

INSTITUTO UNIVERSITARIO ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

**CÓMO INCIDE CONTAR CON UNA BASE DE DATOS EN EL PROCESO
DE FORMACIÓN DE LOS DEPORTISTAS EN UN CLUB DE FÚTBOL
PROFESIONAL**

Trabajo Final de Grado

Docente: Nicolás Raffo

JUAN AYALA

EMILIANO IRIBARNE

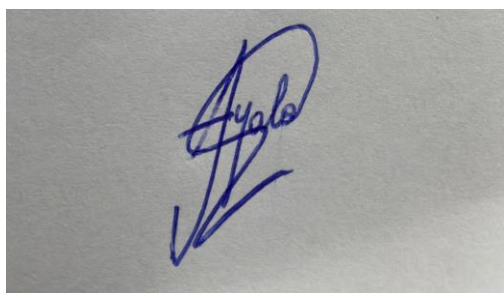
MONTEVIDEO

2022

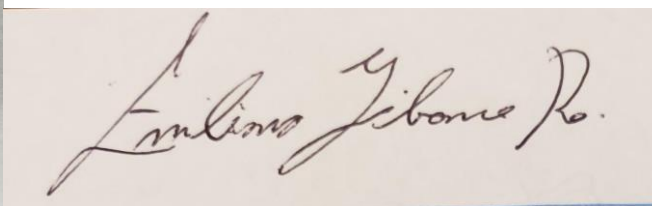
Declaración de autoría

Los abajo firmantes Juan Ayala y Emiliano Iribarne somos los autores y los responsables de todos los contenidos y de las opiniones expresadas en este documento, que no necesariamente son compartidas por el Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes.

Firmas:



Juan Ayala



Emiliano Iribarne

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	6
1.1 Presentación general.....	6
1.2 Competencias.....	7
2: ENCUADRE TEÓRICO	8
2.1 Fútbol.....	8
2.2 Preparación Física.....	10
2.3 Lesiones.....	12
2.4 Base de datos	13
3. EL CASO EN ESTUDIO.....	16
4. PROPUESTA METODOLÓGICA	18
4.1 Paradigma y modalidad de investigación.....	18
4.2 Preguntas de investigación que orientaron el estudio	19
4.3 Universo de estudio, características de los autores involucrados y contexto en el que se focaliza el estudio.....	19
4.4 Fase del estudio y duración total	20
4.5 Fase exploratoria de inicio:	21
4.5 Fase de colecta de datos:	21
4.7 Fase propuesta de mejora.....	22
4.8 Instrumentos utilizados para la colecta de datos.....	23
5. ANÁLISIS DE DATOS Y SU POSTERIOR UTILIZACIÓN	25
5.1 Criterios que organizan el análisis.....	25
5.2 Propuesta de mejora	34
6. RESULTADOS Y CONCLUSIONES	37
6.1 Resultados	37
6.2 Conclusión	38
7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	39
8. ANEXOS.....	43
ANEXO I: Aproximación Diagnóstica	45
ANEXO II: Plan de mejora	70
ANEXO III: Entrevista Exploratoria.....	81
ANEXO IV: Entrevista Coordinador.....	83
ANEXO V: Entrevista Profe de Ed. Física.....	86

ANEXO VI: Entrevista Director Técnico	89
ANEXO VII: Encuesta jugadores.....	92
ANEXO VIII: Cuadro de síntesis de aproximación diagnóstica	95

RESUMEN

El presente estudio describe el proceso realizado durante las asignaturas de Proyecto Final 1 y 2, en el marco de lo cursado en la licenciatura, esto implicó una aproximación diagnóstica y una propuesta de mejora, priorizando como tema central, generar una base de datos específica para una Institución Deportiva, en este caso para las Divisiones Formativas de un Club de Fútbol Profesional de la ciudad de Montevideo. Este tema abordado está vinculado con el trayecto de entrenamiento, el cual se escoge en el último año de la carrera.

Esta Institución cuenta con siete Divisiones Formativas (1era División., 4ta., 5ta., sub 16., 6ta., pre 7ma., y 7ma División). Cabe aclarar que el Club cuenta con bajos recursos económicos, este es un punto importante a tener en cuenta, ya que no hay posibilidades de realizar inversiones económicas para la resolución de los problemas planteados en el trabajo.

Para adentrarnos y obtener más conocimiento sobre los temas más importantes a mejorar en el área de preparación física y rendimiento de los jugadores del Club, se realizaron entrevistas a los principales actores involucrados en diferentes áreas: Presidente, Coordinador, Directores Técnicos y Preparadores Físicos y encuestas a los jugadores de formativas.

Mediante el problema hallado con la entrevista exploratoria y su análisis realizado por medio de una matriz se definió el anteproyecto guía de todo el proceso.

Elaborando y aplicando instrumentos específicos para la recolección de datos, vinculados con la institución y el problema en cuestión, se logró percibir cuál era la situación según las perspectivas de cada uno de los integrantes. Posteriormente se diseñó la propuesta de mejora aportando soluciones, con base teórica y atendiendo a la realidad del Club, siendo este proyecto conveniente y sostenible en el tiempo.

Palabras clave: Fútbol formativo, preparación física, base de datos.

1. INTRODUCCIÓN

1.1 Presentación general

En el marco de la asignatura Proyecto final de grado 1, emprendido en la Licenciatura de Educación Física Recreación y Deporte (IUACJ), se realizó un proceso de intervención a una Institución Deportiva, en nuestro caso trabajamos con un Club de Fútbol profesional en la ciudad de Montevideo. En cuanto al procedimiento, se siguió una estructura y metodología de trabajo en la cual se abordaron diferentes aspectos a tener en cuenta: en primera instancia se implementó el diseño de una entrevista exploratoria, para posteriormente aplicarla con el Presidente del Club, con el objetivo de identificar posibles problemas o fallas relacionados con el área de entrenamiento, abordando esta temática que es el trayecto elegido dentro de la licenciatura por los investigadores.

A partir de un análisis en profundidad de esta entrevista exploratoria se logró apreciar indicios de posibles fallas en el club.

En segunda instancia se fijó el tema más trascendente para mejorar la organización y funcionamiento en determinadas áreas del Club. Posteriormente se planteó en un anteproyecto el problema a abordar, las preguntas guías del proceso, el área de intervención y la definición de un cronograma para los temas a tratar.

En tercera instancia se seleccionó y diseñó instrumentos (entrevistas y encuestas) para aplicar con las personas involucradas en los temas pertinentes a tratar (Coordinador, Directores Técnicos, Preparadores Físicos y Jugadores). Finalizadas las encuestas y las entrevistas se prosiguió con el análisis de la recolección de datos, utilizando una matriz y arribando a un modelo final de análisis con los principales elementos encontrados.

En el marco de la asignatura Proyecto final de grado II, comenzó la segunda parte del año, abarcando los meses de agosto a diciembre, donde se realizó y presentó el cuadro de síntesis de la aproximación diagnóstica para posteriormente realizar una propuesta de mejora y finalizar con la entrega de su respectivo informe mencionando todo lo abordado: objetivo general, objetivos específicos, metas, desarrollo de la propuesta, actividades a realizar y nuestra meta.

En los apartados de este trabajo se abordarán temas como: presentación del contexto en estudio, presentación y desarrollo de los conceptos teóricos, el caso en estudio, propuesta metodológica, análisis de datos y su posterior utilización, finalizando con los resultados obtenidos y conclusiones generales.

1.2 Competencias

Las competencias empleadas para elaborar este trabajo fueron la utilización pertinente del lenguaje como herramienta de comunicación y producción académico-científico en los diferentes contextos de actuación profesional.

Por otra parte, se buscó desarrollar estrategias de autogestión del conocimiento y formación permanente para la búsqueda sistemática de la calidad profesional.

Y por último trabajar en equipo con diversos colectivos, manifestando iniciativa.

Profundizando aún más en las competencias, es pertinente mencionar a Blázquez (2013) quien menciona que las competencias refieren a la capacidad que posee el profesor de introducirse adecuadamente en el proceso de enseñanza aprendizaje. Se pueden definir las competencias docentes como la unión de experiencias, actitudes, conocimientos, comportamientos, que conforman la esencia del docente para llevar a cabo la enseñanza de la Educación Física.

2: ENCUADRE TEÓRICO

Como estudiantes de Educación Física y como ex jugadores de fútbol en divisiones formativas decidimos elegir en este último año de facultad el trayecto de entrenamiento, además se considera fundamental para comprender y profundizar nuestros conocimientos en entrenamiento. Por este motivo optamos por realizar el proyecto de grado con una Institución Deportiva de Fútbol que compite a nivel profesional.

Para comprender el problema de estudio es relevante entender los principales factores que se deben tener en cuenta para mejorar el Rendimiento Deportivo de un jugador de fútbol, para ello, a continuación, se fundamentan algunos conceptos claves de las características del deporte:

2.1 Fútbol

Según Góma (2007) El fútbol es un juego colectivo de pelota ejecutado casi exclusivamente con el pie (...) el mismo representa una enorme masa de seguidores y aficionados. Es una identificación, y es el símbolo moderno óptimo para la canalización de emociones y sensaciones que conlleva la existencia cotidiana en nuestra civilización. Es una “terapia mundial” para millones de aficionados de los cinco continentes, con una gran variedad de etnias, lenguas, costumbres, creencias y culturas que ello supone.

Históricamente en Uruguay hay un gran número de niños, adolescentes y adultos que juegan a este deporte. Se identifica un fuerte arraigo y trascendencia por lo que significa para nuestra sociedad, por ejemplo:

Cuenta con la presencia de clubes y ligas en los 19 departamentos de nuestro país, se registran según datos oficiales del año 2017 un total de 48.144 niños fichados en equipos de la organización (Benítez, 2020).

Con respecto a lo que expresa Góma (2007) y sobre los datos de Benítez (2020) del número de niños que juegan a este deporte, creemos que es fundamental para entender lo que significa y representa el fútbol en todo el mundo, sin dudas es un símbolo enorme de unión que moviliza a nivel mundial y en este sentido, Uruguay no es la excepción.

En vinculación con el trayecto de entrenamiento es pertinente mencionar al autor Cometti (2002) quien menciona que el fútbol es un deporte colectivo de carácter intermitente, en él predominan las acciones como cambio de dirección, carrera lineal, saltos, lucha y remates de tipo explosivo, estas acciones son las de mayor trascendencia cuando se hace referencia a los

momentos decisivos que se dan a lo largo de un encuentro. En consecuencia, resulta importante mencionar a Dupont Akakpo y Berthoin (2016) quien explica que, durante el transcurso de un partido de fútbol, los jugadores realizan diferentes tipos de habilidades o gestos ya sea; correr, patear, saltar y marcar. Para ello se requiere la repetición de carreras alternas de alta intensidad con períodos de recuperación cortos a largos, los cuales pueden ser activos o pasivos.

Lo mencionado por estos autores es clave para adentrarnos más en el trayecto elegido y por supuesto para tener presente la cantidad de factores que se necesita para formar a un jugador de fútbol profesional, como, por ejemplo; componentes técnico-tácticos específicos del deporte, capacidades físicas y coordinativas, acciones motrices, gestos, entre otras.

Profundizando aún más es pertinente mencionar a Dupont et al (2016) teniendo en cuenta las acciones realizadas en diferentes situaciones por los jugadores, cuando existe una situación de gol, las acciones más determinantes son las aceleraciones, sprints, saltos y disparos al arco. Por lo tanto, es vital en este deporte tener una alta capacidad de máximo consumo de oxígeno (VO_2 máx), ya que esta conduce a un progreso en el rendimiento, ya sea, en la distancia recorrida, en el nivel de intensidad de trabajo, y número de sprints durante un partido. En consecuencia, para desarrollar la aptitud física de un jugador de fútbol a través del entrenamiento se requiere de un aumento de las cualidades aeróbicas y anaeróbicas.

Sobre lo mencionado en el párrafo anterior, es importante para entender los aspectos fundamentales y determinantes a mejorar en un jugador de fútbol y el desafío que implica poder lograrlo, además es imprescindible tener en cuenta la variedad y cantidad de datos a recabar para formar, preparar y potenciar a un jugador de fútbol para que pueda llegar a un alto nivel de rendimiento. Pero para esto es necesario tener un historial personal sobre el desarrollo físico, procesos de entrenamiento y niveles de rendimiento deportivo de cada jugador durante su proceso de formación juvenil y profesional.

Por último, pero no menos importante, destacar a los autores López, Garrote y Díaz (2021) quienes mencionan que el rol del cuerpo técnico es clave en la formación base de los jugadores de fútbol, ya que se consideran que son las personas más influyentes en el desarrollo deportivo y social de los deportistas juveniles. Con respecto a esto, para evitar que los jugadores desistan de la práctica deportiva, es importante que el cuerpo técnico tenga una idónea formación deportiva, didáctica y educativa, con el fin de que la creación de tareas y el manejo del grupo sea lo más adecuado posible. Es imprescindible que el entrenador vaya trabajando con los jugadores

individualmente y a nivel colectivo sin ningún estrés, sobrepasando todas las etapas necesarias en búsqueda de un desarrollo continuo y completo.

Creemos fundamental que el cuerpo técnico tenga una buena comunicación que contribuya a trabajar de forma interdisciplinaria y eficiente, ayudando al crecimiento y acompañamiento en el desarrollo y maduración. Por otra parte, que exista y se registre la planificación, programación y coordinación en el trabajo de todos los integrantes del cuerpo técnico ya que es importante para mantener motivados a los deportistas y para que todos estén informados de los trabajos que hacen los distintos profesionales en su área, permitiendo trabajar en conjunto para mejorar la calidad de trabajo colectivo profesional y generar mayor nivel de compromiso, formalidad y seriedad, generando que los deportistas perciban cada detalle de estos aspectos mencionados, para que se sientan acompañados y motivados en cada momento del proceso de formación deportiva.

2.2 Preparación Física

Para comprender lo que significa la “Preparación Física” es pertinente mencionar a Gómez (2007) quien la denomina como la educación de las cualidades físicas, las cuales se manifiestan en aptitudes motoras, indispensables en el deporte. La educación de las aptitudes de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad forman el contenido específico de la Preparación Física, en este sentido es un aspecto fundamental en el entrenamiento deportivo.

En este sentido se continúa con el siguiente autor para comprender el objetivo de la misma, cuando es necesario en el caso de nuestro deporte y hacia dónde está destinada.

Por lo tanto, para Cometti (2002) el objetivo de la Preparación Física es mejorar la eficacia del entrenamiento y no fatigar a los jugadores. Por otra parte, en cuanto al trabajo de musculación es necesario realizar esfuerzos de calidad al principio (evidentemente después del calentamiento) para terminar con series más largas o cargas más ligeras. En relación a las demandas físicas del fútbol, el esfuerzo del futbolista está compuesto mayoritariamente por esfuerzos explosivos y son repetidos de manera intermitente. La Preparación Física debe estar direccionada en el aumento de la eficacia de todas las acciones, siendo estas, saltar más alto y acelerar más rápido. En consecuencia, la musculación es la que brinda el desarrollo de esta fuerza explosiva. Luego, es necesario tratar de aumentar la potencia y la velocidad de una determinada acción.

En este sentido es muy importante tener los datos de cada jugador y el fácil acceso a los mismos para generar eficacia en el control de las cargas de entrenamiento, especificidad e individualización de los entrenamientos según lo que requiera cada jugador y ser más eficientes

en la mejora de la fuerza explosiva que está ligada a varios aspectos a tener en cuenta y que pueden influir en la misma ya que existe vínculo, por ejemplo (series, cargas, intensidad, entre otras). Una vez mencionado esto, es necesario destacar las acciones más determinantes en el fútbol y para ello la preparación física es fundamental.

Hoy en día, la preparación física es un aspecto sumamente relevante en la formación de un jugador de fútbol a tal punto que es tan determinante como el dominio técnico individual. Condición física y técnica son cualidades que no pueden faltar para alcanzar un buen nivel de juego. La preparación física del fútbol corre a cargo de experimentados técnicos, en donde el preparador físico es determinante ya que cumple un rol fundamental en un equipo de fútbol. (Pérez Martínez y Torrebadella, 2017).

En cuanto a los sprints en el fútbol tomaremos en cuenta a Styles, Matthews y Comfort (2016), quienes mencionan que la distancia total efectuada en un partido de fútbol de élite puede encontrarse entre 8-12 km, también encontramos sprints cortos de alta intensidad, estos son determinantes en la efectividad de las acciones o momentos claves para definir o cambiar un partido. Estos sprints suelen tener una duración de dos a cuatro segundos, en distancias de 10 a 30 m, realizando un total de 17 a 81 sprints por partido por jugador, lo que representa hasta el 11% de la distancia total recorrida durante el mismo. Es por ello que las acciones explosivas, son las que principalmente determinan el resultado del encuentro.

En cuanto a los cambios de dirección (COD), se conoce como agilidad cuando el movimiento no es anticipado e involucra la percepción y la toma de decisiones específicas del juego, entrenar la velocidad de COD puede aumentar las posibilidades de evadir a los oponentes, crear espacios y marcar goles. (Rædergård, Falch y Van den Tillaar, 2020).

Importante destacar que los eventos más cruciales están representados por acciones anaeróbicas, como son un sprint lineal, un salto vertical (CMJ), o un cambio de dirección, ya sea para marcar gol o para colaborar con un compañero con la marca, una asistencia o situación de ataque. Una mejora en estas habilidades tan frecuentes en el fútbol, ocasionará un aumento en el rendimiento de esta práctica deportiva. (Ojeda Antón, 2021).

Según Martín et al. (2013) es imprescindible aprovechar los ejercicios de habilidad general para el aprendizaje de los elementos técnicos, como son el regate, la conducción del balón, el dominio del balón con la cabeza, el pase y su posterior recepción, el remate, lucha cuerpo a cuerpo por el balón, etc. Con la ayuda de la habilidad general se alcanza con mayor facilidad y

rapidez el dominio de los elementos técnicos que se van perfeccionando en condiciones más complejas.

