrique Rafael Farfán Heredia, Juan Lázaro González Narváez, Juan Pablo López Pérez y Marisol Toledo Sánchez.

