

Cita: Rodríguez, S. T., Morales-Sánchez, V., Velasco Alonso, P. y Hernández-Mendo, A. (2026). Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte. Una revisión sistemática de revisiones. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 26(2), 209-258

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte. Una revisión sistemática de revisiones

Assessment Tools in Sport Psychology. A Systematic review of reviews

Ferramentas de avaliação em Psicologia do Esporte. Uma revisão sistemática de revisões

Rodríguez, Sabina Tamara^{1,2}, Morales-Sánchez, Verónica³, Velasco Alonso, Pedro^{2,4}, Hernández-Mendo, Antonio³

¹Universidad de Flores (UFLO), Buenos Aires, Argentina; ²Universidad de Málaga (UMA), Málaga, España; ³Department of Social Psychology, Social Work and Social Services and Social Anthropology, Universidad de Málaga, Málaga, Spain; ⁴Departamento de Psicología, Sociología y Trabajo Social Universidad de Las Palmas de Gran Canaria

RESUMEN

La Psicología del Deporte ha experimentado en los últimos años un crecimiento sostenido en su producción científica, incrementando la necesidad de evaluar con rigor la calidad de la evidencia disponible. El objetivo de esta revisión de revisiones fue identificar y analizar las escalas de evaluación crítica metodológica utilizadas en revisiones aplicadas a la Psicología del deporte. Para ello, se siguieron las directrices de la Declaración PRISMA y se realizó una búsqueda exhaustiva en bases de datos internacionales (Web of Science, Scopus, PubMed, entre otras). El protocolo fue registrado prospectivamente en OSF (2025). Se aplicaron criterios de inclusión y exclusión para seleccionar revisiones publicadas entre 2015 y 2025 que cumplieran estándares de calidad y transparencia metodológica. La extracción de datos se realizó mediante una matriz ad hoc y la calidad metodológica se evaluó con herramientas consolidadas como AMSTAR 2, GRADE, CASP y la JBI Checklist. Se incluyeron 128 revisiones, se identificaron 45 herramientas de evaluación crítica, siendo las más frecuentes MMAT, JBI, la Cochrane Risk of Bias Tool. Los resultados indicaron que, aunque existe un uso generalizado de herramientas críticas, la calidad metodológica global fue predominantemente baja o críticamente baja, mientras que las revisiones de alcance presentaron niveles más altos. En los metaanálisis se observaron tamaños del efecto de pequeños a moderados en flow y rendimiento ($r = 0.31$), intervenciones basadas en mindfulness ($g = 0.49$; IC 95%: 0.28–0.69) y reducción del burnout en atletas ($d = -0.87$; IC 95%: -1.25 a -0.48). Finalmente, se realizó un análisis complementario centrado en 13 revisiones con mayor calidad metodológica y efectos claramente estimados, consideradas las más sólidas para orientar la interpretación de los hallazgos.

Palabras clave: psicología del deporte, revisión sistemática, herramienta de evaluación crítica, riesgo de sesgo, PRISMA.

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

ABSTRACT

Sport Psychology has experienced sustained growth in its scientific production in recent years, increasing the need to rigorously evaluate the quality of the available evidence. The objective of this umbrella review was to identify and analyze the methodological critical appraisal tools used in reviews applied to Sport Psychology. To this end, the guidelines of the PRISMA Statement were followed, and a comprehensive search was conducted in international databases (Web of Science, Scopus, PubMed, among others). The protocol was prospectively registered in OSF (2025). Inclusion and exclusion criteria were applied to select reviews published between 2015 and 2025 that met standards of methodological quality and transparency. Data extraction was carried out using an ad hoc extraction matrix, and methodological quality was assessed using established tools such as AMSTAR 2, GRADE, CASP, and the JBI Checklist. A total of 128 reviews were included, and 45 critical appraisal tools were identified, the most frequent being MMAT, JBI, and the Cochrane Risk of Bias Tool. The results indicated that, although there is widespread use of critical appraisal tools, the overall methodological quality was predominantly low or critically low, whereas scoping reviews showed higher levels of quality. In the meta-analyses, small to moderate effect sizes were observed for variables such as flow and sport performance ($r = 0.31$), mindfulness-based interventions ($g = 0.49$; 95% CI: 0.28–0.69), and reduction of burnout in athletes ($d = -0.87$; 95% CI: -1.25 to -0.48). Finally, a complementary analysis was conducted focusing on 13 reviews with higher methodological quality and clearly estimated effects, considered the most robust for guiding the interpretation of the findings.

Keywords: sport psychology, systematic review, quality assessment tool, risk of bias, PRISMA.

RESUMO

A Psicologia do Esporte tem apresentado, nos últimos anos, um crescimento sustentado em sua produção científica, aumentando a necessidade de avaliar com rigor a qualidade das evidências disponíveis. O objetivo desta revisão de revisões foi identificar e analisar as escalas de avaliação crítica metodológica utilizadas em revisões aplicadas à Psicologia do Esporte. Para isso, seguiram-se as diretrizes da Declaração PRISMA e realizou-se uma busca abrangente em bases de dados internacionais (Web of Science, Scopus, PubMed, entre outras). O protocolo foi registrado prospectivamente no OSF (2025). Foram aplicados critérios de inclusão e exclusão para selecionar revisões publicadas entre 2015 e 2025 que atendessem aos padrões de qualidade e transparência metodológica. A extração de dados foi realizada por meio de uma matriz ad hoc, e a qualidade metodológica foi avaliada com ferramentas consolidadas como AMSTAR 2, GRADE, CASP e a JBI Checklist. Foram incluídas 128 revisões, nas quais foram identificadas 45 ferramentas de avaliação crítica, sendo as mais frequentes MMAT, JBI e a Cochrane Risk of Bias Tool. Os resultados indicaram que, embora exista um uso generalizado de ferramentas críticas, a qualidade metodológica global foi predominantemente baixa ou criticamente baixa, enquanto as revisões de escopo apresentaram níveis mais elevados de qualidade. Nos metanálises, observaram-se tamanhos de efeito de pequenos a moderados em flow e desempenho esportivo ($r = 0.31$), intervenções baseadas em mindfulness ($g = 0.49$; IC 95%: 0.28–0.69) e redução do burnout em atletas ($d = -0.87$; IC 95%: -1.25 a -0.48). Por fim, foi realizada uma análise complementar centrada em 13 revisões com maior qualidade metodológica e efeitos claramente estimados, consideradas as mais robustas para orientar a interpretação dos resultados.