En un partido de fútbol, es fundamental que el jugador esté preparado y aún más hoy en día con las exigencias que este implica, el superarse día tras día es crucial para superar al rival, para ello la preparación física es un aspecto infalible que no puede faltar, en nuestra opinión, educar a los deportistas sobre la relevancia de estos temas, será de gran ayuda y complemento para generar conciencia sobre la importancia de la preparación física para un deportista que pretende llegar a ser un jugador profesional.

2.3 Lesiones

El fútbol tiene una numerosa incidencia de lesiones, principalmente durante la competición. En este estudio se encontró una elevada frecuencia de lesiones musculares y ligamentosas, por lo tanto, es fundamental integrar programas preventivos con el objetivo de disminuirlas (Noya y Sillero, 2012).

Contar con una base de datos es fundamental para controlar el historial de lesiones y tomar decisiones para proponer programas de entrenamientos preventivos de forma específica y particular de acuerdo a las características y condiciones de cada deportista.

En la actualidad, a nivel mundial en el deporte, cuando se compete a un alto nivel de rendimiento, los deportistas corren un riesgo elevado de lesión debido al alto nivel de exigencias psicofísicas. Por lo tanto, los factores y el origen de las lesiones son multifactoriales, por este motivo, en algunos casos es difícil identificar factores de riesgo y desarrollar programas de estrategias de prevención de lesiones. (Cos, Cos, Buenaventura, Pruna y Ekstrand, 2010). En este sentido, afirmamos el hecho de contar con historial de lesiones de los deportistas y minimizar los errores en la planificación y toma de decisiones tanto para prevenir lesiones como para rehabilitar.

Los elementos clave de un programa eficaz de fortalecimiento y prevención de lesiones para jugadores de fútbol deben de contener ejercicios cardiovasculares, fuerza funcional (donde se engloba el trabajo excéntrico del bíceps femoral), estabilidad del "CORE", equilibrio neuromuscular, pliometría y estiramientos estáticos o dinámicos según el momento de la sesión (Moya y Ruiz, 2017). En nuestra opinión, creemos que es imprescindible trabajar en estos detalles a nivel grupal e individual.

Aquí es clave mencionar algunos factores de riesgo asociados a la aparición de lesiones en el fútbol, por lo tanto, es adecuado citar a Raya y Estévez (2016) hoy en día el fútbol es el deporte en conjunto con mayor ocurrencia en lesiones, por lo que conocer los factores de riesgo que conllevan a este deporte adquiere una gran importancia dentro del proceso de prevención de lesiones. Es preciso distinguir los factores de riesgo extrínsecos de los intrínsecos, diferenciándolos entre no modificables y modificables, sobre los cuales se podrá intervenir tanto desde el entrenamiento físico-deportivo o el entrenamiento invisible.

Además, es significativo adentrarse en los valores de referencia dentro de los cuales los factores de riesgo dejan de ser perjudiciales. Por último, es clave el no olvidarse de los factores de riesgo intrínsecos no modificables y su efecto en la aparición de lesiones, ya que, aunque no se pueda interponer de manera directa sobre ellos, deben estar presentes, junto con los factores de riesgo intrínsecos modificables y los factores de riesgo extrínsecos, elemental para la elaboración un mapa de alarma individual de cada futbolista para un conveniente desarrollo del trabajo preventivo. (Raya y Estévez, 2016).

Diferentes autores a nivel internacional remarcan la relevancia que tienen los cuerpos médicos de los planteles de fútbol juvenil en elaborar pautas para la prevención y tratamiento de las diferentes lesiones existentes, además, en cuanto a esto, el análisis de los datos debe ser permanente, al igual que la planificación y control, en este sentido, se debe vincular a la planificación a diferentes profesionales del cuerpo técnico, como lo son: los entrenadores, preparadores físicos, directores de equipo y deportistas. (Vicente y Federico, 2003)

2.4 Base de datos

Este estudio está destinado a actualizar la base de datos de un club de fútbol profesional de la ciudad de Montevideo, por lo que es fundamental comprender lo que esta representa en un club.

Una base de datos es una especie de “depósito” que nos permite almacenar gran cantidad de información de una forma ordenada para posteriormente encontrarla y emplearla sin ninguna dificultad. Se podría definir como un conjunto de información relacionada que se encuentra agrupada, para luego ser utilizada por la empresa o negocio particular. Algunas ventajas de la base de datos: control sobre la redundancia de datos, conciencia de datos, compartir datos, mantenimiento de estándares, mejora en la integridad de datos, mejora en la seguridad, en la accesibilidad a los datos, en la productividad, en el mantenimiento, aumento de la concurrencia y mejora en los servicios de copias de seguridad. (Pérez, 2007).

Una base de datos que contenga contenido de calidad en un club de fútbol profesional es de gran utilidad para poder emplear la información de cada plantel y la generación de jugadores, controles de metodologías de trabajo, entre otras. Además de ello la accesibilidad de los datos de forma inclusiva para todos los cuerpos técnicos permitirá trabajar de forma autónoma y eficiente sobre aspectos específicos en los que quiera trabajar cada profesional.

En consecuencia, para profundizar aún más sobre lo que esto significa, Rivera (2008) plantea que un sistema de manejo de base de datos es un conjunto de elementos interrelacionados que da la posibilidad de que varios usuarios tengan acceso a los archivos, tanto para consultarlos o para actualizarlos.

La base de datos puede organizarse de diversas formas y existen técnicas de organización, recomendaciones y en muchos casos leyes para su utilización adecuada para mantener la fidelidad de la información almacenada. Por otra parte, en la actualidad no se requieren de conocimientos de programación para poder manejar una base de datos, con saber utilizar una computadora alcanza, ya que el manejo de una base de datos es el conjunto de programas que permiten el acceso a diferentes datos para modificarlos, actualizarlos, exportarlos o importarlos (Rivera, 1994).

Para comprender por qué es imprescindible en un club de fútbol una base de datos es pertinente mencionar a los siguientes autores

Según Gómez, Jalca, García, Sánchez, Parrales y Merino (2017) es evidente que si los directivos y cuerpos técnicos, obtienen una buena información, es más factible que logren tomar decisiones pertinentes con un mayor impacto positivo en los negocios del club. Y por lo contrario si su información es carente, trabajarán con más incertidumbre, ocasionando que se efectúen decisiones con menos certezas. El avance de los sistemas de base de datos se convirtió en una herramienta fundamental para proporcionar información correcta y oportuna a los directivos.

Por tal motivo, para un club deportivo, el cual invierte en profesionales para brindar preparación multidisciplinaria a un gran número de jugadores, además es significativo tener el conocimiento de cada detalle y el control de los datos para darle valor, prestigio y fundamento a su labor diaria, tomar mejores decisiones y potenciar la autogestión, generando mayores ingresos de dinero a través de futuros negocios empresariales en el dentro del deporte (ventas, sponsors, pases de jugadores, entre otros).

En consecuencia, es relevante destacar aspectos que resultan importantes a la hora de escoger información, para ello se mencionan los siguientes autores:

Godínez y Segura (2011) plantean que la información oportuna y confiable, la cual constituye una herramienta sólida y esencial para la toma de decisiones. El entendimiento global de la situación en la cual se trabaja, permite reconocer fortalezas y debilidades para afrontar desafíos, así como examinar los distintos escenarios al igual que el almacenamiento de la información.

Aquí es importante que el club obtenga una información fiable y segura la cual esté almacenada y a disposición. En este trabajo se plantea actualizar y mejorar la base de datos del Club, consideramos que la misma podría contar con mucha más información valiosa de gran utilidad y de forma más organizada.

Concluimos que hoy en día con las tecnologías disponibles y con la sorprendente cantidad de información que se genera, es importante para el club, para los cuerpos técnicos y para los jugadores poder contar con información de relevancia sobre los procesos de entrenamiento de los jugadores que se llevan adelante. Por ejemplo, respecto a su rendimiento, estadísticas de juego, lesiones, etc. De no realizarse o llevarse a cabo es evidente la desventaja frente a los demás equipos que sí lo hacen y eso lleva a tener que contar con gente y material específico para lograr efectuarlo de forma adecuada. Ya que no todos tienen competencia y disponibilidad en el uso de la tecnología.

3. EL CASO EN ESTUDIO

El Club en el cual se desarrolla este estudio es una Institución profesional considerada y catalogada por las personas entrevistadas en este trabajo, como un Club de barrio. En los últimos años la Institución fue tomando un perfil confiable, serio, formal, pero al mismo tiempo con un ambiente de trabajo tranquilo y armónico (causado por el profesionalismo y experiencia de los actores). Cabe mencionar que “el Club está compuesto por profesionales y personas que trabajan en forma honoraria, las cuales se especializan en diferentes áreas de trabajo y permiten que el Club permanezca en funcionamiento. Además, se desarrollan diferentes actividades deportivas que compiten a nivel amateur, entre ellas se encuentran: fútbol femenino, fútbol playa, ajedrez y fútbol de amputados” (ver en Evidencias, Presidente. pág.1).

El estadio de este club de fútbol, está ubicado en la ciudad de Montevideo, en el barrio La Teja, se ubica al oeste de la ciudad de Montevideo, sobre la bahía, frente a la zona portuaria de la Ciudad Vieja. Sus límites están al Este por el curso del Arroyo Miguelete; al Noreste por la Avenida Luís Batlle Berres; al Noroeste por la Avenida Carlos María Ramírez; al Oeste la desembocadura del Arroyo Pantanoso y su límite al sur lo forma el contorno de la bahía de Montevideo sobre el Río de la Plata.

Dentro de las principales vías de comunicación se encuentra la Av. Carlos María Ramírez y el centro cívico histórico del barrio. Sobre la misma se concentran los servicios principales vinculados a la actividad comercial, la salud y la enseñanza. La evolución de esta avenida como centro ordenador de los flujos comerciales y de servicios es reciente (comienza con fuerza en la década del 90' y se consolida a inicios del siglo XXI). Hoy podemos encontrar dos grandes supermercados, dependencias de las mutualistas, emergencias móviles y varios comercios de ramos generales. Los servicios vinculados a la recreación y el ocio, pizzerías, pubs, etc. Para los habitantes del barrio, esta arteria se constituye como un punto de referencia importante ya que la mayoría de las líneas del transporte urbano circulan a través del barrio por ella (Dos Santos, Conze y Rodríguez, 2021).

El terreno del estadio fue cedido al club desde 1925, y el dueño de dicho terreno es la Administración Nacional de Puertos (A.N.P). Un atractivo que posee es que desde la Ruta Nacional se puede observar parte del estadio. En 1980 el estadio tuvo una gran reforma, donde se colocaron tres tribunas prefabricadas. En 2002, se creó una cuarta tribuna ubicada en la cabecera norte y, el mismo año, estas fueron nombradas.

Acerca de la infraestructura: el club cuenta con un complejo para entrenar con tres canchas no oficiales, más una cancha para poder competir oficialmente. El estado de las mismas en cuanto a riego y mantenimiento no es el adecuado.

El complejo cuenta con dos vestuarios de pequeño tamaño, con agua caliente. Más un vestuario con buenas condiciones para que los árbitros lo puedan utilizar el día de competencia. Por otra parte, no posee un espacio cerrado para realizar trabajos de musculación (sala) o entrenamientos los días de lluvia.

En cuanto a indumentaria deportiva, el club hace 3 años no les brinda indumentaria para juveniles. La que se posee es gracias a indumentaria que primera división no utiliza más y se las dona a juveniles o en algunos casos grupos de padres que se han involucrado para juntar medios para comprarla. Ocurre algo similar con los materiales de entrenamiento, ya que las pelotas que los juveniles utilizan son donaciones de Gol al Futuro, AUF o por la compra de padres que colaboran con la causa. En cuanto a los materiales destinados a la preparación física, el club prácticamente no los brinda, lo que se tienen son propiedad de los profesionales que trabajan allí (cuerpo técnico).

4. PROPUESTA METODOLÓGICA

Según Sautu (2005) el diseño metodológico se constituye de una serie de pasos que el investigador deberá llevar a cabo para crear evidencia empírica que le permita dar respuesta al problema de investigación.

4.1 Paradigma y modalidad de investigación

Sautu (2003) define paradigma como “la orientación general de una disciplina, el modo de orientarse y observar aquello que la disciplina ha determinado como su contenido temático sustantivo”.

El paradigma elegido es el interpretativo ya que se busca comprender e interpretar una realidad, siendo en este caso cómo incide contar con una base de datos en el proceso de formación de deportistas en un club de fútbol profesional. Se trata de comprender a los involucrados en este tema, interactuando a través de entrevistas y encuestas para así poder interpretar y obtener el motivo del problema en cuestión.

En este trabajo se utiliza una metodología cualitativa. Profundizando en ello es pertinente mencionar a Hernández Sampieri, Fernández Collado y Baptista Lucio (2014) los estudios cualitativos utilizan la recolección de datos sin medición numérica para desarrollar, definir, elaborar preguntas o hipótesis. Pudiendo ser antes, durante o después del análisis de los datos.

En continuación, Ruiz (2012) menciona que el objetivo de la investigación cualitativa es captar y reconstruir el significado de los hechos ya que su principal intención es la recolección y reconstrucción de un significado.

En este sentido esta investigación posee un diseño transversal y descriptivo, ya que utiliza la recolección de datos para describir, analizar las variables y su incidencia en un momento dado en una determinada población. (Hernández Sampieri et al, 2014)

Este estudio responde al “método estudio de casos”, el cual es un instrumento de investigación que nos permite medir y registrar la conducta de las personas que intervienen en el fenómeno estudiado. Los datos pueden ser obtenidos tanto de fuentes cualitativas como cuantitativas: documentos, registros de archivos, entrevistas directas, observación directa, observación de los participantes, instalaciones u objetos físicos. (Martínez Carazo, 2006).

En consecuencia, según Yin (tal como se cita en Martínez Carazo, 2006) el estudio de caso no intenta generalizar una muestra a todo el universo, sino que intenta una generalización

más analítica. Se propone la utilización del estudio de caso para representar o generalizar una teoría, donde en otros estudios se encuentren condiciones teóricas similares, por lo que una teoría desarrollada puede transferirse a otros casos.

Se busca indagar sobre un problema en concreto, que afrontan diferentes personas en un espacio y tiempo compartido.

Este proyecto es de carácter exploratorio, introduciéndonos en el mismo, es clave mencionar a Sabino (1986) las investigaciones exploratorias pretenden darnos una visión general, de tipo aproximativo, respecto a una determinada realidad. La investigación se lleva a cabo cuando el tema elegido ha sido poco explorado, reconocido y es difícil generar una hipótesis certera o precisa.

4.2 Preguntas de investigación que orientaron el estudio

Se diseñan tres criterios, descritos por Yin (1994).

- El interés por responder el ¿Cómo? y ¿Por qué? De un suceso, hecho o fenómeno en cierto contexto.
- El grado de control que tiene un investigador sobre el fenómeno, se hace recomendable el estudio de caso cuando hay escasa o nula capacidad de manipular experimentalmente el hecho.
- El problema a estudiar es contemporáneo.

En consecuencia, para este trabajo se diseñaron las siguientes preguntas de investigación:

- ¿Qué utilidad le brindaría al Club contar con una base de datos completa sobre jugadores y Cuerpo Técnico?
- ¿Qué tipo de registros utiliza el Club actualmente?
- ¿Qué tipo de decisiones tomarían a partir de la información obtenida en la base de datos?

4.3 Universo de estudio, características de los autores involucrados y contexto en el que se focaliza el estudio.

Según Ruiz (2012) todos los estudios implican a grupos de personas, cosas o hechos, por lo tanto, el grupo que se encuentre en la investigación será el universo o población de estudio, el

mismo puede tener la característica de ser finito o extenso, según la cantidad de población implicada.

Como características generales, es un Club humilde y su nivel de recursos es medio, pero compite deportivamente a la par con clubes de mayor poder adquisitivo, con mayor infraestructura y organización más establecida y afianzada desde hace décadas. El Club se conforma de esta forma: Presidente, Secretario, Directivos titulares y suplentes, Comisión Fiscal con titulares y suplentes, Gerentes en el área administrativa, Contadores, Abogados, Coordinador Deportivo, Captadores de jugadores, Directores Técnicos, Preparadores Físicos y Entrenador de Arqueros, además de Kinesiólogos, Psicólogo, Nutricionista, utileros y equipiers. En el Club compiten aproximadamente 180 jugadores juveniles entre edades de 12 y 19 años. El contexto de dichos jugadores es variado, incluso en las entrevistas se menciona que hay jugadores que se encuentran al borde del contexto crítico (ver en Evidencias, Presidente pág.1).

Muestra del estudio: Se realizaron entrevistas al Presidente, Coordinador, Cuerpo Técnico y se encuestó a un total de 42 jugadores, los mismos están divididos en 7ma., 6ta., 5ta. y 4ta. División del Club.

4.4 Fase del estudio y duración total

La investigación tuvo como duración 5 meses en los cuales se abordaron varias etapas.

Cabe mencionar que previamente a implementar estos instrumentos en el Club con la muestra seleccionada, se realizó una prueba piloto para comprobar si se encontraban fallas, dificultades o carencias y así poder evitarlas; también para comprobar el tiempo y su pertinencia hacia donde queríamos llegar.

La entrevista exploratoria se realizó al Presidente del Club, en la misma se planteó como objetivo identificar posibles problemáticas o aspectos a mejorar en la Institución seleccionada, a partir de allí, definimos estos problemas con más detalle e identificamos actores que nos brindaron información necesaria para lograr una conexión de las dificultades.

En consecuencia, se realizaron entrevistas semiestructuradas al Coordinador, Cuerpo Técnico (DT y Licenciados en Educación Física del Club), en las cuales su aporte fue fundamental, recabando información muy valiosa acerca de lo que se estaba realizando en el Club, su organización y cómo utilizan su base de datos, con qué información contaba, quién era el encargado de gestionar los datos, quiénes podían acceder y, si se podría actualizar o mejorar.