Palavras-chave: psicologia do esporte, revisão sistemática, ferramentas de avaliação da qualidade, risco de viés, PRISMA.

INTRODUCCIÓN

La evaluación psicológica constituye una competencia esencial de la psicología como disciplina científica. Implica un proceso sistemático y contextualizado para la obtención de información válida que oriente la toma de decisiones clínicas, educativas, sociales o investigativas (Fernández-Ballesteros, 2004). Lejos de reducirse a la aplicación técnica de instrumentos, la evaluación supone una postura epistemológica y ética, considerando a la

persona en interacción con su entorno y reconociendo la complejidad del comportamiento humano (Blanco y Rodríguez- Marín, 2007).

En el ámbito de la investigación psicológica, esta competencia se traduce en la necesidad de aplicar herramientas que permitan valorar críticamente la calidad metodológica y la validez de los estudios, especialmente en contextos donde las decisiones deben sustentarse en evidencia rigurosa, como la psicología aplicada a la educación, la salud y, en los últimos años, al deporte (García-García et al., 2012). El incremento sostenido de publicaciones y la diversificación de diseños en Psicología del deporte, como los estudios observacionales (Hernández-Mendo y Anguera, 2016), intervenciones experimentales (Slimani et al., 2016), revisiones sistemáticas (González Fernández, 2020) y enfoques mixtos (Anguera Argilaga et al., 2014), han reforzado esta exigencia.

La Psicología del deporte, como disciplina consolidada, aborda variables como la motivación, la autoconfianza, el liderazgo, la cohesión grupal, el bienestar psicológico y la adherencia a la actividad física (Arruza y Arribas, 2008; Cox, 2012; Weinberg y Gould, 2010). Su carácter multidisciplinar y aplicado, ha generado la necesidad de disponer de herramientas y escalas específicas que permitan identificar estudios metodológicamente sólidos y distinguirlos de aquellos cuyos resultados pueden estar condicionados por sesgos o limitaciones (Page et al., 2021; Shea et al., 2017). Esta expansión de la evidencia científica ha incrementado la exigencia sobre la calidad de los estudios publicados y, como señalan Arruza y Arribas (2008), responde no solo a la búsqueda de optimizar el rendimiento deportivo, sino también a una creciente conciencia social acerca del valor del deporte como práctica educativa, promotora de salud y desarrollo personal.

Las revisiones sistemáticas, constituyen un pilar de síntesis científica, al exigir transparencia, reproducibilidad y validez en el proceso de revisión. PRISMA (Page et al., 2021) se ha consolidado como la guía metodológica central para revisiones sistemáticas y metaanálisis. A ella, se suman otras guías especializadas como CONSORT (Schulz et al., 2010) para ensayos clínicos aleatorizados o PRIOR (Pollock et al., 2022) para revisiones de revisiones. Del mismo modo, herramientas como AMSTAR 2 (Shea et al., 2017), CASPe (Santamaría, 2017), GRADE (Guyatt et al., 2008) o PEDro (De Morton, 2009), permiten evaluar con rigor la calidad metodológica de los estudios incluidos en revisiones. Asimismo, guías de reporte como STROBE (Vandenbroucke et al., 2009) complementan este proceso al promover transparencia y exhaustividad en la comunicación de estudios observacionales.

En esta revisión se utilizarán de manera equivalente los términos *escalas*, *herramientas* e *instrumentos de evaluación crítica*, para referirse a procedimientos estandarizados destinados a valorar la calidad metodológica y el riesgo de sesgo.

Es importante subrayar que no todas las escalas de evaluación crítica se orientan al mismo propósito. Algunas se orientan al *riesgo de sesgo*, entendido como el grado en que errores sistemáticos pueden distorsionar los hallazgos (Higgins et al., 2019), como Cochrane Risk of Bias Tool (Higgins et al., 2011; Sterne et al., 2019) o herramientas como GRADE (Guyatt et al., 2008) que evalúan la confianza en la evidencia incluyendo dentro de sus dominios, al riesgo de sesgo. Otras herramientas se enfocan en *la calidad metodológica global*, evaluando la estructura del diseño, la claridad de los objetivos, la transparencia en la presentación de resultados, el control de variables relevantes y la consistencia del reporte, como AMSTAR 2 (Shea et al., 2017) para revisiones sistemáticas o la escala NOS (Wells et al., 2011) para estudios observacionales. Como señalan Higgins et al. (2019), ambas dimensiones -riesgo de sesgo y calidad metodológica- se relacionan, pero no son equivalentes y aportan información distinta sobre la robustez y aplicabilidad de la evidencia.

El interés por fortalecer la calidad metodológica se enmarca también en el movimiento de ciencia abierta, que promueve la transparencia, la replicabilidad y el acceso a los procesos investigativos (Open Science Collaboration, 2015). Las revisiones sistemáticas y los instrumentos de análisis crítico cumplen así un rol central como garantes de buenas prácticas científicas (Munafò et al., 2017; Nosek et al., 2015). En Psicología del deporte, donde los hallazgos influyen en intervenciones, entrenamientos y políticas deportivas, esta transparencia es fundamental para sostener decisiones éticas y basadas en evidencia (Anguera et al., 2011a).