Por otra parte, se efectuó una encuesta a los jugadores juveniles del Club, 4ta., 5ta., 6ta. y 7ma. División, (un total de 42 jugadores) con el fin de recolectar datos mediante el uso de cuestionarios con modalidad de múltiple opción, las encuestas fueron respondidas con lápiz y papel, se plantearon un total de doce preguntas. Estas preguntas estaban formuladas en base al problema de estudio, si tenían noción acerca de la base de datos, si les gustaría acceder a la misma, que seguimiento tenían además de la retroalimentación o feedback por parte del Cuerpo Técnico y si consideraban de utilidad contar con una base de datos. Cabe aclarar que esta encuesta se realizó de forma presencial, bajo la orientación del investigador.

Una vez culminado, se avanzó con el procesamiento y análisis de los datos, realizando una matriz con la colecta de datos y analizando cada una de las respuestas para posteriormente redactar el informe.

Por último, ya dentro de la otra asignatura (Proyecto final II) se realizó una propuesta de mejora junto a los referentes institucionales y la supervisión de la comisión directiva.

4.5 Fase exploratoria de inicio:

En esta fase exploratoria se entrevistó al Presidente del Club quien accedió a participar con total disponibilidad, brindándonos su apoyo. Se realizó una entrevista semiestructurada con el fin de encontrar inconvenientes o problemas a resolver dentro del Club. Esta entrevista se realizó el día 6 de abril del año 2022 con una duración de 17 minutos, la misma fue clave para este proceso ya que fue grabada y transcrita. En un principio se realizaron preguntas destinadas a su narración en cuanto al Club y sus peculiaridades, fortalezas, debilidades, aspectos positivos y negativos para centrarnos en lo que refiere a las problemáticas o quizá aspectos a mejorar que podrían llegar a ser de gran utilidad para el Club.

Luego de esta primera etapa, se avanzó con el siguiente paso, el cual fue diseñar un anteproyecto, ordenando ideas referentes al problema encontrado y siempre en búsqueda de generar aportes que beneficien al Club.

Toda la información recabada fue clasificada y analizada en una matriz prosiguiendo con el diseño y elaboración de las entrevistas y cuestionarios para el Cuerpo Técnico y Jugadores.

4.5 Fase de colecta de datos:

En la fase de colecta de datos se destacan dos instrumentos: las encuestas a los jugadores de formativas (ver Anexo VII) y las entrevistas realizadas al Coordinador y Cuerpo Técnico (ver Anexo IV, V, VI) Los datos relevantes a nuestro problema de estudio fueron

seleccionados y dirigidos a una matriz donde se clasificaron las respuestas de acuerdo a las dimensiones institucionales planteadas por Frigerio, Poggi y Tiramonti (1999) ellas son la pedagógica, institucional, administrativa y comunitaria. En consecuencia, a esto se realiza el modelo de la colecta, el cual representa de forma gráfica las principales dimensiones implicadas, los sectores implicados, las personas involucradas y los principales factores causales.

En la colecta de datos se implementó:

- Una entrevista exploratoria al Presidente del Club (ver Anexo III).
- Entrevistas semiestructuradas al Coordinador, Cuerpo Técnico (D.T. y Lic. en E.F). (Ver Anexo IV, V, VI).
- Una encuesta con 12 preguntas, las cuales fueron aplicadas a 42 jugadores del Club (ver Anexo VII).

Como cierre de esta fase se arribó a un modelo final de síntesis donde se ven las dimensiones más implicadas en el problema del club, los actores más relevantes y los posibles factores causales que explican el problema investigado.

4.6 Última fase informe de aproximación diagnóstica

Luego de haber elaborado la colecta de datos y su análisis se obtuvo un modelo final de síntesis con la dimensión más implicada, las personas involucradas y los factores causales para pasar a redactar el informe final de aproximación diagnóstico.

4.7 Fase propuesta de mejora

Comprendido el problema de investigación y mediante debates enriquecedores, se elaboró en conjunto con la institución una propuesta de mejora.

Se intercambiaron instancias con la institución para exponer lo detectado: objetivos y metas desarrolladas para obtener una respuesta acerca de si eran viables o no. Posteriormente se comenzaron a elaborar las actividades las mismas fueron claves para cumplir cada uno de los objetivos y su fecha de realización. Culminando las mismas con su respectiva planilla operativa, diseñada en conjunto, así como el presupuesto para la realización de las actividades.

Por último, se concretó y entregó la propuesta de mejora, con fecha de inicio para su posterior utilización.

4.8 Instrumentos utilizados para la colecta de datos

Para la presente investigación los instrumentos de recolección de datos utilizados fueron los siguientes: entrevista exploratoria, entrevistas semiestructuradas y encuestas.

Entrevista

Según Ruiz (2012) la entrevista es una técnica para obtener información, mediante una conversación profesional con una o varias personas para un estudio analítico de investigación. Este instrumento de recolección de datos es una conversación en la que y durante la que, se ejercita el arte de formular preguntas y escuchar respuestas.

La entrevista exploratoria fue el primer instrumento de recolección de datos que se utilizó para iniciar el proceso. Sin dudas algo determinante y necesario para observar y conocer la realidad de la institución. Mediante las declaraciones del entrevistado se logró apreciar la problemática. Posteriormente se desgravó la entrevista y se elaboró la matriz exploratoria, en la que se identificaron observaciones generales, fortalezas y debilidades que muestra la institución o problemas asociados al trayecto mediante lo recabado en la entrevista.

Para la colecta de datos se llevó a cabo entrevistas semiestructuradas. Según Hernández Sampieri et al (2014) este tipo de entrevistas se basan en una guía de preguntas que el entrevistador tiene la libertad de adicionar preguntas para obtener más información.

En resumen, para este estudio se realizó una entrevista exploratoria al Presidente del Club. Además de entrevistas semiestructuradas al Coordinador, Cuerpo Técnico (D.T. y Lic. en E.F).

Encuesta

Casas, Labrador y Campos (2003) mencionan que la encuesta es un procedimiento de investigación que permite obtener y elaborar datos de manera rápida y eficaz.

López Roldán y Fachelli (2015) señalan que la encuesta se considera como una técnica para la recolección de datos a través de la interrogación de las personas con el fin de adquirir de manera sistemática medidas sobre los conceptos que provienen de una problemática de investigación previamente construida. La recolección de datos se realiza mediante un cuestionario, un instrumento de medición y un protocolo para realizar las preguntas al que se le

denomina cuadro de registro, el cual se administra a la denominada población o muestra extensa que esté involucrada, mediante una entrevista anónima.

Para finalizar es pertinente nuevamente mencionar a López Roldán y Fachelli (2015) la encuesta implica un conjunto de preguntas dirigidas a las personas, que además se ilustra de forma extensiva a muchos sujetos, de forma ordenada y uniforme que se convierte en la estandarización de las preguntas y de las respuestas con la libertad de las situaciones particulares que pueden ser contempladas en otras formas de entrevista, con el objetivo de favorecer la comparación entre sujetos con vistas a la generalidad de los resultados.

En este estudio se realizó una encuesta con 12 preguntas, las cuales fueron aplicadas a los jugadores del Club.

5. ANÁLISIS DE DATOS Y SU POSTERIOR UTILIZACIÓN

En el siguiente apartado se describe como fue el proceso de análisis de datos recabados durante estos meses de trabajo. En base a las fases de la recolección de datos que se utilizaron en la instancia de aproximación diagnóstica se logró obtener la información más relevante, para luego identificar y comprender el problema central de estudio en relación al trayecto de entrenamiento y deporte.

5.1 Criterios que organizan el análisis

El análisis de datos se realizó en relación a todas las fases del proceso de recolección de datos obtenidos en la fase exploratoria: entrevistas, encuesta y recolección de datos, tomando en cuenta la información proporcionada por cada uno de los actores involucrados en este trabajo.

Para recabar datos del funcionamiento del Club (organización, roles, niveles jerárquicos de responsabilidad, fortalezas y debilidades) en esta fase exploratoria, fue necesario entrevistar en primer lugar al presidente del Club, el cual, a nivel deportivo, está bien informado y tiene buen conocimiento sobre las formas de trabajo, empleados que componen el Club, roles y actividades de cada uno de los profesionales que trabajan en Formativas y en Primera División.

En las fortalezas encontramos que el Club ya tiene una estructura de trabajo formada y establecida, los empleados se encuentran al día con sus sueldos, y a nivel de infraestructura tiene los elementos básicos como para poder desarrollar las actividades y poder competir. Cabe expresar que el Club cuenta con actividades sociales, las cuales se ven reflejadas a nivel barrial y esto genera un gran apoyo de hinchas y vecinos, incluso cuenta con personas honorarias para desarrollar ciertas tareas que aportan al funcionamiento.

En cuanto a las debilidades, el Club no cuenta con muchos recursos económicos que serían necesarios para crecer en infraestructura, materiales de entrenamiento, y brindar apoyo a futbolistas juveniles que se encuentran en una situación crítica y con carencias nutricionales importantes, incluso hay deportistas que comen una vez al día (ver Evidencias, Presidente. pág.2) este es un punto importante en el tema que nos interesa, que es el entrenamiento, rendimiento y salud. Y, por último, el Coordinador cuenta con una base de datos, para acceder a ella hay que comunicarse con él, lo cual creemos que sería un gran avance a nivel organizativo, que todos puedan acceder sin depender de otro profesional, ya que en nuestra opinión son datos de valor para todos los componentes principales del Club.

El segundo paso fue la recolección de datos a través de entrevistas a Directores Técnicos y Preparadores Físicos. Luego los datos fueron separados y seleccionados en cuatro dimensiones (organizativa, administrativa, identitaria y comunitaria).

Modelo final de análisis:

Se encontró como problema principal la necesidad de mejorar la base de datos actual del club. Cabe mencionar que el modelo final al cual llegamos se desprendió de la matriz de análisis, al finalizar la colecta de datos. Luego, con respecto a los datos recabados las dimensiones organizativa y comunitaria, fueron las más involucradas en los detalles o problemas para mejorar en este proyecto de intervención.

A partir de las evidencias rescatadas en las entrevistas y las encuestas, entendemos que los actores principales son la Directiva del Club, Coordinador, Cuerpo Técnico y finalmente los Jugadores ya que son las personas más involucradas en el tema.

Por último, como factores causales de mayor peso para este análisis se reconocieron seis:

Como primer factor se encuentra necesidad de mejorar el seguimiento realizado por el Club a sus jugadores, ya que una base de datos que contenga contenido de calidad en un club de fútbol profesional es de gran utilidad para poder emplear la información de cada plantel y generación de jugadores, controles de metodologías de trabajo, entre otras.

Además de ello la accesibilidad de los datos de forma inclusiva para todos los cuerpos técnicos permitirá trabajar de forma autónoma y eficiente sobre aspectos específicos en los que quiera trabajar cada profesional.

El segundo factor es mejorar la retroalimentación entre los diferentes profesionales o actores involucrados en el club, en este sentido, es necesario contar con una base de datos para controlar el historial de lesiones y tomar decisiones para proponer programas de entrenamientos preventivos y de preparación física para potenciar el rendimiento de forma específica y particular de acuerdo a las características y condiciones de cada deportista.

Como tercer factor se encontró la existencia de una base de datos a mejorarse y actualizarse, creemos que es importante que el club obtenga información fiable y segura la cual esté almacenada y a disposición de todos, además, consideramos que la misma podría contar con datos valiosos de gran utilidad, datos seguros y organizados.

Cuarto y quinto factor son la necesidad de mejorar la comunicación y contar con más personal técnico específico.

Por último, el séptimo factor es el reconocimiento de la utilidad de la base de datos, ya que para un club deportivo, el cual invierte en profesionales para brindar preparación multidisciplinaria a un gran número de jugadores, es importante tener el conocimiento de cada detalle y el control de los datos para darle valor, prestigio y fundamento a su labor diaria, tomar mejores decisiones y potenciar la autogestión, generando mayores ingresos de dinero a través de futuros negocios empresariales dentro del deporte (ventas, sponsors, pases de jugadores, entre otros).

La entrada al campo nos aportó conocimientos en cuanto a la importancia del significado que tiene para el Club contar un en equipo de trabajo comprometido con los objetivos, la importancia de trabajar con un equipo multidisciplinario, con buena comunicación y gestión de datos, entre otras.

En este proyecto, se visualizó al Club desde una perspectiva amplia, esto nos permitió unir cada uno de los eslabones generados por la información proporcionada en las entrevistas y encuestas, para luego idear estrategias que aporten beneficios para los profesionales que se encuentran trabajando en él, para los jugadores y para el propio el Club.

También vemos como desafío mantener constantemente una armonía en la comunicación de todos los componentes del Club (dirigentes, cuerpo técnico y jugadores), pudimos apreciar que el día a día puede generar desbalances en la comunicación y en este sentido creemos importante generar hábitos tecnológicos con respecto a la utilización diaria de una plataforma o base de datos que potenciará al club en muchos aspectos. Respecto a esto Rivera (1994) plantea que, en la actualidad no se requiere de conocimientos de programación para la utilización y el manejo de una base de datos, ya que existen diferentes herramientas y técnicas que tan sólo con saber manejar o utilizar una computadora, permitirá el acceso a los datos para modificarlos, actualizarlos, exportarlos o importarlos.

Es relevante mencionar que el manejo de la base de datos puede ser útil y de fácil acceso para todos los cuerpos técnicos, dirigentes y hasta jugadores que estén interesados en acceder a la información pertinente en cuestión. Por tal motivo, es necesario contar con personal profesional que tenga conocimientos básicos en el manejo de una computadora o celular para trabajar con estas metodologías de trabajo.

¿Qué utilidad le brindaría al Club contar con una base de datos completa sobre jugadores y Cuerpos Técnicos?

El Club apunta a formar jugadores, competir y autogestionarse económicamente, en este sentido el Club cuenta con una cantidad considerable de jugadores (180) que se encuentran en diferentes etapas de formación integral deportiva. El Coordinador cuenta con una base de datos con más de 300 jugadores (ver Evidencias, Coordinador. pág.3). Los actores involucrados en las encuestas expresaron su pensamiento con respecto a los beneficios de poder acceder a una base de datos: obtener información de primera mano de los jugadores que ingresan al Club, información e historial de sanidad, ayudar con el control de cargas de entrenamiento y generar mayor conexión en el trabajo de los Cuerpos Técnicos. Además, la información se podrá utilizar para colaborar con el aporte de datos de cada deportista para futuros pases y ventas a otros equipos de fútbol (ver en Evidencias, Coordinador. pág.5).

En este sentido, Pérez (2015) expresa que la base de datos es un depósito que le permite almacenar grandes cantidades de datos o información de forma ordenada, para luego utilizarla de forma más dinámica y eficiente, además, esta información se puede relacionar, agrupar y ser utilizada con diferentes fines útiles para una empresa o negocio.

Teniendo en cuenta cada uno de los datos detalles encontrados en las entrevistas y encuestas, cabe mencionar que en el Club se encuentran trabajando en conjunto, profesionales en diferentes áreas vinculadas a la salud, entrenamiento y rendimiento (Kinesiólogos, Nutricionistas, Cuerpo Técnicos, entre otros), en consecuencia, cada uno de los profesionales generan datos e información de los deportistas del Club.

Por este motivo, los volúmenes de información pueden ser desbordantes, para que cada uno de los actores del Club puedan gestionar, analizar y tomar decisiones con autonomía en el momento que sea necesario, nos referimos a tomar decisiones a nivel de planteles o de forma individual con jugadores que el Club sienta la necesidad de apoyar, potenciar o mantener un seguimiento actualizado en todas las áreas de trabajo mencionadas de forma más eficiente. Una base de datos organizada y diseñada específicamente para el club, permitirá sacarle un mayor provecho a la información, fluidez, accesibilidad, autonomía y dinamismo para que los diferentes actores obtengan la información que necesiten, generando mayor integridad, control y seguridad de los datos.

Según Pérez (2015) algunas de las ventajas de la base de datos es el control sobre la redundancia de datos, conciencia de datos, compartir datos, mantenimiento de estándares,

mejora en la integridad de datos, mejora en la seguridad, en la accesibilidad a los datos, en la productividad, en el mantenimiento, aumento de la concurrencia y mejora en los servicios de copias de seguridad.

Los actores involucrados en las encuestas expresaron su pensamiento con respecto a los beneficios de poder acceder a una base de datos: obtener información de primera mano de los jugadores que ingresan al Club, información e historial de sanidad, ayudar con el control de cargas de entrenamiento y generar mayor conexión en el trabajo de los Cuerpo Técnicos. Además, la información se podrá utilizar para colaborar con el aporte de datos de cada deportista para futuros pases y ventas a otros equipos de fútbol (ver en Evidencias, Coordinador. pág.5).

En lo que refiere a la entrevista del Preparador físico opina que: “cualquiera del cuerpo técnico tiene que interesarle acceder a la base de datos, tanto el técnico como el ayudante, sin duda. El técnico tiene que estar, el ayudante, el kinesiólogo, el tema de las lesiones, el coordinador sin dudas, todo el cuerpo técnico tiene que estar en conocimiento de los datos. Y claro, en ese sentido el jugador capaz que puede y podría tener importancia y acceder a sus datos” (ver en Evidencias, Preparador físico. pág.3).

También destacar las encuestas realizadas por los jugadores, en la cual se aprecia que existe una base de datos con muy poca información, con la necesidad de mejorarse/ actualizarse. Especialmente se evidencia en la pregunta número diez, se cuestiona si es de su agrado tener un historial de información como jugador, desde que ingresan al club hasta la actualidad, por lo que un 94% de los encuestados respondió de forma afirmativa (ver Evidencias, encuestas realizada a los jugadores, pregunta 10)

La importancia de poseer una base de datos en cuanto a las negociaciones es innegable. Según Gómez et al (2017) es evidente que si los directivos y cuerpos técnicos, obtienen una buena información, es más factible que logren tomar decisiones pertinentes con un mayor impacto positivo en los negocios del club. Y por lo contrario si su información es carente, trabajarán con más incertidumbre, ocasionando que se efectúen decisiones con menos certezas. El avance de los sistemas de base de datos se convirtió en una herramienta fundamental para proporcionar información correcta y oportuna a los directivos.

Por otra parte, con lo que requiere al área física o test físicos, se podría observar con mayor eficiencia los procesos de maduración, desarrollo mediante antropometrías y potenciación de las capacidades físicas (fuerza, velocidad, resistencia, movilidad o flexibilidad), visualizar el rendimiento de los jugadores con números, valores o datos con parámetros cercanos o no al alto

nivel de rendimiento de acuerdo a la etapa en que se encuentre, para luego tomar decisiones y acciones de acuerdo al nivel en que se encuentre cada deportista. De la misma manera, cada uno de los profesionales que se encuentren desempeñando los diferentes roles pueden generar perfiles con las características de cada jugador o de los deportistas que el Club crea más pertinente.

Según lo expresado en el marco teórico por López et al (2021), se menciona que el rol del cuerpo técnico es clave en la formación base de los jugadores de fútbol, ya que se consideran que son las personas más influyentes en el desarrollo deportivo y social de los deportistas juveniles. Con respecto a esto, para evitar que los jugadores desistan de la práctica deportiva, es importante que el cuerpo técnico tenga una idónea formación deportiva, didáctica y educativa, con el fin de que la creación de tareas y el manejo del grupo sea lo más adecuado posible. Es imprescindible que el entrenador vaya trabajando con los jugadores individualmente y a nivel colectivo.

También el coordinador a cargo puede estipular o discernir la información que crea más pertinente o imprescindible de los jugadores y, además, que esta información sea proporcionada por los profesionales en las distintas áreas de trabajo mencionadas. Otra opción podría ser que la información proporcionada la seleccione el Club, esto permitirá que sea quien sea que se encuentre al frente de las divisiones formativas, siempre se mantenga una misma línea y política de trabajo del club.

¿Qué tipo de registros utiliza el club actualmente?

La herramienta que utilizan para guardar la información es Word o Excel. El coordinador lleva una base de datos de jugadores que han ingresado al Club en pre séptima (nombre, club de baby fútbol del que provienen, edad, posiciones) y séptima división cuentan con datos del día a día (macrociclo, período en el que se encuentran, jugadores disponibles para el fin de semana y minutos jugados).

Además, para saber la cantidad de minutos jugados, cantidad de goles, y monitoreo para el control del número de tarjetas amarillas de los jugadores que el coordinador averigua o verifica mediante la página Web de la Asociación Uruguaya de Fútbol (ver en Evidencias, Coordinador. pág.2). Y, por otra parte, control del vencimiento de ficha médica, minutos jugados, goles y posiciones. Hasta el momento de la pandemia tenían registrado una batería de evaluaciones (Test de Courbet de salto en contramovimiento, Avalakov, Velocidad, peso y altura) pero luego

de la pandemia no lograron seguir adelante con las evaluaciones (ver Evidencias, Coordinador pág.2).

A fin de año, cada Cuerpo Técnico hace un balance y se lo entregan al Coordinador, entre los datos se encuentran: asistencias, características de todos los microciclos, de los jugadores que tuvieron lesiones, también de los diferentes sistemas tácticos utilizados y balances de rendimiento físico a cargo de los Preparadores Físicos, luego se le presenta al Coordinador de Juveniles (ver en Evidencias, DT P2).

Por otro lado, los Preparadores Físicos tienen datos de test físicos proporcionados por “Gol al Futuro”, ésta no es información proporcionada por el Club, pero de todas maneras se puede acceder (ver Evidencias, Preparador físico. pág.2). Por último, todos los años se realizan encuestas de todos los jugadores que ingresan al Club, sobre datos nutricionales para saber si algún jugador se encuentra en situación de vulnerabilidad y estos datos se elevan a los Directivos (ver Evidencias, Coordinador. pág.6). Por último, a fin de año el coordinador eleva un informe a directivos sobre todos los detalles importantes que ocurrieron en el año (ver Evidencias, Coordinador. pág.6). Por lo tanto, Godínez y Segura (2011) plantean que con una base de datos se puede obtener información oportuna y confiable ya que constituye una herramienta sólida y esencial para la toma de decisiones. Además, brinda un mayor entendimiento global de la situación en la cual se trabaja, permitiendo reconocer fortalezas y debilidades para afrontar desafíos, así como examinar los distintos escenarios al igual que el almacenamiento de la información.

Por otra parte, se evidencia que está la necesidad de mejorar el seguimiento realizado por el club de sus jugadores. Esto debido a que gran parte de los jugadores encuestados respondieron de forma negativa en lo que respecta a un seguimiento de su alimentación, el 53% respondió que no tienen un seguimiento al respecto y un 26% no sabe si lo hay. (ver Evidencias, encuestas realizada a los jugadores, pregunta 2), en cuanto al rendimiento educativo un 32% respondió que no hay seguimiento (ver Evidencias, encuestas realizada a los jugadores, pregunta 4), respecto a los niveles de ansiedad y fatiga un 24% responde que no hay y un 18% que no se aprecia este seguimiento (ver Evidencias, encuestas realizada a los jugadores, pregunta 3) además de fechas de lesiones, se aprecia que un 27% respondió que no hay seguimiento (ver Evidencias, encuestas realizada a los jugadores, pregunta 5). Por último, en cuanto al registro de sus posiciones jugadas un 30% respondió de forma negativa (ver Evidencias, encuestas realizada a los jugadores, pregunta 6).

Hoy en día se cuenta con una base de datos con información dispersa a la cual no todos los profesionales pueden acceder de forma práctica. Una base de datos actualizada y organizada con información práctica y útil, es de gran importancia para el Club. Esto permite obtener datos adicionales o extras y ordenados adecuadamente para una utilización más eficiente.

¿Qué tipo de decisiones tomarían a partir de la información obtenida en la base de datos?

En opinión de los investigadores podrían generar una mejor comunicación entre los profesionales en cada área, y tomar decisiones tanto a nivel de equipo multidisciplinario y también de forma individual con cada profesional. Al tener la posibilidad de contar con datos actuales se podrán observar las cualidades y características de cada deportista. Test de capacidades físicas, sobre éstos una base de datos podrá generar un mayor seguimiento a lo largo de todo el proceso de formación de cada deportista, pudiendo enfocarse en las debilidades o fortalezas de cada deportista y, en consecuencia, planificar entrenamientos extra para potenciar o emparejar el rendimiento de los deportistas que lo necesiten.

Según Dupont et al (2016) teniendo en cuenta las acciones realizadas en diferentes situaciones por los jugadores, cuando existe una situación de gol, las acciones más determinantes son las aceleraciones, sprints, saltos y disparos al arco. Por lo tanto, es vital en este deporte tener una alta capacidad de máximo consumo de oxígeno (VO_2 máx), ya que esta conduce a un progreso en el rendimiento, ya sea, en la distancia recorrida, en el nivel de intensidad de trabajo, y número de sprints durante un partido. En consecuencia, para desarrollar la aptitud física de un jugador de fútbol a través del entrenamiento se requiere de un aumento de las cualidades aeróbicas y anaeróbicas.

Con respecto a lo mencionado anteriormente, son muchos los factores o variables que influyen en el rendimiento físico de un deportista, ya que se debe tener en cuenta los factores condicionales (fuerza, resistencia, velocidad y amplitud de movimiento o flexibilidad) y factores técnicos sobre toda la información existente, una base de datos ayudará a discernir, resumir o encontrar la información más relevante para cada momento, contexto, o situación que se requiera.

En relación a lo mencionado en la entrevista por el Coordinador en cuanto a las decisiones que tomarían a partir de la información obtenida, “sobre todo desde el punto de vista del registro, datos por ejemplo de lesiones y eso sería un punto importante, o sea mejoraría notablemente a

la base de datos para información a futuro del jugador en caso de... podemos suponer que llega a primera y tenga una lesión no se de rodilla o tendinitis y buscar en el historial, encontrar un poco la explicación, me parece que estaría bueno” (Evidencias, Entrevista Coordinador. pág.4).

Sobre la Prevención de lesiones, actualmente a nivel mundial en el deporte, cuando se compete a un alto nivel de rendimiento, los futbolistas corren un riesgo elevado de lesión debido al alto nivel de exigencias psicofísicas. Por lo tanto, los factores y el origen de las lesiones son multifactoriales, por este motivo, en algunos casos es difícil identificar factores de riesgo y desarrollar programas de estrategias de prevención de lesiones (Cos et al, 2010).

Respecto a lo anterior, un historial de lesiones permitirá generar datos en los cuales se podrían apreciar niveles y frecuencia de lesiones de cada jugador para posteriormente indagar en las causas e intervenir con evaluaciones específicas. Esto brindará datos relevantes para planificar entrenamientos correctivos que prevengan lesiones. Por ejemplo: un deportista de Séptima división tiene diversas lesiones y al año siguiente al pasar a Sexta división y cambiar de Cuerpo Técnico, estos podrán observar las lesiones que tuvo ese jugador y los procesos de recuperación, a partir de allí podrán evaluar y planificar entrenamientos para prevenir las lesiones del año anterior.

En lo que refiere a la entrevista con el Director Técnico expresa que si es de gran utilidad contar con una base de datos actualizada: “Sumaría mucho y haría crecer más lo que es el fútbol juvenil, yo creo que hoy como todos sabemos, el fútbol Uruguay está muy por debajo de los escalones de varios, pero son cosas a trabajar a mejorar para poder hacer crecer lo que vendría a ser el fútbol juvenil. Uruguay es visto como uno de los países que más exporta jugadores y podés profundizar trabajar, mejorar cancha, mejorar ese tema de todos los aspectos, software o lo que sea, sacaríamos el triple de lo que podríamos sacar hasta el día de hoy. Aportaría muchísimo sí” (ver Evidencias, entrevista DT. pág.4).

En concordancia con la encuesta realizada por los jugadores del Club, se aprecia que está la necesidad de contar con un mejor feedback. Se evidencia en las preguntas número, siete y ocho que un gran porcentaje de los jugadores tienen devoluciones de acuerdo a su rendimiento físico, pero gran parte de los jugadores respondieron de forma negativa por lo que se necesita mejorar este feedback (ver Evidencias, encuestas realizadas a los jugadores, preguntas 7 y 8).

Por otra parte, en la encuesta se demuestra que un 74% de los jugadores creen que es necesario acceder a una base de datos para saber y verificar los resultados de los test físicos.

En consecuencia, se evidencia la existencia de una base de datos con muy poca información, con la necesidad de mejorarse y actualizarse (ver Evidencias, encuestas realizadas a los jugadores, pregunta 11).

Según Vicente y Federico (2003) el análisis de los datos al que se tiene la posibilidad de acceder, debe ser permanente, al igual que la planificación y control. En este sentido, se debe vincular con la planificación a los diferentes profesionales del cuerpo técnico, como lo son: los entrenadores, preparadores físicos, directores técnicos y deportistas.

En base a las evidencias demostradas en las entrevistas y encuestas realizadas, hay una gran cantidad de decisiones que se pueden tomar a partir de una base de datos, las estrategias para utilizar la información obtenida se la va a dar cada profesional, de acuerdo, a los objetivos y las diferentes situaciones que se vayan generando a lo largo de cada periodo de entrenamiento.

5.2 Propuesta de mejora

Para la propuesta de mejora se intercambiaron instancias con la institución para exponer lo detectado: objetivos y metas desarrolladas para obtener una respuesta acerca de si eran viables o no. Posteriormente se comenzaron a elaborar las actividades las mismas fueron claves para cumplir cada uno de los objetivos y su fecha de realización. Culminando las mismas con su respectiva planilla operativa, diseñada en conjunto, así como el presupuesto para la realización de las actividades.

Como objetivo general se planteó diseñar una base de datos de los jugadores del club que sea práctica y útil para el funcionamiento de la institución.

En lo que respecta a los objetivos específicos, se planteó: Obtener un Feedback más eficiente entre los profesionales y jugadores del club. Mejorar el seguimiento del club hacia los jugadores. Mejorar la actualización de los datos. Y por último capacitar a los profesionales del club para la utilización de la base de datos.

Cada uno de estos objetivos tiene una meta con un indicador que permite evaluar y medir su alcance a lo largo del proceso.

En cuanto a las metas se planteó para el objetivo general: Un Feedback más eficiente entre los profesionales y jugadores del club logrado para el año 2023.

Para las metas de los objetivos específicos: Seguimiento del club hacia los jugadores mejorado para el año 2023. Datos actualizados antes del cierre del año 2023. Profesionales del club capacitados para la utilización de la base de datos para marzo del año 2023.

Para cumplir con las metas de los objetivos específicos se propusieron las siguientes actividades:

Para el objetivo específico número uno, se planteó realizar reuniones específicas antes y después de la actualización entre los profesionales del club. Además de la reunión una vez por mes entre los profesionales y jugadores del club. Y una puesta a punto con los dirigentes estableciendo lo que se necesita para mejorar el feedback. Dichas actividades apuntan obtener un feedback más eficiente entre los profesionales y jugadores del club. En el transcurso de este trabajo se logró apreciar que los jugadores no están contentos con el mismo y para ello resulta pertinente plantear estas reuniones fortaleciendo al club en este aspecto.

Para el objetivo específico número dos, se planteó definir el seguimiento que se quiere hacer y sus elementos. Implementar un buzón de sugerencias por parte de los jugadores de forma anónima e informe del cuerpo técnico. Además de informar a los dirigentes respecto a los jugadores que se encuentren en situación crítica.

Todo ello para mejorar el seguimiento del club hacia los jugadores. Destacar la importancia de definir el seguimiento y sus elementos para otorgarle un orden y que el mismo se aplique correctamente. Por otra parte, el buzón de sugerencias es fundamental para comprender y vincularse más con los jugadores, teniendo en cuenta sus aportes para poder mejorar como institución. El informe del cuerpo técnico es clave para mantener informado al Club y también poder comunicar a los dirigentes los jugadores en situación crítica buscando soluciones.

Para el objetivo específico número tres, se planteó desarrollar la información que estará en la base de datos. Definir momentos puntuales para actualizar todos los datos. Informar a los jugadores y personal sobre la disponibilidad de los datos cuando los necesiten. Estas actividades serán de gran importancia para mejorar la actualización de los datos. En principio recabar toda la información posible para desarrollarla y mediante esta proseguir con cada actualización. Una vez realizado se habilitará la información para comunicar a los jugadores y el personal.

Para el objetivo específico número cuatro, realizar reuniones aplicativas al cuerpo técnico. Realizar reunión aplicativa con dirigentes. Y por último comunicar al resto de personas

interesadas. El destino de las mismas será capacitar a los profesionales del club para la utilización de la base de datos. Es imprescindible que los profesionales tengan conocimiento de cómo utilizarla y para ello las reuniones aplicativas serán de gran utilidad.

6. RESULTADOS Y CONCLUSIONES

6.1 Resultados

Se aprecia que el Club tiene inconvenientes a nivel organizativo y comunitario, las personas involucradas en el tema se encuentran en la directiva del Club, en el Coordinador, en el Cuerpo Técnico y en los Jugadores.

Concluimos que el factor principal es la necesidad de mejorar la base de datos actual que posee la institución.

También se logró reconocer otros factores como, por ejemplo, la importancia de obtener un mejor seguimiento realizado por el Club a sus jugadores, la necesidad de contar con un mejor feedback, mejorar la comunicación y la necesidad de contar con más personal técnico y específico.

Además, se reconocen las respuestas por parte de los jugadores, obteniendo como resultado la necesidad de mejorar el seguimiento realizado por el club. Esto debido a que gran parte de los jugadores concluye que no hay un buen seguimiento respecto a su alimentación, rendimiento académico, lesiones, posiciones y niveles de ansiedad y fatiga. Por otra parte, se aprecia la necesidad de contar con un mejor feedback ya que gran parte de los jugadores no están conformes con sus devoluciones físicas por parte del cuerpo técnico. Por último, se considera la existencia de una base de datos con muy poca información, con la necesidad de mejorarse y actualizarse, la gran mayoría de los jugadores les gustaría contar con una base de datos en la cual puedan acceder y verificar sus historiales como jugadores y resultados en cuanto a su rendimiento físico.

Desde nuestra perspectiva, observamos que, en el caso de algunos profesionales, están realizando tareas que no les corresponde, en este sentido, recomendamos que los delegados puedan acceder a los entrenamientos entre semana para comunicar si algún jugador está excedido en cuanto al número de tarjetas amarillas, vencimiento de ficha médica, entre otras.

Esto permitirá que el Coordinador y Cuerpo Técnico tengan más tiempo para desarrollar sus trabajos y por lo tanto potenciar su desempeño con los planteles. Por otra parte, los entrevistados y encuestados concuerdan con el reconocimiento de los beneficios de contar con una base de datos. Permitiendo acceder de forma más dinámica y autónoma a la información sin sobrecargar a nadie en su labor.

6.2 Conclusión

En primera instancia queremos destacar al club y las personas que formaron parte de este proyecto, también agradecemos por su compromiso, disponibilidad, comprensión, profesionalismo y hospitalidad en todo momento. Por otra parte, también mencionar a nuestro orientador quien estuvo pendiente todo el tiempo de los detalles del proceso y por su disponibilidad, diálogo frecuente para guiarnos y apoyarnos en cada instancia del proceso.

En cuanto al desarrollo del trabajo, reconocemos que fue un gran desafío encontrar ciertas debilidades que tiene el Club, por otra parte, destacamos los aprendizajes que nos generó este proyecto de intervención, ya que además de poner en práctica muchos de los conocimientos adquiridos en estos cuatro años de estudio en la licenciatura, también adquirimos nuevas experiencias y profundizamos en áreas como; gestión, organización, comunicación, entrenamiento e investigación en cada una de las etapas vividas y mencionadas en este trabajo.

Fue de suma importancia, la búsqueda de información en artículos científicos, libros y otros estudios similares para fundamentar, adecuar y enriquecer los conocimientos al contexto y posibilidades del club al cual intervenimos. Cabe mencionar que estuvimos comunicados y asesorados con profesionales especializados en el área tecnológica (diseñadores de softwares y de aplicaciones), para consultar las diferentes opciones de gestión y precios que teníamos para diseñar una base de datos de la forma más económica posible, teniendo en cuenta las dificultades económicas del club.