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Sin embargo, a pesar del crecimiento sostenido de la producción científica en el área, son escasos los trabajos que se han detenido a sistematizar el uso de herramientas de evaluación crítica aplicadas específicamente a revisiones en Psicología del deporte. Generalmente, los estudios empíricos y revisiones se centran en variables psicológicas específicas o en los efectos de ciertas intervenciones, pero rara vez explicitan cómo se evalúa la calidad metodológica o qué criterios utilizan para juzgarla. Esto dificulta establecer estándares comunes y limita el desarrollo de instrumentos ajustados a las particularidades del ámbito deportivo (Anguera Argilaga et al., 2014; Hernández-Mendo y Anguera, 2016).

Esta revisión se circunscribe a investigaciones realizadas con población deportiva, entendida como personas que participan en prácticas regladas y estructuradas orientadas al rendimiento, la competencia o la mejora de habilidades (Bailey et al., 2013; Caspersen et al., 1985; Hardman y Stensel, 2009). Esta delimitación permite diferenciar el deporte de otras formas de actividad física recreativa o cotidiana, que responden a finalidades distintas (World Health Organization, 2010; García Ferrando, 2001).

En este marco, el objetivo de esta revisión sistemática es identificar, describir y analizar las escalas y herramientas de evaluación crítica metodológica utilizadas en estudios aplicados a la Psicología del deporte, con el fin de ofrecer un panorama actualizado y útil para investigadores y profesionales que buscan sustentar sus prácticas en evidencia de calidad. La pregunta que guía esta revisión es: ¿Qué herramientas de análisis crítico se utilizan en la investigación en Psicología del deporte y cuáles son sus principales características, aplicaciones y limitaciones?

Finalmente, aunque esta revisión analiza un conjunto amplio de estudios, se prestará especial atención a los 13 artículos que presentaron la mejor calidad metodológica y, en el caso de los metaanálisis, efectos claramente estimados, por constituir la evidencia más robusta para interpretar y contextualizar los hallazgos.

MATERIAL Y MÉTODOS

Diseño de investigación:

Esta revisión sistemática de revisiones (*overview of reviews*) se llevó a cabo atendiendo a los lineamientos de Fernández Ríos y Buela Casal (2009), siguiendo las directrices metodológicas propuestas por la declaración PRISMA 2020 (*Preferred Reporting Items for Systematic reviews and Meta-Analyses*; Page et al., 2021) y utilizando la estrategia PICOS (Higgins y Green, 2011) adaptada al objetivo de este trabajo. Siguiendo a Smith et al. (2011), se trata de un análisis riguroso de estudios secundarios (revisiones sistemáticas, de alcance y metaanálisis), cuyo propósito es identificar y caracterizar las escalas, herramientas e instrumentos de evaluación metodológica aplicados al campo de la Psicología del deporte. Para orientar la interpretación posterior, el análisis contempló explícitamente la distinción funcional entre herramientas orientadas al riesgo de sesgo y herramientas centradas en la calidad metodológica.

La síntesis de resultados se realizó mediante un enfoque narrativo estructurado, apoyada en una matriz de vaciado diseñada ad hoc (Campbell et al., 2020) y complementada con análisis descriptivos (frecuencias, clasificaciones) y con un análisis temático manual focalizado en estudios metodológicamente sólidos. Este último abordó: (a) las justificaciones del uso de herramientas críticas, (b) las recomendaciones formuladas por los autores y (c) las fortalezas y limitaciones identificadas en su aplicación. Como complemento, se incorporó un análisis bibliométrico exploratorio de las revisiones incluidas, con el fin de describir patrones de publicación.

El protocolo de esta revisión fue registrado en Open Science Framework (OSF, 2025) <https://osf.io/us9ek>.

Participantes

En la presente revisión de revisiones, el término *participantes* hace referencia a los estudios secundarios incluidos en el análisis. La muestra final de esta revisión está compuesta por 128 estudios secundarios, correspondientes a revisiones sistemáticas, revisiones sistemáticas con metaanálisis y revisiones de alcance, seleccionados mediante un muestreo intencional o por criterios.

La selección se realizó en función del cumplimiento de los criterios de inclusión y exclusión previamente establecidos, derivados de la estrategia PICOS (Higgins y Green, 2011), lo que permitió delimitar de forma sistemática el corpus documental analizado.

Instrumentos

Para evaluar la calidad metodológica de las revisiones incluidas se utilizaron diferentes herramientas de evaluación crítica, seleccionadas según el tipo de revisión analizada.

Se empleó AMSTAR 2 (*A Measurement Tool to Assess Systematic Reviews*; Shea et al., 2017) para la evaluación de revisiones sistemáticas, instrumento compuesto por 16 ítems que permite valorar aspectos clave como la existencia de protocolo previo, la estrategia de búsqueda, el proceso de selección y extracción de datos, la evaluación del riesgo de sesgo y la interpretación de los resultados. Se clasificó en niveles de alta, moderada, baja o críticamente baja calidad metodológica.

En revisiones que incluían metaanálisis se aplicó además el sistema GRADE (*Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation*; Schünemann et al., 2020) con el fin de valorar la certeza global de la evidencia, a partir de cinco dominios de riesgo de sesgo, inconsistencia, imprecisión, sesgo de publicación y aplicabilidad. Cada dominio se clasificó como ALTO (no comprometido) o BAJO (comprometido), siguiendo criterios estandarizados.

Cuando las revisiones incluían estudios cualitativos primarios, se utilizó CASP (*Critical Appraisal Skills Programme*, 2018) utilizando la adaptación reconocida en la literatura (Noyes et al., 2019) para la evaluación de la calidad metodológica de los estudios analizados.

Finalmente, para las revisiones de alcance, se empleó la JBI (*Joanna Briggs Institute para scoping reviews*; Aromataris y Munn, 2020), herramienta desarrollada para valorar la claridad de objetivos, los criterios de inclusión, la estrategia de búsqueda, el proceso de extracción de datos y la síntesis de resultados.

Además, la extracción y organización de la información se realizó mediante una matriz de análisis ad hoc basada en Campbell et al. (2020).

Procedimiento

El procedimiento de la presente revisión de revisiones se desarrolló en varias fases secuenciales.

Estrategia PICOS

En primer lugar, la pregunta de investigación y los criterios de elegibilidad se estructuraron mediante la estrategia PICOS (Población, Intervención/Exposición, Comparación, Outcome/Resultado, Study design/ Diseño de estudio; Higgins y Green, 2011). Permitted formular con precisión la pregunta de investigación y establecer los criterios que guiaron la identificación y selección de los estudios incluidos (Tabla 1). La pregunta guía fue: ¿Qué herramientas y escalas de análisis crítico se utilizan en la investigación en Psicología del deporte y cuáles son sus principales características, aplicaciones y limitaciones?

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Tabla 1

Estrategia PICOS

Parámetros	Descripción
Población (P)	Revisiones secundarias (revisiones sistemáticas, de alcance, integradoras o metaanálisis) que analicen investigaciones en Psicología del deporte, realizadas en poblaciones como deportistas, entrenadores, familias o instituciones deportivas.
Intervención/ Exposición (I)	Aplicación de herramientas o escalas de análisis crítico utilizadas para evaluar la calidad metodológica y/o el riesgo de sesgo de los estudios incluidos en revisiones.
Comparación (C)	No se requiere una comparación específica. En algunos casos, se podrá contrastar entre herramientas (ej. AMSTAR vs. JBI para revisiones sistemáticas) o ver complementación entre instrumentos de evaluación. La presencia de comparaciones no constituye un criterio obligatorio para la inclusión.
Resultados (O)	Descripción de las características, funciones, criterios evaluados, tipos de estudio a los que se aplican, ventajas, limitaciones y contexto de aplicación de cada herramienta o escala.
Diseño del estudio (S)	Revisiones que describan, apliquen o analicen herramientas de análisis crítico (revisiones sistemáticas, de alcance, revisiones de revisiones). Revisadas por pares, en español o inglés, publicados entre 2015 y 2025, que incluyan estudios en ese rango temporal.

Criterios de inclusión y exclusión

A partir de dicha estrategia, se definieron los siguientes criterios de inclusión y exclusión para asegurar la relevancia, aplicabilidad y calidad metodológica de las revisiones seleccionadas (Tabla 2). Estos criterios permitieron delimitar la búsqueda a revisiones que describieran, aplicaran o analizaran herramientas o escalas de evaluación crítica en el campo de la Psicología del deporte.

Tabla 2

Criterios de inclusión y exclusión.

Criterios de inclusión	Criterios de exclusión
Revisiones sistemáticas con o sin metaanálisis, de alcance (<i>scoping reviews</i>) o revisiones de revisiones, publicadas en revistas revisadas por pares.	Estudios primarios, literatura gris (tesis, informes técnicos, preprints), editoriales, cartas al editor, resúmenes de congresos, documentos sin revisión por pares.
Publicadas entre 2015 y 2025, que a su vez incluyan estudios dentro del mismo rango temporal.	Estudios sin foco deportivo o que incluyan población mixta sin reportar por separado los resultados de la población deportiva.
Contexto de Psicología del deporte: investigaciones sobre deportistas, entrenadores, equipos, apoyo familiar a los atletas o estructuras organizativas deportivas.	Revisiones narrativas que no incluyan evaluación crítica metodológica, incluso cuando declaran seguir las directrices PRISMA.
Revisiones que describan, apliquen o analicen herramientas de evaluación crítica metodológica, o justificación explícita de una evaluación estructurada de calidad.	Estudios sin acceso completo o redactados en idiomas distintos al español o inglés, así como revisiones que no utilicen herramienta o escala aplicada de evaluación crítica metodológica ni presenten una evaluación justificada.
Revisiones que usen una guía de reporte reconocida (PRISMA u otra equivalente)	Revisiones que incluyan exclusivamente estudios primarios o revisiones publicadas antes de 2015.
Escritas en inglés o español.	Revisiones sin metodología explícita que incluyan población no deportiva, sin presentar resultados diferenciados.
Si incluyen comparaciones con población no deportiva, se admiten solo cuando los datos de la población deportiva se reportan y analizan por separado.	Revisiones centradas exclusivamente en la evaluación psicométrica de instrumentos, sin aplicación en contextos de intervención o en el análisis de variables psicológicas en el deporte.

Estrategia de búsqueda

Se realizó la búsqueda bibliográfica sistemática en las bases de datos Web of Science, Scopus, PubMed, PsycINFO, PsycARTICLES, Psycodoc, Dialnet, SPORTDiscuss, ERIC, Redalyc y SciELO. La búsqueda se llevó a cabo del 1 de abril al 5 de abril de 2025, utilizando combinaciones de descriptores en español e inglés relacionados con herramientas de evaluación crítica metodológica y Psicología del deporte, empleando operadores booleanos (“AND”, “OR”) y aplicando filtros por año de publicación (2015–2025), idioma (inglés y español) y tipo de documento (revisiones sistemáticas, metaanálisis, revisiones de alcance o revisiones de revisiones).

Además, se realizaron búsquedas manuales en las listas de referencias de los artículos recuperados, con el objetivo de identificar estudios pertinentes no indexados adecuadamente en las bases electrónicas.