Creemos fundamental realizar mejoras en la base de datos que posee el Club para poder seguir aportando información, una plataforma o base de datos podría llegar a ser una gran herramienta para mejorar el funcionamiento del Club y el rendimiento de sus jugadores, además se podrían lograr avances en la comunicación de la Institución y un mejor feedback por parte de los jugadores, ya que valoran mucho esta retroalimentación, otorgándoles más seguridad, compromiso, confianza y conocimiento acerca de cada uno de ellos.

Por último, se podría evaluar conseguir o armar una mejor y más funcional base de datos, con información actualizada, organizada y completa, aportándoles datos de calidad para el futuro del club.

Es importante reconocer las dificultades y limitaciones económicas del club que seguramente influyen en la realidad y posibilidades de desarrollo propuestas.

7. REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Benítez, L. (2020). *Fútbol infantil y gobierno de la infancia*. De la Comisión Nacional de Baby Fútbol a la Organización Nacional del Fútbol Infantil en Uruguay (1968-2015). (Tesis de maestría). Universidad de la República. Facultad de Psicología. Montevideo, Uruguay: Udelar: FP.
- Blázquez, D. (2013). Diez competencias docentes para ser mejor profesor de Educación Física. *Revista Digital de Investigación Educativa* (7). Recuperado de: <https://isef27-sfe.infed.edu.ar/sitio/wp-content/uploads/2018/10/10-competencias-docentes-Blazquez-S.pdf>
- Casas, A, Labradora, R y Campos, D. (2003). *La encuesta como técnica de investigación*. Elaboración de cuestionarios y tratamiento estadístico de los datos.
- Cometti, G. (2002). *La preparación física en el fútbol*. Barcelona, España. Editorial Paidotribo. Recuperado de: <https://www.circuitoultras.org/wp-content/uploads/2021/05/Gilles-Cometti-La-Preparacio%CC%81n-Fi%CC%81sica-En-El-Fu%CC%81tbol-1%C2%B0-Edicio%CC%81n.pdf>
- Cos, F, Cos, M, Buenaventura, L, Pruna, R y Ekstrand, J. (2010). Modelos de análisis para la prevención de lesiones en el deporte. Estudio epidemiológico de lesiones: el modelo Union of European Football Associations en el fútbol. *Apunts. Medicina de l'Esport*, 45(166), 95-102. Recuperado de: <https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S188665811000023X>
- Dupont, G, Akakpo, K y Berthoin, S. (2016). Efectos del Entrenamiento Intervalado de Alta Intensidad durante el Período Competitivo en Jugadores de Fútbol-Revista de Entrenamiento Deportivo. *Revista de Entrenamiento Deportivo*, 30(2). Recuperado de <https://g-se.com/efectos-del-entrenamiento-intervalado-de-alta-intensidad-durante-el-periodo-competitivo-en-jugadores-de-futbol-380-sa-h57cfb2713c666>
- Dos Santos, Conze y Rodríguez (2021). *Estudio del espacio urbano en el barrio de la Teja*. Montevideo, Uruguay. Recuperado de: https://uruguayeduca.anep.edu.uy/sites/default/files/2017-06/Proyecto_SIG_Conze_DoSantos_Rodriguez.pdf

- Frigerio, G., Poggi, M. y Tiramonti, G. (1999) *Las instituciones educativas. Cara y ceca*. Facultad Latinoamericana de Ciencias Sociales (FLACSO). Buenos Aires, Argentina. Recuperado de: <http://institutocienciashumanas.com/wp-content/uploads/2020/03/Frigerio-Poggi.Las-instituciones-educativas-Cara-y-Ceca.pdf>
- Godínez, E y Segura, L. (2011). La importancia de contar con información precisa, confiable y oportuna en las bases de datos. *Revista Nacional de administración* 2(2), 145-154. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4716521>
- Gómez, Á, Jalca, J, García, J, Sánchez, O, Parrales, K y Merino, J. (2017). *Fundamentos sobre la gestión de base de datos*. (Vol. 23). 3Ciencias.
- Góma, A (2007). *Manual del entrenador de fútbol moderno*. Editorial Paidotribo
- Hernández Sampieri, R, Fernández Collado, C, Baptista Lucio, P. (2014). *Metodología de la investigación*. Editorial S.A. DE C.V.
- López Roldán, P y Fachelli, S. (2015). *Metodología de la investigación social cuantitativa*. Universidad autónoma de Barcelona. Barcelona, España. Barcelona Dipòsit Digital de Documents. Recuperado de: https://ddd.uab.cat/pub/lilibres/2015/129382/metinvsocuan_presentacioa2015.pdf
- López, J, Garrote, I y Díaz, M. (2021). *La participación del entrenador en el fútbol formativo*. Logía, educación física y deporte. 2(1), 21-32. Recuperado de <https://logiaefd.com/wp-content/uploads/2021/09/La-participacion-del-entrenador-en-el-futbol-formativo.pdf>
- Martínez Carazo, P. (2006). El método de estudio de caso: estrategia metodológica de la investigación científica. *Pensamiento y Gestión*, (20), 165-193. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/646/64602005.pdf>
- Martín, G, Muela, J, Recio, F, Escaño, J, Escaño, F, Gisbert, M y Gamero, A. (2013). Evolución de la preparación física en el fútbol. *Revista iberoamericana de Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*, 2(3), 10-21.

- Moya, R y Ruiz, P. (2017). Aspectos clave en programas de condición física y prevención de lesiones en el fútbol: una revisión narrativa. *Journal of Sport and Health Research*. 9(3):311-328. Recuperado de: <https://digibug.ugr.es/handle/10481/56311>
- Noya, J y Sillero, M. (2012). Epidemiología de las lesiones en el fútbol profesional español en la temporada 2008-2009. *Archivos de Medicina del Deporte* 150(4), 750-66. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Manuel-Quintana-4/publication/287267849_Epidemiology_of_injuries_in_professional_football_in_Spain_during_the_2008-2009_season/links/5a11af4caca27287ce2a5453/Epidemiology-of-injuries-in-professional-football-in-Spain-during-the-2008-2009-season.pdf
- Ojeda Antón, G. (2021). *Efectos de un programa de entrenamiento de fuerza sobre la fuerza explosiva del tren inferior, sprints lineales, cambios de dirección y el porcentaje de grasa corporal en futbolistas juveniles*. (Trabajo Fin de Grado) Universidad de Zaragoza, Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte. Recuperado de: <https://zaquan.unizar.es/record/107545/files/TAZ-TFG-2021-2842.pdf?version=1>
- Pérez, D (2007). *¿Qué son las bases de datos?* Recuperado de: <http://www.maestrosdelweb.com/que-son-las-bases-de-datos/#:~:text=Una%20base%20de%20datos%20es,podamos%20encontrar%20y%20utilizar%20f%C3%A1cilmente>
- Pérez-Martínez, C y Torrebadella-Flix, X. (2017). La preparación física del fútbol en España (1899-1930). E-balonmano. com: *Revista de Ciencias del Deporte*, 13(2), 113-130. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/865/86553841006.pdf>
- Pérez, M. (2015). *BIG DATA-Técnicas, herramientas y aplicaciones*. Alfaomega Grupo Editor.
- Raya, J y Estévez, J. (2016). Revisión: Factores de riesgo asociados a la aparición de lesiones en el fútbol. *Revista de Preparación Física en el Fútbol*. Recuperado de: https://www.researchgate.net/profile/Javier-Raya-Gonzalez-2/publication/311739676_Revision_Factores_de_riesgo_asociados_a_la_aparicion_de_l

[esiones en el futbol/links/5858fece08ae3852d255644f/Revision-Factores-de-riesgo-asociados-a-la-aparicion-de-lesiones-en-el-futbol.pdf](https://doi.org/10.3390/sports8110144)

Rædergård, H. G., Falch, H. N., & Van den Tillaar, R. (2020). Effects of strength vs. plyometric training on change of direction performance in experienced soccer players. *Sports*, 8(11), 144. Recuperado de: <https://doi.org/10.3390/sports8110144>

Rivera, F. L. O. (2008). *Base de datos relacionales*. Itm.

Rivera, M. (1994). La base de datos. Importancia y aplicación en educación. *Perfiles educativos*, (65).

Ruiz, J (2012). *Metodología de la investigación cualitativa*. Bilbao, España: Universidad de Deusto.

Styles, W, Matthews, M y Comfort, P. (2016). Effects of strength training on squat and sprint performance in soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(6), 1534–1539. Recuperado de: <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001243>

Sautu, R. (2005). *Manual de metodología*. Buenos Aires. Clacso 2005.

Sautu, R. (2003). *Todo es Teoría. Objetivos y métodos de investigación*. Buenos Aires: Lumiere.

Sabino, C. (1986). *El proceso de investigación*. Buenos Aires: Editorial Humanitas.

Vicente, P y Federico, T. (2003). Incidencia de Lesiones en Jugadores de Fútbol Juvenil. *Tórax*, 2, 100.

Yin, R. K. (1994). Discovering the future of the case study. Method in evaluation research. *Evaluation practice*, 15(3), 283-290.

8. ANEXOS

ÍNDICE:

ANEXO I: Aproximación Diagnóstica.....	P.45
ANEXO II: Plan de mejora.....	P.70
ANEXO III: Entrevista Exploratoria.....	P.81
ANEXO IV: Entrevista Coordinador.....	P.83
ANEXO V: Entrevista Profe de Ed. Física.....	P.86
ANEXO VI: Entrevista Director Técnico.....	P.89
ANEXO VII: Encuesta jugadores.....	P.92
ANEXO VIII: Cuadro de síntesis de aproximación diagnóstica.....	P.95

ANEXO I: Aproximación Diagnóstica

INSTITUTO UNIVERSITARIO ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES
LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

**CÓMO INCIDE CONTAR CON UNA BASE DE DATOS EN EL PROCESO
DE FORMACIÓN DE LOS DEPORTISTAS EN UN CLUB DE FÚTBOL
PROFESIONAL**

Asignatura: Taller de Proyecto Final I

Docentes: Nicolás Raffo

JUAN AYALA

EMILIANO IRIBARNE

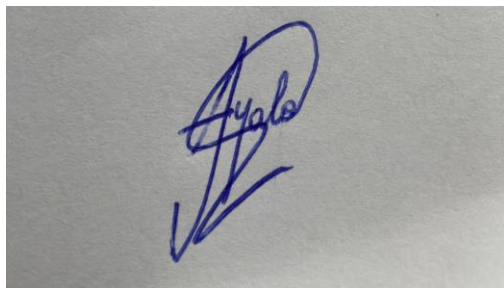
MONTEVIDEO

2022

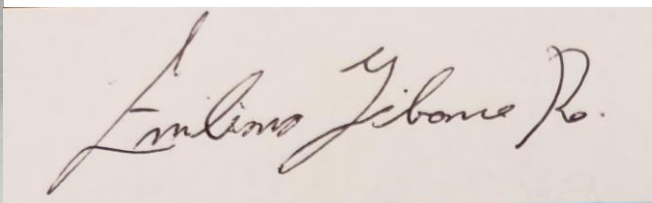
Declaración de autoría

Los abajo firmantes Juan Ayala y Emiliano Iribarne somos los autores y los responsables de todos los contenidos y de las opiniones expresadas en este documento, que no necesariamente son compartidas por el Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes.

Firmas:



Juan Ayala



Emiliano Iribarne

Resumen

En el presente estudio se priorizó como tema central, generar una base de datos específica para una Institución Deportiva, en este caso para las Divisiones Formativas de un Club de Fútbol Profesional de la ciudad de Montevideo. Esta Institución tiene siete Divisiones Formativas (1era División, 4ta, 5ta, sub 16, 6ta, 7ma, pre 7ma División). Cabe aclarar que el Club cuenta con bajos recursos económicos, este es un punto importante a tener en cuenta, ya que no hay posibilidades de realizar inversiones económicas para la resolución de los problemas planteados en el trabajo. Para adentrarnos y tener más conocimiento sobre los temas más importantes a mejorar en el área de preparación física y rendimiento de los jugadores del Club, se realizaron entrevistas a los principales actores involucrados en esta área de: Presidente, Coordinador, Directores Técnicos y Preparadores Físicos y encuestas a jugadores de formativas.

Palabras clave: Base de datos, preparación física, fútbol formativo.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	49
PROPÓSITO DEL ESTUDIO	51
ENCUADRE TEÓRICO	53
PROPUESTA METODOLÓGICA	56
ANÁLISIS DE DATOS	59
CONCLUSIONES GENERALES	65
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	67
ANEXOS	¡Error! Marcador no definido.

INTRODUCCIÓN

En el marco de la asignatura proyecto final de grado 1, emprendido en la Licenciatura de Educación Física Recreación y Deporte (IUACJ), se realizó un proceso de intervención a una Institución Deportiva en nuestro caso trabajamos con un Club de Fútbol profesional en la ciudad de Montevideo. En cuanto al procedimiento seguimos una estructura y metodología de trabajo en la cual se abordaron aspectos a tener en cuenta: en primera instancia se implementó un diseño de una entrevista exploratoria, para posteriormente ponerla en práctica con el Presidente del Club, con el objetivo de visualizar posibles problemas o fallas relacionados con el área de entrenamiento, debemos abordar esta temática ya que en la Licenciatura nos especializamos en el trayecto de entrenamiento. A partir de este punto mediante un análisis de esta entrevista exploratoria se logró apreciar indicios de posibles fallas en el club. En segunda instancia nos centramos en el tema que nos parecía más trascendente para mejorar la organización y funcionamiento en determinadas áreas del Club. Posteriormente realizamos la definición del problema, preguntas claves, área de intervención, la construcción de un diagrama a modo de resumen y visualización de los temas a tratar. En tercera instancia se seleccionó y diseñó instrumentos con entrevistas y encuestas para coordinar con las personas involucradas en los temas pertinentes a tratar (Coordinador, Directores Técnicos, Preparadores Físicos y Jugadores). Finalizando las encuestas y las entrevistas se prosiguió con la recolección de datos, implementando una matriz y un modelo de análisis con los principales temas a tratar.

En los apartados de este trabajo se abordarán temas como: presentación del contexto en estudio, presentación y desarrollo de los conceptos teóricos, propuesta metodológica, análisis de datos y conclusiones generales.

PROPÓSITO DEL ESTUDIO

Como estudiantes de Educación Física y como ex jugadores de fútbol en divisiones formativas decidimos elegir en este último año de facultad el trayecto de entrenamiento, por este motivo optamos por realizar el proyecto de grado con una Institución Deportiva de Fútbol que compite a nivel profesional. Al planificar y pensar las preguntas para las entrevistas nos enfocamos en temas que en nuestra opinión son muy importantes para un Club Deportivo y los deportistas que lo integran. En este sentido el propósito de este estudio surge a partir de la primer entrevista que le hicimos al presidente de la Institución Deportiva, en la cual, a partir de sus respuestas, pudimos apreciar que el Club está organizado y pretende seguir creciendo en este sentido, pero en nuestra opinión es indispensable que todos los actores de la Institución (Presidente, Dirigentes, Coordinador, Cuerpo Técnico y jugadores) puedan obtener acceso de forma autónoma e independiente sobre los datos que sean pertinentes saber según la función o rol en la que se desempeñen. Se podría contar con información de los jugadores del Club (Nombres, edades, cantidad de jugadores por divisional, test físicos, cantidad de minutos jugados, lesiones y tiempo de recuperación, entre otros), planificación semanal de trabajo por parte del cuerpo técnico de cada divisional, planes nutricionales, escolaridad estudiantil de los jugadores, entre otros.

Por lo tanto, a partir de la evaluación diagnóstica centramos el foco de estudio en:

- Cómo incide contar o no con una base de datos en el proceso de formación de los deportistas en un club de Fútbol Profesional.

Preguntas de Investigación:

- ¿Qué utilidad le brindaría al Club contar con una base de datos completa sobre jugadores y Cuerpo Técnico?
- ¿Qué tipo de registros utiliza el Club actualmente?
- ¿Qué tipo de decisiones tomarían a partir de la información obtenida en la base de datos?

El Club en el cual se desarrolla este estudio es una Institución profesional considerada y catalogada por las personas entrevistadas en este trabajo, como un Club de barrio. En los últimos años la Institución fue tomando un perfil confiable, serio, formal, pero al mismo tiempo con un ambiente de trabajo descontracturado y armónico (causado por el profesionalismo y experiencia de los actores). Cabe mencionar que el Club está compuesto por profesionales y personas que

trabajan en forma honoraria, las cuales se especializan en diferentes áreas de trabajo y permiten que el Club permanezca en funcionamiento. Además, se desarrollan diferentes actividades deportivas que compiten a nivel amateur, entre ellas se encuentran: fútbol femenino, fútbol playa, ajedrez y fútbol de amputados (ver en evidencias, Presidente).

ENCUADRE TEÓRICO

Para comprender el problema de estudio es relevante entender los principales factores que se deben tener en cuenta para mejorar el Rendimiento Deportivo de un jugador de fútbol, para ello, a continuación, se fundamentan algunos conceptos claves de las características del deporte:

Fútbol:

El fútbol es un juego colectivo de pelota ejecutado casi exclusivamente con el pie (...) el mismo representa una enorme masa de seguidores y aficionados. Es una identificación, y es el símbolo moderno óptimo para la canalización de emociones y sensaciones que conlleva la existencia cotidiana en nuestra civilización. Es una “terapia mundial” para millones de personas de los cinco continentes, con toda la rica variedad de etnias, lenguas, costumbres, creencias y culturas que ello supone. (Góma, 2007).

Otro autor menciona que el fútbol es un deporte colectivo de carácter intermitente, en él predominan las acciones como cambio de dirección, carrera lineal, saltos, lucha y remates de tipo explosivo, estas acciones son las de mayor trascendencia cuando se hace referencia a los momentos decisivos que se dan a lo largo de un encuentro. (Cometti, 2002). Durante el transcurso de un partido de fútbol, los jugadores realizan diferentes tipos de habilidades o gestos ya sea; correr, patear, saltar y marcar. Para ello se requiere la repetición de carreras alternas de alta intensidad con períodos de recuperación cortos a largos, los cuales pueden ser activos o pasivos (Dupont, 2016).