La secuencia de descriptores en cada base, adaptada a sus vocabularios y operadores específicos, se presenta en la Tabla 3:

En inglés: ("critical appraisal" OR "quality assessment tool" OR "risk of bias" OR "methodological quality" OR "evaluation scale" OR "PRISMA" OR "AMSTAR" OR "GRADE" OR "PEDro scale" OR "STROBE" OR "CASPe" OR "Jadad" OR "Downs and Black" OR "Newcastle Ottawa Scale" OR "CONSORT" OR "PICOS" OR "SPIDER" OR "Cochrane Risk of Bias Tool" OR "ROBINS-I" OR "JBI Critical Appraisal" OR "AXIS tool" OR "MMAT" OR "Mixed Methods Appraisal Tool" OR "TIDieR" OR "TIDieR checklist" OR “review” OR "systematic review" OR "meta analysis") AND ("sport psychology" OR "psychology of sport" OR "sport sciences" OR "athletes" OR "coaches" OR "sport context" OR "psychological assessment in sport")

En español: ("evaluación crítica" OR "herramienta de valoración de calidad" OR "riesgo de sesgo" OR "calidad metodológica" OR "escala de evaluación" OR "PRISMA" OR "AMSTAR" OR "GRADE" OR "escala PEDro" OR "STROBE" OR "CASPe" OR "escala de Jadad" OR "Downs and Black" OR "escala de Newcastle-Ottawa" OR "CONSORT" OR "PICOS" OR "SPIDER" OR "herramienta Cochrane de riesgo de sesgo" OR "ROBINS-I" OR "evaluación crítica JBI" OR "herramienta AXIS" OR "MMAT" OR "herramienta de evaluación de métodos mixtos" OR "TIDieR" OR "lista de verificación TIDieR") AND ("psicología del deporte" OR "psicología aplicada al deporte" OR "ciencias del deporte" OR "deportistas" OR "entrenadores" OR "contexto deportivo" OR "evaluación psicológica en el deporte").

Tabla 3

Estrategia de búsqueda.

Base de datos	Filtros aplicados
Web of Science	Tópico; artículos de revisión en psicología.
Scopus	Tópico; artículos de revisión en psicología.
PubMed	<i>Publication type</i> (Review/Systematic Review/Meta-analysis); especie (humana).
PsycINFO (APA)	Tipo de documento (revisiones evaluadas por expertos), tipo de fuente (revistas científicas); materia (aspectos relacionados al deporte, la actividad física y psicología, revisiones).
PsycARTICLES (APA)	Artículos de revisión evaluados por expertos; tipo de fuente (revistas científicas); materia (aspectos relacionados al deporte, la actividad física y psicología).
Psycodoc, Dialnet, Redalyc, SciELO	Artículos de revisión en psicología; materia (salud, educación, deporte y multidisciplinaria).
SPORTDiscuss	Tipo de fuentes (publicaciones académicas en psicología y deporte).
ERIC	Tipo de fuente (revistas científicas, artículos evaluados por expertos); materia (deporte, actividad física y psicología).

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Todas las estrategias fueron documentadas cuidadosamente (términos exactos, capturas de pantalla, filtros aplicados y fecha de ejecución). Los resultados se gestionaron mediante el software bibliográfico Zotero, asegurando la trazabilidad y replicabilidad del proceso de búsqueda.

Proceso de selección de estudios

A continuación, se realizó el proceso de selección de estudios, siguiendo las directrices de la declaración PRISMA 2020 (Page et al., 2021). El proceso se documentó en el diagrama de flujo PRISMA:

Figura 1

Flujo de información PRISMA.

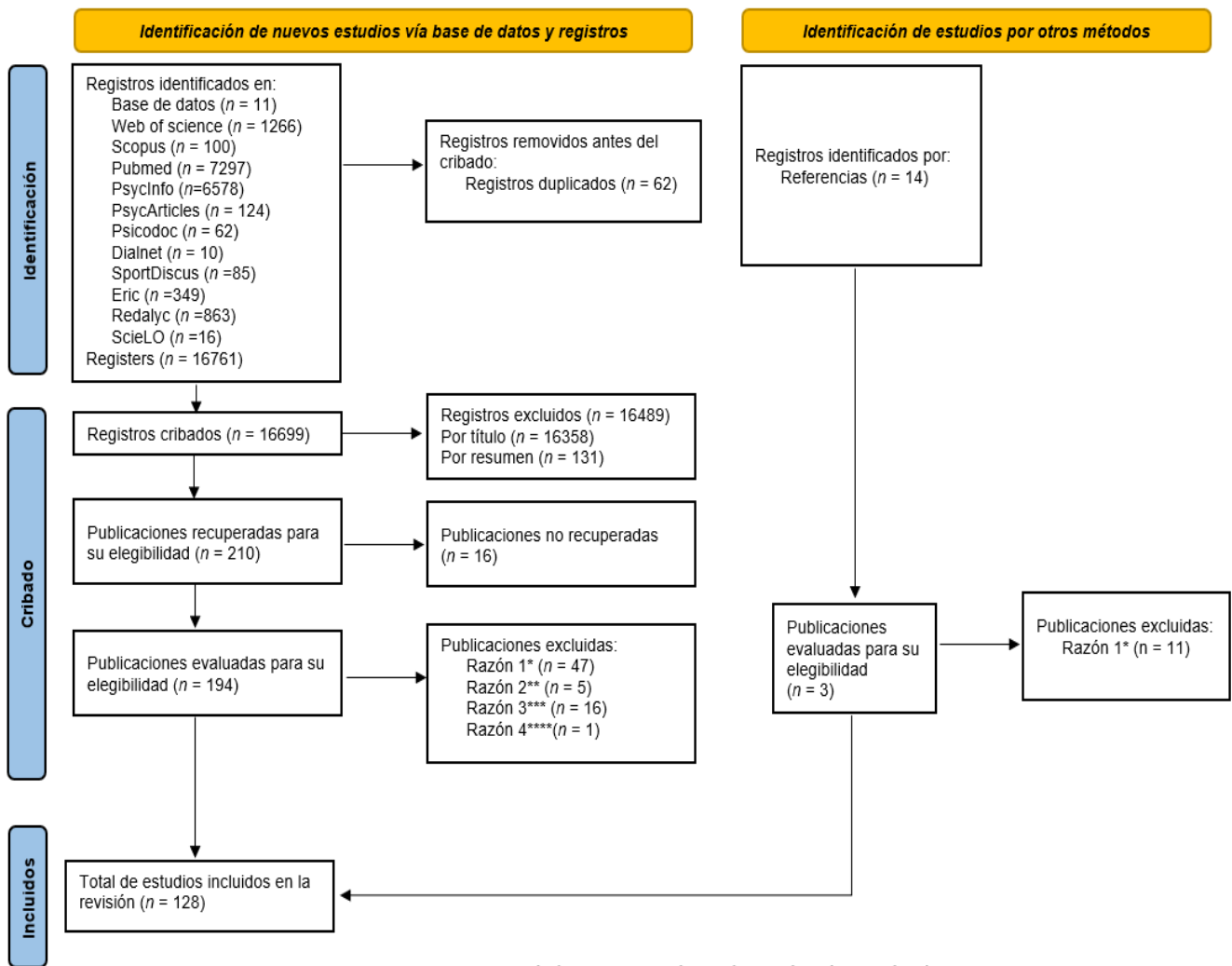


Diagrama PRISMA del proceso de selección de artículos

Nota: Razón 1* por no emplear herramienta de evaluación crítica; Razón 2** por no emplear directriz PRISMA u otra guía internacional; Razón 3*** por no adecuarse al contexto deportivo concretamente; Razón 4**** incluye artículos en la revisión que no corresponden al rango de años a incluir (2015-2025)
 Source: Page et al. 2021.

- **Identificación:** La búsqueda en bases de datos produjo 16.761 registros, a los que se añadieron 14 estudios adicionales identificados mediante búsqueda manual de referencias. Se eliminaron 62 duplicados y se añadieron 14 estudios adicionales identificados mediante búsqueda manual complementaria en listas de referencias.

- **Cribado:** Se revisaron títulos y resúmenes (n=16.699), descartando los estudios que no abordaban el contexto de la Psicología del deporte o no correspondían a los diseños incluidos. Dado que la presencia herramientas

metodológicas no siempre se explicitaba en los resúmenes, se adoptó un criterio inclusivo: se conservaron todos los estudios con pertinencia temática mínima para evaluación a texto completo ($n=210$). De ellos, 194 pudieron recuperarse íntegramente, mientras que 16 no estuvieron disponibles en acceso completo.

- Elegibilidad: Se evaluaron en detalle 194 artículos a texto completo. Las discrepancias entre revisores fueron resueltas por consenso y, en caso de persistir, mediante la consulta a un tercer evaluador con experiencia en revisiones sistemáticas. Se excluyeron aquellos que (a) no aplicaban herramientas de evaluación crítica ($n=47$), (b) no empleaban PRISMA u otra guía internacional ($n=5$), (c) no se centraban en población deportiva o mezclaban datos con no deportistas sin análisis diferenciado ($n=16$), y (d) no cumplían el rango temporal ($n=1$). Asimismo, 16 artículos no pudieron recuperarse en acceso completo y fueron descartados antes de la evaluación de elegibilidad, tal como se detalla en el diagrama PRISMA.

- Inclusión final: La muestra final quedó conformada por 128 revisiones, incluyendo los tres estudios identificados mediante búsqueda en referencias.

Extracción de datos

La extracción de datos, se realizó mediante un vaciado sistemático de los artículos incluidos, apoyado en una matriz de análisis diseñada ad hoc (ver Tabla 13, en Resultados). Dicha matriz fue elaborada como una adaptación de la propuesta de Campbell et al. (2020), tomando como referencia algunos lineamientos de la guía SWiM (*Synthesis Without Meta-analysis*) para la organización estructurada de datos de síntesis narrativas, adaptando dichos criterios a las necesidades de esta revisión.

Para cada estudio se registraron los siguientes datos: referencia completa (autores, año de publicación, país, tipo de revisión, título), revista de publicación (como indicador complementario del nivel de impacto editorial), objetivo del estudio, variables analizadas, herramienta o escala de evaluación crítica metodológica utilizada, tipo y cantidad de diseños incluidos en las revisiones (cuantitativos, cualitativos, mixtos), años de publicación de esos estudios, contexto deportivo (tipo de deporte, nivel competitivo, población involucrada) y principales hallazgos vinculados a la evaluación metodológica.

Este procedimiento aseguró la trazabilidad de los datos y facilitó su posterior clasificación por tipo de revisión y herramienta utilizada, lo que permitió establecer comparaciones consistentes respecto al uso, adecuación y justificación de las herramientas críticas.

Evaluación de la calidad metodológica de los estudios incluidos

Para garantizar el rigor metodológico del análisis, se evaluó la calidad de los estudios incluidos mediante una estrategia combinada, adaptada al tipo de revisión. Esta evaluación consideró el uso adecuado de las herramientas, como la justificación explícita y la aplicación concreta en investigaciones vinculadas a la Psicología del deporte.

En coherencia con lo señalado, se distinguieron dos grandes categorías de herramientas:

1. Herramientas orientadas a la valoración del riesgo de sesgo, que examinan en qué medida los errores sistemáticos pueden distorsionar los hallazgos.
2. Herramientas centradas en la calidad metodológica, que valoran la adecuación del diseño, la claridad de los objetivos, la transparencia en el reporte, el control de variables relevantes y el cumplimiento de estándares éticos y técnicos.

Asimismo, se consideraron las guías de reporte (p. ej., PRISMA) que, si bien no constituyen herramientas de evaluación crítica, aportan estándares para la transparencia y exhaustividad del reporte.

Los estudios se clasificaron en tres categorías: (1) revisiones sistemáticas sin metaanálisis, (2) revisiones sistemáticas con metaanálisis y (3) revisiones de alcance (*scoping reviews*). Dentro de cada grupo se analizaron:

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

- La herramienta(s) de evaluación crítica utilizada(s)
- La justificación de su elección
- El registro del protocolo (PROSPERO, OSF, INPLASY u otras plataformas)
- La transparencia en el proceso metodológico, incluyendo la evaluación por pares, el uso de guías como

PRISMA (consignando el año de la declaración empleada) y el nivel de detalle del reporte.