Teniendo en cuenta las acciones realizadas en diferentes situaciones por los jugadores, cuando existe una situación de gol, las acciones más determinantes son las aceleraciones, sprints, saltos y disparos al arco. Por lo tanto, es vital en este deporte tener una alta capacidad de máximo consumo de oxígeno (VO_2 máx), ya que esta conduce a un progreso en el rendimiento, ya sea, en la distancia recorrida, en el nivel de intensidad de trabajo, y número de sprints durante un partido. A consecuencia, para desarrollar la aptitud física de un jugador de fútbol a través del entrenamiento se requiere de un aumento de las cualidades aeróbicas y anaeróbicas. (Dupont, 2016).

Preparación Física:

Suele denominarse “Preparación Física” a la educación de las cualidades físicas, las cuales se manifiestan en aptitudes motoras, indispensables en el deporte. La educación de las

aptitudes de fuerza, velocidad, resistencia y flexibilidad forma el contenido específico de la Preparación Física, en este sentido es un aspecto fundamental del contenido del entrenamiento deportivo. (Góma, 2007).

Para Cometti (2002) el objetivo de la Preparación Física es mejorar la eficacia del entrenamiento y no fatigar a los jugadores. Por otra parte, en cuanto al trabajo de musculación es necesario realizar esfuerzos de calidad al principio (evidentemente después del calentamiento) para terminar con series más largas o cargas más ligeras. En relación a las demandas físicas del fútbol, el esfuerzo del futbolista está compuesto mayoritariamente por esfuerzos explosivos y son repetidos de manera intermitente. La Preparación Física debe estar direccionada en el aumento de la eficacia de todas las acciones, siendo estas, saltar más alto y acelerar más rápido. En consecuencia, la musculación es la que brinda el desarrollo de esta fuerza explosiva. Luego, es necesario tratar de aumentar la potencia y la velocidad de una determinada acción.

En cuanto a los sprints en el fútbol tomaremos en cuenta a Styles, Matthews y Comfort (2016), quienes mencionan que la distancia total efectuada en un partido de fútbol de élite puede encontrarse entre 8-12 km, también encontramos sprints cortos de alta intensidad, estos son determinantes en la efectividad de las acciones o momentos claves para definir o cambiar un partido. Estos sprints suelen tener una duración de dos a cuatro segundos, en distancias de 10 a 30 m, realizando un total de 17 a 81 sprints por partido por jugador, lo que representa hasta el 11% de la distancia total recorrida durante el mismo. Es por ello que las acciones explosivas, son las que principalmente determinan el resultado del encuentro.

En cuanto a los cambios de dirección (COD), se conoce como agilidad cuando el movimiento no es anticipado e involucra la percepción y la toma de decisiones específicas del juego, entrenar la velocidad de COD puede aumentar las posibilidades de evadir a los oponentes, crear espacios y marcar goles. (Rædergård, Falch y van den Tillaar, 2020). Los eventos más cruciales están representados por acciones anaeróbicas, como son un sprint lineal, un salto vertical (CMJ), o un cambio de dirección, ya sea para marcar gol o para colaborar con un compañero con la marca, una asistencia o situación de ataque. Una mejora en estas habilidades tan frecuentes en el fútbol, ocasionará un aumento en el rendimiento de esta práctica deportiva. (Ojeda Antón, 2021)

Nutrición y Rendimiento deportivo

En la actualidad los problemas nutricionales son considerados el eje central para el mantenimiento de la salud humana y la mejora de la calidad de vida, siendo la nutrición un tema muy importante para deportistas, entrenadores y médicos deportivos debido a su incidencia en el rendimiento intelectual y deportivo. Además, el rendimiento deportivo es considerado un fenómeno multifactorial ya que depende de aspectos socioeconómicos, culturales, ambientales, psicológicos y fisiológicos, también se encuentran los rasgos propios del deportista, genética, composición corporal y condición física. Por lo tanto, una nutrición balanceada de acuerdo a las características del deportista y de la actividad física que realiza es un factor determinante para el éxito deportivo (Hernández et al, 2014).

Lesiones

El fútbol tiene una numerosa incidencia de lesiones, principalmente durante la competición. En este estudio se encontró una elevada frecuencia de lesiones musculares y ligamentosas, por lo tanto, es fundamental integrar programas preventivos con el objetivo de disminuirlas (Noya y Sillero ,2012).

Los elementos clave de un programa eficaz de fortalecimiento y prevención de lesiones para jugadores de fútbol deben de contener ejercicios cardiovasculares, fuerza funcional (donde se engloba el trabajo excéntrico del bíceps femoral), estabilidad del “CORE”, equilibrio neuromuscular, pliometría y estiramientos estáticos o dinámicos según el momento de la sesión (Moya y Ruiz, 2017). En nuestra opinión, creemos que es imprescindible trabajar en estos detalles a nivel grupal e individual.

Base de datos: Una base de datos es una especie de “depósito” que nos permite almacenar gran cantidad de información de una forma ordenada para posteriormente encontrarla y emplearla sin ninguna dificultad. Se podría definir como un conjunto de información relacionada que se encuentra agrupada, para luego ser utilizada por la empresa o negocio particular. Algunas ventajas de la base de datos: control sobre la redundancia de datos, conciencia de datos, compartir datos, mantenimiento de estándares, mejora en la integridad de datos, mejora en la seguridad, mejora en la accesibilidad a los datos, mejora en la productividad, mejora en el mantenimiento, aumento de la concurrencia, mejora en los servicios de copias de seguridad. (Pérez, 2007).

En este trabajo se plantea actualizar y mejorar la base de datos del Club, consideramos que la misma podría contar con mucha más información valiosa de gran utilidad y de forma más organizada.

PROPUESTA METODOLÓGICA

Definición de la metodología "estudio de casos".

El método de estudio de casos es un instrumento de investigación que nos permite medir y registrar la conducta de las personas que intervienen en el fenómeno estudiado. Los datos pueden ser obtenidos tanto de fuentes cualitativas como cuantitativas: documentos, registros de archivos, entrevistas directas, observación directa, observación de los participantes, instalaciones u objetos físicos. (Martínez, 2006)

Presentación del universo de estudio, características de los actores involucrados en la consulta y del contexto en el que se focaliza el estudio.

Como características generales, es un Club humilde y su nivel de recursos es medio, pero compite deportivamente a la par con clubes de mayor poder adquisitivo, con mayor infraestructura y organización más establecida y afianzada desde hace décadas. Este Club se conforma de esta forma: Presidente, Secretario, Directivos titulares y suplentes, Comisión Fiscal con titulares y suplentes, Gerentes en el área administrativa, Contadores, Abogados, Coordinador Deportivo, Captadores de jugadores, Directores Técnicos, Preparadores Físicos y Entrenador de Arqueros, además de Kinesiólogos, Psicólogo, Nutricionista, utileros y equipiers. En el Club compiten aproximadamente 180 jugadores juveniles entre edades de 12 y 19 años. El contexto de dichos jugadores es variado, incluso en las entrevistas se menciona que hay jugadores que se encuentran al borde del contexto crítico.

Foco de estudio: Se realizaron entrevistas al Presidente, Coordinador, Cuerpo Técnico y se encuestó a un total de 42 jugadores, los mismos están divididos en 7ma, 6ta, 5ta y 4ta División del Club.

Instrumentos utilizados para la colecta de datos

En la colecta de datos se implementó:

- Una entrevista exploratoria al Presidente del Club.
- Entrevistas semiestructuradas al Coordinador, Cuerpo Técnico (D.T. y Lic. en E.F).
- Una encuesta con 12 preguntas, las cuales fueron aplicadas a los jugadores del Club (4ta, 5ta, 6ta y 7ma división).

Cabe mencionar que previamente a implementar estos instrumentos en el Club con la muestra seleccionada, se realizó una prueba piloto para comprobar si se encontraban fallas,

dificultades o carencias y así poder evitarlas; también para comprobar el tiempo y su pertinencia hacia donde queríamos llegar.

La entrevista exploratoria se realizó al Presidente del Club, en la misma se planteó como objetivo identificar posibles problemáticas o aspectos a mejorar en la Institución seleccionada, a partir de allí, definimos estos problemas con más detalle e identificamos actores que nos brindaron información necesaria para lograr una conexión de las dificultades.

En consecuencia, se realizaron entrevistas semiestructuradas al Coordinador, Cuerpo Técnico (DT y Lic en E.F) del Club, en las cuales su aporte fue fundamental, recabando información muy valiosa acerca de lo que se estaba realizando en el Club, su organización y cómo utilizan su base de datos, con qué información contaba, quién era el encargado de gestionar los datos, quienes podían acceder y, si se podría actualizar o mejorar.

Por otra parte, se efectuó una encuesta a los jugadores juveniles del Club, 4ta, 5ta, 6ta y 7ma División, (un total de 42 jugadores) con el fin de recolectar datos mediante el uso de cuestionarios con modalidad de múltiple opción, las encuestas fueron respondidas con lápiz y papel, se plantearon un total de doce preguntas. Estas preguntas estaban formuladas en base al problema de estudio, si tenían noción acerca de la base de datos, si les gustaría acceder a la misma, que seguimiento tenían además de un feedback por parte del Cuerpo Técnico y si consideraban de utilidad contar con una base de datos. Cabe aclarar que esta encuesta se realizó de forma presencial, bajo la orientación del investigador.

Una vez culminado, se avanzó con el procesamiento y análisis de los datos, realizando una matriz con la colecta de datos y analizando cada una de las respuestas para posteriormente redactar el informe.

Presentación y desarrollo del procedimiento realizado en cada una de las fases de estudio:

Fase exploratoria de inicio:

En esta fase exploratoria se entrevistó al Presidente del Club quien accedió a participar con total disponibilidad, brindándonos su apoyo. Se realizó una entrevista semiestructurada con el fin de encontrar inconvenientes o problemas a resolver dentro del Club. En un principio se realizaron preguntas destinadas a su narración en cuanto al Club y sus peculiaridades, fortalezas, debilidades, aspectos positivos y negativos para centrarnos en lo que refiere a las problemáticas o quizá aspectos a mejorar que podrían llegar a ser de gran utilidad para el Club. Luego de esta primera etapa, avanzamos con nuestro siguiente paso, el cual fue diseñar un anteproyecto, ordenando ideas referentes al problema encontrado y siempre pensando en generar aportes que beneficien al Club. Esta entrevista se realizó el día 6 de abril del año 2022 con una duración de 17 minutos, la misma fue clave para este proceso ya que fue grabada y transcrita. A partir de allí se realizó el mencionado anteproyecto, con el foco de estudio y las preguntas de investigación, centradas en, cómo incide contar o no con una base de datos en el proceso de formación de los deportistas en un Club de Fútbol Profesional y sus respectivas preguntas de investigación ¿Qué utilidad le brindaría al Club contar con una base de datos completa sobre Jugadores y Cuerpo Técnico?, ¿Qué tipo de registros utiliza el Club actualmente?, ¿Qué tipo de decisiones tomarían a partir de la información obtenida en la base de datos?. Toda la información fue clasificada en cuatro dimensiones en base de datos obtenidos en la entrevista exploratoria, se prosiguió con el diseño y elaboración de las entrevistas y cuestionarios para el Cuerpo Técnico y Jugadores.

Fase de colecta de datos:

En la fase de colecta de datos se destacan dos instrumentos: las encuestas a los jugadores de formativa y las entrevistas realizadas al Coordinador y Cuerpo Técnico. Los datos relevantes a nuestro problema de estudio fueron seleccionados y dirigidos a una matriz donde se clasificaron las respuestas de acuerdo a las dimensiones institucionales planteadas por Frigerio, Poggi y Tiramonti (1999) Ellas son la pedagógica, institucional, administrativa y comunitaria. En consecuencia, a esto se realiza el modelo de la colecta, el cual representa de forma gráfica las principales dimensiones implicadas, los sectores implicados, las personas involucradas y los principales factores causales.

ANÁLISIS DE DATOS

El análisis de datos se realizó en relación a todas las fases del proceso de recolección de datos obtenidos en la fase exploratoria: entrevistas, encuesta y recolección de datos, y se tomó en cuenta la información proporcionada por cada uno de los actores involucrados en este trabajo.

Para recabar datos del funcionamiento del Club (organización, roles, niveles jerárquicos de responsabilidad, fortalezas y debilidades) en esta fase exploratoria, sentimos la necesidad de entrevistar en primer lugar al presidente del Club, el cual, a nivel deportivo, está bien informado y tiene buen conocimiento sobre las formas de trabajo, empleados que componen el Club, roles y actividades de cada uno de los profesionales que trabajan en Formativas y en Primera División. En las fortalezas encontramos que el Club ya tiene una estructura de trabajo formada y establecida, los empleados se encuentran al día con sus sueldos, y a nivel de infraestructura tiene los elementos básicos como para poder desarrollar las actividades y poder competir. Cabe expresar que el Club cuenta con actividades sociales, las cuales se ven reflejadas a nivel barrial y esto genera un gran apoyo de hinchas y vecinos, incluso cuenta con personas honorarias para desarrollar ciertas tareas que aportan al funcionamiento. En cuanto a las debilidades, el Club no cuenta con muchos recursos económicos que serían necesarios para crecer en infraestructura, materiales de entrenamiento, y brindar apoyo a futbolistas juveniles que se encuentran en una situación crítica y con carencias nutricionales importantes, incluso hay deportistas que comen una vez al día (dicho por el Presidente y Cuerpo Técnico), este es un punto importante en el tema que nos interesa, que es el entrenamiento, rendimiento y salud. Y, por último, el Coordinador cuenta con una base de datos, para acceder a ella hay que comunicarse con él, lo cual creemos que sería un gran avance a nivel organizativo, que todos puedan acceder sin depender de otro profesional, ya que en nuestra opinión son datos de valor para todos los componentes principales del Club.

El segundo paso fue la recolección de datos a través de entrevistas a Directores Técnicos y Preparadores Físicos. Luego los datos fueron separados y seleccionados en cuatro dimensiones (organizativa, administrativa, identitaria y comunitaria).

En la dimensión organizativa, encontramos que hay una base de datos, en el área de captación, tienen datos como: nombre, de qué club de baby fútbol provienen, posiciones. En Séptima también hay datos sobre microciclos de entrenamiento, jugadores disponibles para competir el fin de semana y minutos jugados a lo largo del ciclo competitivo (Anexo 13, D.T.), para saber la cantidad de minutos jugados, cantidad de goles, y tarjetas amarillas, lo hacen a través de la página Web de AUF (Asociación Uruguaya de Fútbol) (Anexo 13, D.T.). Además,

tienen un control y registro interno sobre cantidad de tarjetas amarillas, para comunicar a los jugadores como van en ese sentido, también hay registros de test físicos (Anexo 13, Coordinador). En otro caso, el entrenador nos comenta que años atrás utilizaban páginas de google para realizar control de cargas (con número del 1 al 10 sobre cómo se sentían a nivel físico), pero en la actualidad no están usando dichas páginas (Anexo 13, D.T.). No hay una base de datos de lesiones, pero si hay sobre las capacidades físicas con Test que se han realizado, esos datos los tiene el coordinador (Anexo 13, Presidente). Por otra parte, obtienen datos de los test que realizan con los diferentes clubes que compiten en AUF y eso permite obtener parámetros sobre cómo se encuentran sus jugadores (Anexo 13, Profesor). Algunos entrenadores planifican los entrenamientos en papel y esa información no se sube a una base de datos o plataforma (Anexo 13, Coordinador). En casos específicos, algunos funcionarios, se sienten sobrecargados realizando actividades extra futbolísticas (Anexo 13, Coordinador).

Dimensión administrativa, los cuerpos técnicos a fin de año hacen un balance (asistencias, lesiones, sistemas de juego, etc.) y se lo presentan al coordinador (Anexo 13, D.T), todos los años se hace un cuestionario a los jugadores nuevos que ingresan al Club (Anexo 13, D.T).

Dimensión identitaria: a fin de año el coordinador eleva un informe a directivos sobre todos los detalles importantes que ocurrieron en el año (Anexo 13, Coordinador). Se hacen encuestas a los jugadores que ingresan al club para detectar posibles casos de descuido o carencias nutricionales en ciertos jugadores (Anexo 13, Coordinador).

Luego de las entrevistas, se encuestó a jugadores de juveniles sobre la necesidad de contar con una base de datos, el 79 % respondió que "SI". Consultamos si les gustaría que el club cuente con una base de datos desde que ingresan a jugar al club hasta la actualidad y el 94% respondió que "SI". En cuanto a la devolución por parte de los Preparadores Físicos sobre las capacidades o características físicas, el 61% respondió que "SI" tiene devoluciones, el 2% que "NO" y 37% a veces. En nutrición, consultamos si el Club realiza un seguimiento de los jugadores en cuanto a su alimentación, el 21% respondió que "SÍ", 53% "NO" y el 26% "NO SABE". Con lo que respecta al control de cargas (niveles de fatiga y ansiedad) el 58% respondió que "SI" hay un control, el 24 % "NO" y el 18% "NO SABE". Ver resultados de encuesta (Anexo 14)

Modelo final de análisis (*ver imagen anexo 14*)

Necesidad de mejorar la base de datos actual.

Este modelo final se desprende de la matriz de análisis, al finalizar la colecta de datos.

En cuanto a lo recabado, podemos destacar que las dimensiones organizativa y comunitaria son las que caracterizan al problema.

A partir de las evidencias rescatadas en las entrevistas y las encuestas, entendemos que los actores principales son la Directiva del Club, Coordinador, Cuerpo Técnico y finalmente los Jugadores ya que son las personas más involucradas en el tema.

Por último, como factores causales de mayor peso para este análisis se reconocieron seis, dentro de los cuales están:

- necesidad de mejorar el seguimiento realizado por el Club a sus jugadores,
 - necesidad de contar con un mejor feedback,
 - existencia de una base de datos a mejorarse y actualizarse
 - necesidad de mejoras en la comunicación,
 - necesidad de contar con más personal técnico y específico
 - Reconocimiento de utilidad de la base de datos.
-
- ¿Qué utilidad le brindaría al Club contar con una base de datos completa sobre jugadores y Cuerpos Técnicos?