Criterios de interpretación de la evaluación metodológica:

Con el fin de analizar de manera sistemática cómo se aplicaron las herramientas de evaluación crítica en las revisiones incluidas, se definieron una serie de criterios globales de valoración. La calidad metodológica fue examinada considerando cinco dimensiones principales:

1. Aplicación de una herramienta reconocida y validada (por ejemplo, AMSTAR 2, MMAT, JBI, NOS). En el caso de revisiones con metaanálisis, se consideró además el uso de herramientas complementarias como GRADE, orientadas a valorar la certeza de la evidencia.
2. Justificación explícita de la elección metodológica.
3. Registro del protocolo en plataformas reconocidas (PROSPERO, OSF o INPLASY).
4. Transparencia y completitud en el proceso de evaluación crítica.
5. Inclusión de reflexiones metodológicas, limitaciones o recomendaciones derivadas del análisis.

Asimismo, se consideró que un estudio presentaba una evaluación clara cuando cumplía, al menos, dos de los siguientes criterios:

1. Identificación explícita de la herramienta crítica utilizada, acompañada de su referencia bibliográfica.
2. Descripción del procedimiento de aplicación (por ejemplo, evaluación por dos revisores independientes y resolución de discrepancias).
3. Indicación del sistema de puntuación o categorización empleado.
4. Integración de los resultados de la evaluación crítica en la discusión o síntesis final.
5. Inclusión del informe completo de evaluación como anexo o material suplementario.

Estos criterios permitieron valorar de forma consistente el grado de transparencia, rigor y aplicabilidad de los procesos de evaluación crítica metodológica en las revisiones analizadas.

Análisis de datos

Se realizó un análisis combinado cuantitativo y cualitativo de los estudios incluidos, con el objetivo de identificar patrones en el uso de herramientas de evaluación crítica metodológica.

En la dimensión cuantitativa, se analizaron:

- La clasificación por tipo de revisión (sistemática con o sin metaanálisis y de alcance).
- La identificación y frecuencia de uso de cada herramienta crítica
- La distribución temporal de las publicaciones
- La correspondencia entre el diseño de los estudios primarios incluidos y la herramienta aplicada.
- La proporción de estudios que evaluaban investigaciones cuantitativas, cualitativas o mixtas.

En la dimensión cualitativa, se analizaron:

- La coherencia entre tipo de revisión, herramienta seleccionada y aplicación reportada.
- El nivel de claridad conceptual y rigor en la implementación de los procesos de evaluación crítica.
- La justificación metodológica explícita de la elección de herramientas.
- Las recomendaciones, fortalezas y limitaciones señaladas por los autores en relación con la aplicación de dichas herramientas.

De manera complementaria, se registraron las revistas de publicación y su cuartil, con el objetivo de explorar posibles asociaciones entre el nivel de indexación, el uso adecuado de herramientas metodológicas y el cumplimiento de guías internacionales como PRISMA. Este criterio no determinó la inclusión o exclusión de estudios, pero aportó una dimensión contextual relevante para interpretar los resultados.

Para estructurar el análisis, las herramientas se organizaron en dos categorías: herramientas de riesgo de sesgo (ej. RoB 2.0) y calidad metodológica (ej. AMSTAR, CASPe, NOS, PEDro).

Procedimiento análisis:

La información extraída se integró mediante una síntesis narrativa con enfoque temático, apoyada en una matriz de vaciado adaptada de Campbell et al. (2020) para todas las revisiones seleccionadas. Este procedimiento permitió organizar y comparar de manera estructurada y transparente los hallazgos obtenidos.

A partir de la matriz de vaciado elaborada previamente (ver subapartado Extracción de datos), se realizaron análisis de frecuencia para identificar:

- La cantidad de revisiones que utilizaron cada herramienta específica.
- La distribución según su tipo de herramienta (riesgo de sesgo vs. calidad metodológica).
- La evolución temporal de su uso.
- La adecuación entre herramienta empleada y diseño de los estudios evaluados.

En paralelo, se desarrolló un análisis temático manual, centrado en tres dimensiones clave:

1. Justificaciones explícitas del uso de herramientas críticas.
2. Las recomendaciones metodológicas formuladas por los autores.
3. Las fortalezas y limitaciones señaladas en relación con la aplicación de herramientas en el contexto de la Psicología del deporte.

Finalmente, los resultados se interpretaron de manera transversal, con el fin de reconocer patrones de uso, coherencias, inconsistencias y errores metodológicos frecuentes. Este abordaje permitió integrar los hallazgos cuantitativos y cualitativos, ofreciendo elementos útiles para futuras recomendaciones metodológicas en el ámbito científico-deportivo.

Análisis bibliométrico

Como complemento, se realizó un análisis bibliométrico descriptivo de las revisiones incluidas. Para ello, los artículos recuperados fueron gestionados en Zotero y exportados en formato BibTeX. Los datos se procesaron mediante el paquete *bibliometrix* (Aria y Cuccurullo, 2017) de R (versión 4.5.1; R Core Team, 2025), utilizando su interfaz web *biblioshiny*.

Dado que *bibliometrix* no reconoce todas las bases utilizadas en la búsqueda original, los registros fueron convertidos al formato Scopus siguiendo el protocolo de Ruiz Cabrera (2025), lo que permitió procesar y visualizar la información correctamente.

Este análisis exploró patrones de publicación como el idioma, el país de origen de los estudios, el año de publicación, las revistas científicas más frecuentes y las tendencias temáticas en los estudios incluidos. Dichos resultados se presentan en el apartado Resultados, características generales de los estudios.

RESULTADOS

Con el fin de facilitar la interpretación de los hallazgos, los resultados se presentan en dos niveles de análisis. En primer lugar, se describen las características generales de las revisiones incluidas, incluyendo información bibliométrica y contextual. En segundo lugar, se presentan los resultados específicos relacionados con el objetivo central del estudio, centrados en la identificación, frecuencia de uso y adecuación de las herramientas de evaluación crítica metodológica empleadas en las revisiones analizadas.