El Club apunta a formar jugadores, competir y autogestionarse económicamente, en este sentido el Club cuenta con una cantidad considerable de jugadores (180) que se encuentran en diferentes etapas de formación integral deportiva. El Coordinador nos comentó que tiene una base de datos con más de 300 jugadores (Anexo 13). Además, allí se encuentran trabajando en conjunto, profesionales en diferentes áreas vinculadas a la salud, entrenamiento y rendimiento (Kinesiólogos, Nutricionistas, Cuerpo Técnicos, entre otros), en consecuencia, cada uno de los

profesionales generan datos e información de los deportistas del Club. Por este motivo, los volúmenes de información pueden ser gigantes, para que cada uno de los actores del Club puedan gestionar, analizar y tomar decisiones con autonomía en el momento que sea necesario, nos referimos a tomar decisiones a nivel de planteles o de forma individual con jugadores que el Club sienta la necesidad de apoyar, potenciar o mantener un seguimiento actualizado en todas las áreas de trabajo mencionadas de forma más eficiente. Una base de datos permitirá sacarle un mayor provecho a la información, fluidez, accesibilidad o autonomía y dinamismo para que los diferentes actores obtengan la información que necesiten, generando mayor integridad, control y seguridad de los datos.

Los actores involucrados en las encuestas expresaron su pensamiento con respecto a los beneficios de poder acceder a una base de datos: obtener información de primera mano de los jugadores que ingresan al Club, información e historial de sanidad, ayudar con el control de cargas de entrenamiento y generar mayor conexión en el trabajo de los Cuerpo Técnicos (Anexo 13). Además, la información se podrá utilizar para colaborar con el aporte de datos de cada deportista para futuros pases y ventas a otros equipos de fútbol (ver en Evidencias, Coordinador).

Con lo que requiere al área física o test físicos, se podría observar con mayor eficiencia los procesos de maduración, desarrollo mediante antropometrías y potenciación de las capacidades físicas (fuerza, velocidad, resistencia, movilidad o flexibilidad), visualizar el rendimiento de los jugadores con números, valores o datos con parámetros cercanos o no al alto nivel de rendimiento de acuerdo a la etapa en que se encuentre, para luego tomar decisiones y acciones de acuerdo al nivel en que se encuentre cada deportista. De la misma manera, cada uno de los profesionales que se encuentren desempeñando los diferentes roles pueden generar perfiles con las características de cada jugador o de los deportistas que el Club crea más pertinente. También el coordinador a cargo puede estipular o discernir la información que crea más pertinente o imprescindible que sea proporcionada por los profesionales en las distintas áreas. Otra opción podría ser que la información que se proporcione la seleccione el Club, esto permitirá que sea quien sea que esté al frente de las divisiones formativas, siempre se mantenga una misma línea y política de trabajo del club.

- ¿Qué tipo de registros utiliza el club actualmente?

La herramienta que utilizan para guardar la información es con Word o Excel. El coordinador lleva una base de datos de jugadores que han ingresado al Club en pre séptima (nombre, club de baby fútbol del que provienen, edad, posiciones) y séptima división cuentan con datos del día a día (macrociclo, período en el que se encuentran, jugadores disponibles para el fin de semana y minutos jugados)(Anexo 13). Además se encuentra a cargo de monitorizar el control del número de tarjetas amarillas de los jugadores, control del vencimiento de ficha médica, minutos jugados, goles y posiciones. Hasta el momento de la pandemia tenían registrado una batería de evaluaciones (Test de Courbet de salto en contramovimiento, Avalakov, Velocidad, peso y altura) pero luego de la pandemia no pudieron seguir adelante con las evaluaciones (Anexo 13). A fin de año, cada Cuerpo Técnico hace un balance y se lo entregan al Coordinador, entre los datos se encuentran: asistencias, características de todos los microciclos, de los jugadores que tuvieron lesiones, también de los diferentes sistemas tácticos utilizados y balances de rendimiento físico a cargo de los Preparadores Físicos, luego se le presenta al Coordinador de Juveniles (Anexo 13). Por otro lado, los Preparadores Físicos tienen datos de test físicos proporcionados por “Gol al Futuro”, ésta no es información proporcionada por el Club, pero de todas maneras se puede acceder (Anexo 13). Todos los años se hacen encuestas de todos los jugadores que ingresan al Club, sobre datos nutricionales para saber si algún jugador se encuentra en situación de vulnerabilidad y esos datos se elevan a los Directivos (Anexo 13).

¿Qué tipo de decisiones tomarían a partir de la información obtenida en la base de datos?

En nuestra opinión, podría generar mejor comunicación entre los profesionales en cada área, y tomar decisiones tanto a nivel de equipo multidisciplinario y también de forma individual con cada profesional. Al tener la posibilidad de contar con datos actuales se podrán observar las cualidades y características de cada deportista, por ejemplo:

La Nutrición, es un tema muy importante para el rendimiento tanto en los entrenamientos como en competencia. También, una alimentación adecuada potenciará la recuperación post actividad física y sobre todas las cosas, los deportistas estarán más saludables, incluso rendirán con más eficiencia académica en sus estudios. En este sentido, Cazorla (2021), expresa en su estudio que los desbalances nutricionales se ven reflejados en el rendimiento académico y en las

funciones cognitivas de los adolescentes. En cuanto a la nutrición deportiva, Zavaleta (2018), expresa que es uno de los factores más importantes en el rendimiento total de un deportista, especialmente en la adolescencia, debido a sus cambios físicos y desarrollo corporal necesitan nutrientes y suplementos que le permitan desarrollarse efectivamente en sus actividades deportivas, en este sentido, en cualquier deporte se debe considerar que la buena nutrición y los buenos hábitos alimentarios son componentes esenciales para su entrenamiento.

Teniendo en cuenta estos beneficios, en nuestra opinión se podrá brindar apoyo y un seguimiento más eficiente a los deportistas que lo requieran. Sería fundamental, proponerse metas y en primera instancia solucionar la nutrición de los deportistas que se encuentren en situación crítica. Luego, en segunda instancia, trabajar con los deportistas que tienen recursos, pero no tienen hábitos nutricionales saludables. Cabe expresar que para que esto suceda, habrá que tener disposición de generar recursos, pero principalmente la educación nutricional es uno de los pilares fundamentales. Test de capacidades físicas, sobre éstos una base de datos podrá generar un mayor seguimiento a lo largo de todo el proceso de formación de cada deportista, pudiendo enfocarse en las debilidades o fortalezas de cada deportista y en consecuencia, planificar entrenamientos extra para potenciar o emparejar el rendimiento de los deportistas que lo necesiten. Historial de lesiones, con respecto a estos datos se podrían apreciar niveles y frecuencia de lesiones de cada jugador y luego indagar en las causas e intervenir con evaluaciones específicas. Esto permitirá obtener datos relevantes para planificar entrenamientos correctivos que prevengan las lesiones. Por ejemplo: un deportista de Séptima División tiene diversas lesiones y al año siguiente al pasar a Sexta División y cambiar de Cuerpo Técnico, estos podrán ver las lesiones que tuvo ese jugador y los procesos de recuperación, a partir de allí podrán evaluar y planificar entrenamientos para prevenir las lesiones del año anterior.

En nuestra opinión, hay una gran cantidad de decisiones que se pueden tomar a partir de una base de datos, las estrategias para utilizar la información obtenida se la va a dar cada profesional, de acuerdo, a los objetivos y las diferentes situaciones que se vayan generando a lo largo de cada periodo de entrenamiento.

CONCLUSIONES GENERALES

En primera instancia queremos destacar al club y las personas que formaron parte de este proyecto, también agradecemos por su compromiso, disponibilidad, comprensión, profesionalismo y hospitalidad en todo momento. Por otra parte, también mencionar a nuestro orientador quien estuvo pendiente todo el tiempo de los detalles del proceso y por su disponibilidad, diálogo frecuente para guiarnos y apoyarnos en cada instancia del proceso.

En cuanto al desarrollo del trabajo, reconocemos que fue un gran desafío encontrar ciertas debilidades que tiene el Club, por otra parte, destacamos los aprendizajes que nos generó cada etapa de este trabajo. En nuestra opinión, logramos visualizar al Club desde una perspectiva amplia, esto nos permitió unir cada uno de los eslabones generados por la información proporcionada en las entrevistas y encuestas, para luego idear estrategias que aporten beneficios para los profesionales que se encuentran trabajando en él, para los jugadores y para el propio el Club. La entrada al campo nos aportó conocimientos en cuanto a la importancia del significado que tiene para el Club contar un en equipo de trabajo comprometido con los objetivos, la importancia de trabajar con un equipo multidisciplinario, de una buena comunicación, de gestionar datos, entre otras. También vemos como desafío mantener constantemente una armonía en la comunicación de todos los componentes del Club (dirigentes, cuerpo técnico y jugadores), pudimos apreciar que el día a día puede generar desbalances en la comunicación y en este sentido creemos importante generar hábitos tecnológicos con respecto a la utilización diaria de una plataforma o base de datos que potenciará al club en muchos aspectos.

Por otra parte, apreciamos que el Club tiene inconvenientes a nivel organizativo y comunitario, las personas involucradas en el tema se encuentran en la directiva del Club, en el Coordinador, en el Cuerpo Técnico y en los Jugadores. Concluimos que el factor principal es la necesidad de mejorar la base de datos actual que posee la institución. También se logró reconocer otros factores como, por ejemplo, la importancia de obtener un mejor seguimiento realizado por el Club a sus jugadores, la necesidad de contar con un mejor feedback, mejorar la comunicación y la necesidad de contar con más personal técnico y específico. Desde nuestra perspectiva, observamos que, en el caso de algunos profesionales, están realizando tareas que no les corresponde, en este sentido, recomendamos que los delegados puedan acceder a los entrenamientos entre semana para comunicar si algún jugador está excedido en cuanto al número de tarjetas amarillas, vencimiento de ficha médica, entre otras. Esto permitirá que el Coordinador

y Cuerpo Técnico tengan más tiempo para desarrollar sus trabajos y por lo tanto potenciar su desempeño con los planteles.

Creemos fundamental realizar mejoras en la base de datos que posee el Club para poder seguir aportando información, una plataforma o base de datos podría llegar a ser una gran herramienta para mejorar el funcionamiento del Club y el rendimiento de sus jugadores, además se podrían lograr avances en la comunicación de la Institución y un mejor feedback por parte de los jugadores, los cuales valoran mucho esta retroalimentación, otorgándoles más seguridad, compromiso, confianza y conocimiento acerca de cada uno de ellos. Los entrevistados y encuestados concuerdan con el reconocimiento de los beneficios de contar con una base de datos. Permitiendo acceder de forma más dinámica y autónoma a la información sin sobrecargar a nadie en su labor.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Cazorla, N. G. (2021). *Estado nutricional y su influencia en el rendimiento académico*. Editorial Inclusión.
- Cometti, G. (2002). *La preparación física en el fútbol*. Barcelona, España. Editorial Paidotribo.
Recuperado de: <https://www.circuitoultras.org/wp-content/uploads/2021/05/Gilles-Cometti-La-Preparacio%CC%81n-Fi%CC%81sica-En-El-Fu%CC%81tbol-1%C2%B0-Edicio%CC%81n.pdf>
- Dupont, G., Akakpo, K., & Berthoin, S. (2016). *Efectos del Entrenamiento Intervalado de Alta Intensidad durante el Período Competitivo en Jugadores de Fútbol-Revista de Entrenamiento Deportivo*. Revista de Entrenamiento Deportivo, 30(2).
- Frigerio, G., Poggi, M. Y Tiramonti, G. (1999) *Las instituciones educativas. Cara y ceca*. FLACSO: Argentina.
- Góma, A (2007) *“Manual del entrenador de fútbol moderno”* Editorial Paidotribo
- Ojeda Antón, G (2021). *“Efectos de un programa de entrenamiento de fuerza sobre la fuerza explosiva del tren inferior, sprints lineales, cambios de dirección y el porcentaje de grasa corporal en futbolistas juveniles.”* (Trabajo fin de grado). Universidad de Zaragoza, Grado en Ciencias de la Actividad Física y del Deporte Facultad de Ciencias de la Salud y del Deporte. Recuperado de: <https://zaquan.unizar.es/record/107545/files/TAZ-TFG-2021-2842.pdf?version=1>
- Hernández Gallardo, D. (2014). *Estado nutricional y rendimiento deportivo en deportistas adolescentes cubanos*. Universidad de Granada.
- Martínez Carazo, P. (2006) El método de estudio de caso: estrategia metodológica de la investigación científica. *Pensamiento & Gestión*, (20), 165-193.
- Moya, R, Ruiz, P (2017). *Aspectos clave en programas de condición física y prevención de lesiones en el fútbol: una revisión narrativa*. *Journal of Sport and Health Research*. 9(3):311-328.
- Noya, J., & Sillero, M. (2012). Epidemiología de las lesiones en el fútbol profesional español en la temporada 2008-2009. *Arch Med Deporte*, 150(4), 750-66.
- Pérez, D (2007). Maestros del Web. *“¿Qué son las bases de datos?.* Recuperado de: <http://www.maestrosdelweb.com/que-son-las-bases-de->

[datos/#:-:text=Una%20base%20de%20datos%20es,podamos%20encontrar%20y%20utilizar%20f%C3%A1cilmente](#)

Rædergård, H. G., Falch, H. N., & van den Tillaar, R. (2020). *Effects of strength vs. plyometric training on change of direction performance in experienced soccer players*. *Sports*, 8(11), 144. <https://doi.org/10.3390/sports8110144>

Styles, W. J., Matthews, M. J., & Comfort, P. (2016). Effects of strength training on squat and sprint performance in soccer players. *Journal of Strength and Conditioning Research*, 30(6), 1534–1539. <https://doi.org/10.1519/JSC.0000000000001243>

Zavaleta García, V. R. (2018). La nutrición deportiva en el rendimiento óptimo deportivo en los adolescentes.

ANEXO II: Plan de mejora

INSTITUTO UNIVERSITARIO ASOCIACIÓN CRISTIANA DE JÓVENES

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN FÍSICA, DEPORTE Y RECREACIÓN

PROPUESTA DE MEJORA

Asignatura: Taller de Proyecto Final II

Docentes: Nicolás Raffo

JUAN AYALA

EMILIANO IRIBARNE

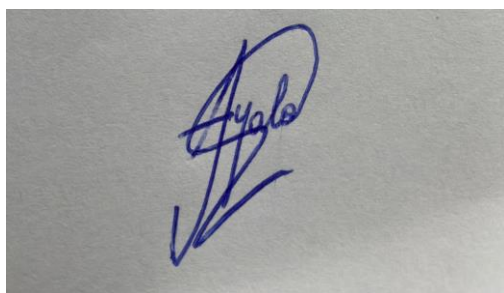
MONTEVIDEO

2022

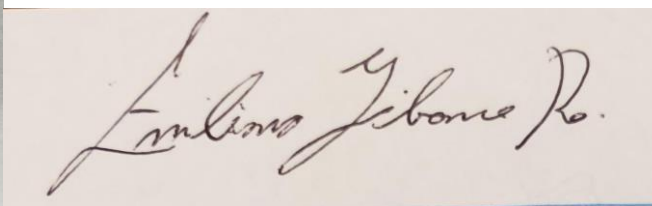
Declaración de autoría

Los abajo firmantes Juan Ayala y Emiliano Iribarne somos los autores y los responsables de todos los contenidos y de las opiniones expresadas en este documento, que no necesariamente son compartidas por el Instituto Universitario Asociación Cristiana de Jóvenes.

Firmas:



Juan Ayala



Emiliano Iribarne

Resumen

En el presente estudio se priorizó como tema central, generar una base de datos específica para una Institución Deportiva, en este caso para las Divisiones Formativas de un Club de Fútbol Profesional de la ciudad de Montevideo.

Esta Institución tiene siete Divisiones Formativas (1era. División, 4ta., 5ta., sub 16, 6ta., 7ma., pre 7ma. División). Cabe aclarar que el Club cuenta con bajos recursos económicos, este es un punto importante a tener en cuenta, ya que no hay posibilidades de realizar grandes inversiones económicas para la resolución de los problemas planteados en el trabajo.

Para adentrarnos y tener más conocimiento sobre los temas más importantes a mejorar en el área de preparación física y rendimiento de los jugadores del Club, se realizaron entrevistas a los principales actores involucrados en esta área de: Presidente, Coordinador, Directores Técnicos y Preparadores Físicos y encuestas a jugadores de formativas. También cabe destacar que nuestra base es un estudio de aproximación diagnóstica y las propuestas planteadas surgen de la validación previa del club.

Palabras clave: Base de datos, preparación física, fútbol formativo.

1.Introducción

En el marco de la asignatura Proyecto Final I de grado 1, emprendido en la Licenciatura de Educación Física Recreación y Deporte (IUACJ), se realizó un proceso de intervención a una Institución Deportiva en nuestro caso trabajamos con un Club de Fútbol profesional en la ciudad de Montevideo.

En cuanto al procedimiento se siguió una estructura y metodología de trabajo en la cual se abordaron aspectos a tener en cuenta diferentes pasos y aplicaciones: en primera instancia se implementó un diseño de una entrevista exploratoria, para posteriormente ponerla en práctica con el Presidente del Club, con el objetivo de visualizar posibles problemas o fallas relacionados con el área de entrenamiento, debemos abordar esta temática ya que en la Licenciatura nos especializamos en el trayecto de entrenamiento. A partir de este punto mediante un análisis de esta entrevista exploratoria se logró apreciar indicios de posibles fallas problemáticas que afectaban al club.

En segunda instancia se centró en definir el tema que resultó más trascendente para mejorar la organización y funcionamiento en determinadas áreas del Club. Posteriormente se realizó la definición del problema, preguntas claves, prosiguiendo con el área de intervención y la construcción de un diagrama a modo de resumen visualizando los temas a tratar.

En tercera instancia se seleccionaron y diseñaron instrumentos formalizando entrevistas y encuestas para coordinar con las personas involucradas en los temas pertinentes a tratar (Coordinador, Directores Técnicos, Preparadores Físicos y Jugadores). Mediante la información obtenida se efectuó la recolección de datos implementando una matriz y un modelo de análisis con los principales temas a tratar.

En los apartados de este trabajo se abordarán temas como: presentación del contexto en estudio, presentación y desarrollo de los conceptos teóricos, propuesta metodológica, análisis de datos y conclusiones generales.

2. Objetivos Generales:

- Diseñar una base de datos de los jugadores del club que sea práctica y útil para el funcionamiento de la institución.

Objetivos Específicos:

- Obtener un Feedback más eficiente entre los profesionales y jugadores del club.
- Mejorar el seguimiento del club hacia los jugadores.
- Mejorar la actualización de los datos.
- Capacitar a los profesionales del club para la utilización de la base de datos.

Aclaración: Cada objetivo tiene una meta con un indicador que permite evaluar y medir su alcance a lo largo del proceso.

Metas:

- Para el objetivo general: Feedback más eficiente entre los profesionales y jugadores del club logrado para el año 2023.
Para los objetivos específicos:
- Seguimiento del club hacia los jugadores mejorado para el año 2023.
- Datos actualizados antes del cierre del año 2023.
- Profesionales del club capacitados para la utilización de la base de datos para marzo del año 2023.

3. Desarrollo de la propuesta

Para cumplir con las metas de los objetivos específicos se propusieron las siguientes actividades:

Para el objetivo específico número uno, se planteó realizar reuniones específicas antes y después de la actualización entre los profesionales del club. Además de reunión una vez por mes entre los profesionales y jugadores del club. Y una puesta a punto con los dirigentes estableciendo lo que se necesita para mejorar el feedback.

Para el objetivo específico número dos, se planteó definir el seguimiento que se quiere hacer y sus elementos. Implementar un buzón de sugerencias por parte de los jugadores de forma anónima e informe del cuerpo técnico. Además de informar a los dirigentes respecto a los jugadores que se encuentren en situación crítica.

Para el objetivo específico número tres, se planteó desarrollar la información que estará en la base de datos. Definir momentos puntuales para actualizar todos los datos. Informar a los jugadores y personal sobre la disponibilidad de los datos cuando los necesiten.

Para el objetivo específico número cuatro, realizar reuniones aplicativas al cuerpo técnico. Realizar reunión aplicativa con dirigentes. Y por último comunicar al resto de personas interesadas.

OBJETIVO GENERAL	OBJETIVOS ESPECÍFICOS	METAS	ACTIVIDADES	NUESTRA META
<p>Diseñar una base de datos de los jugadores del club que sea práctica y útil para el funcionamiento de la institución.</p>	<p>Obtener un Feedback más eficiente entre los profesionales y jugadores del club.</p>	<p>Feedback más eficiente entre los profesionales y jugadores del club logrado para el año 2023.</p>	<p>-Reuniones específicas antes y después de la actualización entre los profesionales del club</p> <p>-Reunión una vez por mes entre los profesionales y jugadores del club</p> <p>- Puesta a punto con los dirigentes estableciendo lo que se necesita para mejorar el feedback</p>	<p>Lograr cumplir correctamente con las metas pautadas para el año 2023.</p>
	<p>Mejorar el seguimiento del club hacia los jugadores.</p>	<p>Seguimiento del club hacia los jugadores mejorado para el año 2023.</p>	<p>-Definir el seguimiento que se quiere hacer y sus elementos</p> <p>- Implementar un Buzón de sugerencias por parte de los jugadores de forma anónima e informe del cuerpo técnico.</p> <p>-Informar a los dirigentes respecto a los jugadores que se encuentren en situación crítica.</p>	

	Mejorar la actualización de los datos.	Datos actualizados antes del cierre del año 2023.	<ul style="list-style-type: none"> -Desarrollar la información que estará en la base de datos -Definir momentos puntuales para actualizar todos los datos -Informar a los jugadores y personal sobre la disponibilidad de los datos cuando los necesiten. 	
	Capacitar a los profesionales del club para la utilización de la base de datos.	Profesionales del club capacitados para la utilización de la base de datos para marzo del año 2023.	<ul style="list-style-type: none"> -Reunión aplicativa al cuerpo técnico -Reunión aplicativa con dirigentes - Comunicar al resto de personas interesadas. 	

Cronograma

	Reuniones específicas antes y después de la actualización entre los profesionales del club	Reunión una vez por mes entre los profesionales y jugadores del club	Puesta a punto con los dirigentes estableciendo lo que se necesita para mejorar el feedback	Definir el seguimiento que se quiere hacer y sus elementos	Buzón de sugerencias por parte de los jugadores de forma anónima e informe del cuerpo técnico. (Disponible todo el año)	Informar a los dirigentes respecto a los jugadores que se encuentren en situación crítica. (Todo el año)	Desarrollar la información que estará en la base de datos	Definir momentos puntuales para actualizar todos los datos	Informar a los jugadores y personal sobre la disponibilidad de los datos cuando los necesiten.
ENERO	Último lunes del mes	Último viernes de cada mes	Último lunes del mes	Último martes del mes			Día 7, antes de la pretemporada	Último miércoles del mes	
FEBRERO		“							
MARZO		“							
ABRIL		“							
MAYO		“							
JUNIO	Último lunes del mes	“	Último lunes del mes	Último martes del mes				Último miércoles del mes	
JULIO		“							
AGOSTO		“							
SETIEMBRE		“							
OCTUBRE		“							
NOVIEMBRE		“							
DICIEMBRE	Último lunes del mes	“	Último lunes del mes	Último martes del mes				Último miércoles del mes	Día 20

	Reunión aplicativa al cuerpo técnico	Reunión aplicativa con dirigentes	Comunicar al resto de personas interesadas.
ENERO	Día 9	Día 10	Día 10
FEBRERO			
MARZO			
ABRIL			
MAYO			
JUNIO			
JULIO			
AGOSTO			
SETIEMBRE			
OCTUBRE			
NOVIEMBRE			
DICIEMBRE			

ANEXO III: Entrevista Exploratoria

Entrevista Exploratoria

Integrantes: Juan Ayala y Emiliano Iribarne

Institución:

Tutor: Nicolás Raffo

Fecha: 6/4/2022

Nombre del entrevistado:

Pregunta 1: Hola junto a mi compañero vamos a realizar un proyecto acerca del club y me gustaría que te presentes brevemente.

Pregunta 2: Quisiéramos saber cómo se compone club, empleados y cómo se organizan:

Pregunta 3: ¿Cómo se manejan o apoyan las formativas y que crees que se podría mejorar?

Pregunta 4: ¿Qué mejorarías en primera división para mantener al equipo estable en un alto nivel de competencia?

Pregunta 5: ¿Qué destacarías del club como fortaleza, cuales son los aspectos positivos?

Pregunta 6: ¿El club tiene debilidades?

Pregunta 7: ¿El club tiene algún historial en cuanto a los jugadores? Por ejemplo; ¿base de datos en cuanto a la cantidad de lesiones por categoría o un historial desde que inician en 7ma división o pre 7ma hasta primera división, así como los test físicos que realizan de resistencia de fuerza o el que fuere? ... ¿Tienen una base de datos a la cual ustedes puedan acceder y ver el nivel de cada jugador y como se encuentra?

Pregunta 8: ¿El club tiene como proyecto una captación de jugadores, tienen un proyecto en cuanto a la parte de entrenamiento, en cuanto a la parte física de cómo se debería trabajar en cada divisional para respetar fases sensibles y para que los profes tengan como referencia? ¿Tienen una estructura armada o estipulada o si viene un profe nuevo trabaja a su modo?

ANEXO IV: Entrevista Coordinador

Entrevista Coordinador del Club

Integrantes: Juan Ayala y Emiliano Iribarne

Institución:

Tutor: Nicolás Raffo

Fecha: 20/05/2022

Nombre del entrevistado:

1. ¿Cómo describirías al C.A. Progreso?
2. ¿Cuáles son tus funciones dentro del club?
3. ¿Sobre la comunicación con el cuerpo técnico de primera división, profes, técnicos y jugadores, cuál crees que es lo más importante a la hora de interactuar con ellos?
4. ¿El club cuenta con algún historial en cuanto a información sobre los jugadores?

Por ejemplo: bases de datos en cuanto a la cantidad de lesiones por categoría o un historial desde que inician en 7ma división o pre 7ma hasta primera división; test físicos que realizan de resistencia de fuerza, etc.

5. ¿Tienen una base de datos a la cual ustedes puedan acceder y ver el nivel de cada jugador y cómo se encuentra?
6. ¿Le ayudaría o ayuda en el trabajo diario contar con un historial sobre los jugadores?
7. ¿Qué piensas acerca de tener un mayor control acerca de las características y situación actual de cada uno de tus jugadores?
8. ¿Crees necesario implementar esto y poder llevarlo a cabo?
9. ¿Hay algún registro que ustedes puedan ingresar diariamente?
10. ¿Qué datos manejan o manejarían con ese registro?
11. ¿Quién crees que podría acceder a estos datos?
12. ¿Te parece relevante este registro para informar a los jugadores sobre sus características, resultados de test, recomendaciones nutricionales e información y novedades institucionales?

13. ¿Cómo implementarían o sacarían provecho de los datos obtenidos en la base de datos?

14. ¿Estos datos o información obtenidas para que te sería útil como coordinador?

15. ¿Quién crees que es necesario que accedan a esa base de datos con facilidad para utilizarla a diario?

16. ¿Le parece importante que los jugadores puedan ingresar para ver determinada información personal de ellos?

Por ejemplo: vencimiento de ficha médica, test físicos, modelos de juego a trabajar en el año, cantidad de minutos jugados, cantidad de tarjetas amarillas y rojas, entre otras.

17. ¿Le gustaría agregar algo más?

Muchas gracias por su tiempo.

ANEXO V: Entrevista Profe de Ed. Física

Entrevista Prof. Ed. Física del Club

Integrantes: Juan Ayala y Emiliano Iribarne

Institución:

Tutor: Nicolás Raffo

Fecha: 25/05/2022

Nombre del entrevistado:

1. ¿Cómo describirías al C.A. Progreso?
2. ¿Cómo te describirías como profe del club?
3. ¿Crees que cuentas con todo lo necesario dentro del club para desempeñar tu labor como profe?
4. ¿El club cuenta con algún historial en cuanto a información sobre los jugadores?

Por ejemplo: bases de datos en cuanto a la cantidad de lesiones por categoría o un historial desde que inician en 7ma división o pre 7ma hasta primera división; test físicos que realizan de resistencia de fuerza, etc.

5. ¿Tienen una base de datos a la cual ustedes puedan acceder y ver el nivel de cada jugador y cómo se encuentra?
6. ¿Qué cree que le ayudaría en el trabajo diario contar con un historial sobre los jugadores?
7. ¿Qué piensas acerca de tener un mayor control acerca de las características y situación actual de cada uno de tus jugadores?
8. ¿Crees necesario implementar esto y poder llevarlo a cabo?
9. ¿Hay algún registro que ustedes puedan ingresar diariamente?
10. ¿Qué datos manejan o manejarían con ese registro?
11. ¿Quién crees que podría acceder a estos datos?
12. ¿Te parece relevante este registro para informar a los jugadores sobre sus características, resultados de test, recomendaciones nutricionales e información y novedades institucionales?

13. ¿Cómo implementarían o sacarían provecho de los datos obtenidos en la base de datos?

14. ¿Estos datos o información obtenidas para que te sería útil como profe?

15. ¿Quién crees que es necesario que accedan a esa base de datos con facilidad para utilizarla a diario?

16. ¿Le parece importante que los jugadores puedan ingresar para ver determinada información personal de ellos?

Por ejemplo: vencimiento de ficha médica, test físicos, modelos de juego a trabajar en el año, cantidad de minutos jugados, cantidad de tarjetas amarillas y rojas, entre otras.

17. ¿Le gustaría agregar algo más?

Muchas gracias por su tiempo.

ANEXO VI: Entrevista Director Técnico

Entrevista Director Técnico del Club

Integrantes: Juan Ayala y Emiliano Iribarne

Institución:

Tutor: Nicolás Raffo

Fecha: 25/05/2022

Nombre del entrevistado:

1. ¿Cómo describirías al C.A. Progreso?
2. ¿Cómo te describirías como técnico del club?
3. ¿Crees que cuentas con todo lo necesario dentro del club para desempeñar tu labor como técnico?
4. ¿El club cuenta con algún historial en cuanto a información sobre los jugadores?

Por ejemplo: bases de datos en cuanto a la cantidad de lesiones por categoría o un historial desde que inician en 7ma división o pre 7ma hasta primera división; test físicos que realizan de resistencia de fuerza, etc.

5. ¿Tienen una base de datos a la cual ustedes puedan acceder y ver el nivel de cada jugador y cómo se encuentra?
6. ¿Qué cree que le ayudaría en el trabajo diario contar con un historial sobre los jugadores?
7. ¿Qué piensas acerca de tener un mayor control acerca de las características y situación actual de cada uno de tus jugadores?
8. ¿Crees necesario implementar esto y poder llevarlo a cabo?
9. ¿Hay algún registro que ustedes puedan ingresar diariamente?
10. ¿Qué datos manejan o manejarían con ese registro?
11. ¿Quién crees que podría acceder a estos datos?
12. ¿Te parece relevante este registro para informar a los jugadores sobre sus características, resultados de test, recomendaciones nutricionales e información y novedades institucionales?
13. ¿Cómo implementarían o sacarían provecho de los datos obtenidos en la base de datos?
14. ¿Estos datos o información obtenidas para que te sería útil como técnico?
15. ¿Quién crees que es necesario que accedan a esa base de datos con facilidad para utilizarla a diario?
16. ¿Le parece importante que los jugadores puedan ingresar para ver determinada información personal de ellos?

Por ejemplo: vencimiento de ficha médica, test físicos, modelos de juego a trabajar en el año, cantidad de minutos jugados, cantidad de tarjetas amarillas y rojas, entre otras.

17. ¿Le gustaría agregar algo más?

Muchas gracias por su tiempo.

ANEXO VII: Encuesta jugadores

ENCUESTAS A LOS JUGADORES

1. ¿Te encuentras cómodo con el club?
A-SI ___
B-NO ___
C-ME ES INDIFERENTE ___
 2. ¿Piensas que el club tiene un seguimiento de los jugadores en cuanto a su alimentación?
A-SI ___
B-NO ___
C-NO TENGO IDEA ___
 3. ¿Piensas que el club tiene un seguimiento de los jugadores en cuanto a su nivel de fatiga y ansiedad?
A-SI ___
B-NO ___
C-NO TENGO IDEA ___
 4. ¿Y en cuanto a tu rendimiento educativo, piensas que el club tiene un seguimiento?
A-SI ___
B-NO ___
C-NO TENGO IDEA ___
 5. Tienes información en cuanto a tus lesiones y recuperación (fechas de la lesión y recuperación, tipo de lesión y causas de la misma).
A-SI ___
-

B-NO ___

6. ¿Tienes un historial o ficha en lo que se refiere a las posiciones que jugaste desde que comenzaste a jugar en el club?
A-SI ___
B-NO ___
 7. ¿Tienes devoluciones por parte del preparador físico sobre tus capacidades o características físicas como jugador?
A-SI ___
B-NO ___
C-A VECES ___
 8. ¿Tienes devoluciones por parte del técnico sobre tus características técnico tácticas como jugador?
A-SI ___
B-NO ___
C-A VECES ___
 9. ¿Te gustaría que el club cuente con una base de datos a la cuál puedan acceder?
A-SI ___
B-NO ___
C-ME ES INDIFERENTE ___
-

10. ¿Te gustaría tener un historial de tu información como jugador, desde que ingresas al club hasta la actualidad? (estadísticas, goles, tarjetas, lesiones, etc)

A-SI__

B-NO__

C-ME ES INDIFERENTE__

11. ¿Crees que es necesario acceder a una base de datos para saber y verificar los resultados de tests físicos?

A-SI__

B-NO__

C-ME ES INDIFERENTE__

12. ¿Utilizarías esta plataforma a diario?

A-SI__

B-QUIZÁ__

¡GRACIAS POR TU TIEMPO!!

ANEXO VIII: Cuadro de síntesis de aproximación diagnóstica

Componentes	Contenidos
Tema central de estudio	Cómo incide contar con una base de datos en el proceso de formación de deportistas en un club de fútbol profesional
Preguntas de investigación	<ul style="list-style-type: none"> - ¿Qué utilidad le brindaría al Club contar con una base de datos completa sobre jugadores y Cuerpo Técnico? - ¿Qué tipo de registros utiliza el Club actualmente? - ¿Qué tipo de decisiones tomarían a partir de la información obtenida en la base de datos?
Técnicas de relevamiento aplicadas	<p>Entrevista exploratoria al presidente del club.</p> <p>Entrevistas semiestructuradas al cuerpo técnico (director técnico y preparador físico) y coordinador del club.</p> <p>Encuestas a los jugadores de 7ma., 6ta., 5ta. y 4ta. división del club.</p>
Dimensión institucional más comprometida	Organizativa y Comunitaria
Posibles factores causales	<ul style="list-style-type: none"> - Necesidad de mejorar el seguimiento realizado por el Club a sus jugadores. - Necesidad de contar con un mejor feedback. - Existencia de una base de datos a mejorarse y actualizarse - Necesidad de mejoras en la comunicación. - Necesidad de contar con más personal técnico y específico - Reconocimiento de utilidad de la base de datos.

Aspectos a tener en cuenta en una propuesta de mejora	<ul style="list-style-type: none">-Lograr avances en la comunicación a la hora de trasladar información a la base de datos.-Mejorar la organización de los datos.-Distribuir la información de manera equilibrada entre todos los profesionales del club a la hora de subir los datos a la plataforma para que nadie se sobrecargue.- Definir los indicadores que se incluirán en la base de datos.- Diseñar una base de datos en base a las necesidades de quienes la utilicen.- Uniformizar el uso de la base de datos entre todos los usuarios para que todos tengan la información correcta y en el momento correcto.