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Características generales de los estudios incluidos

Se incluyeron 128 revisiones publicadas entre 2015 y 2025. Para evitar una sobrecarga de citas, las referencias específicas y características detalladas de cada estudio se presentan en la Tabla 13 (Síntesis de resultados obtenidos).

Aunque los análisis descriptivos y cuantitativos se realizaron sobre el total de las 128 revisiones incluidas, se incorporó además un análisis focalizado de los 13 estudios que presentaron simultáneamente los mayores tamaños del efecto y las evaluaciones metodológicas más sólidas. Este enfoque dual permitió distinguir los patrones generales del campo y, al mismo tiempo, resaltar la evidencia más robusta y metodológicamente ejemplar.

A continuación, se describen las principales características generales de la muestra.

Número total y tipo de revisiones.

La muestra final se clasificó en tres categorías principales: revisiones sistemáticas sin metaanálisis (65,9%), revisiones sistemáticas con metaanálisis (27,1%) y revisiones de alcance (7%), como se observa en la Tabla 4.

Tabla 4

Distribución por tipo de Revisión.

Tipo de revisión	Nro	% sobre total
Revisión sistemática sin metaanálisis (incluye revisiones de revisiones)	86	67,2
Revisión sistemática con metaanálisis	33	25,8
Revisión de alcance	9	7
Total	128	100

Idioma y país de procedencia.

Predominó el inglés (95,3%) frente al español (4,7%). Las afiliaciones institucionales muestran amplia diversidad geográfica, con mayor representación de Reino Unido, Estados Unidos, España, Canadá, China, Portugal y Malasia.

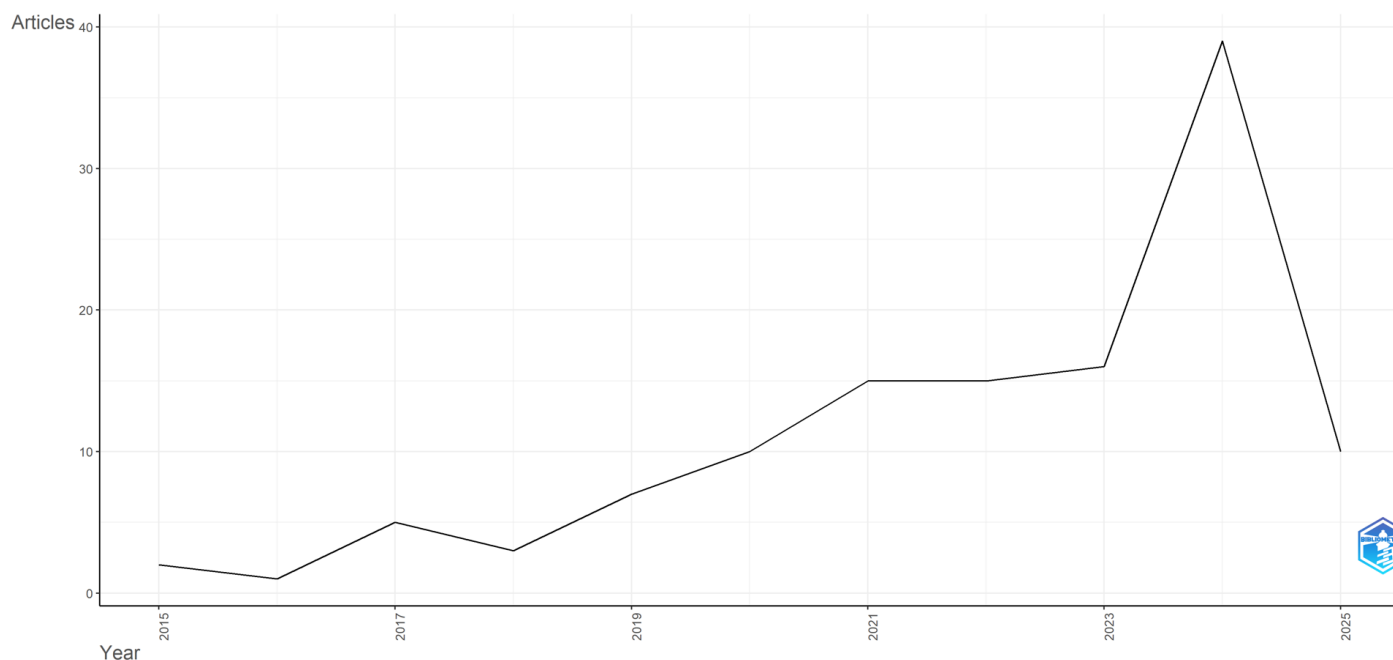
Evolución anual de publicaciones.

La muestra final de estudios incluidos en esta revisión sistemática abarcó el período comprendido entre 2015 y 2025, de acuerdo con los criterios establecidos. Cabe señalar que, si bien algunos artículos fueron publicados en los primeros años del rango (2015–2016), quedaron finalmente excluidos si los estudios primarios que analizaban correspondían a fechas anteriores a 2015, ya que esto no cumplía con el criterio temporal definido para esta revisión, buscando asegurar la actualidad y relevancia de la evidencia analizada.

El análisis bibliométrico evidenció una tendencia creciente en la producción científica, con un máximo en 2024 y un ligero descenso en 2025, atribuible a la ventana temporal de búsqueda (abril 2025) Más del 80% de los estudios (n = 103) se publicaron entre 2020 y 2024 (Figura 2).

Figura 2

Producción científica anual.



Tendencias temáticas en los estudios incluidos.

El análisis de palabras clave mostró como conceptos más recurrentes *performance*, *mental*, *research*, *interventions*, *coaches* y *quality*, lo que refleja el énfasis en rendimiento, salud mental y calidad metodológica:

Figura 4

Nube de palabras con los conceptos más destacados.



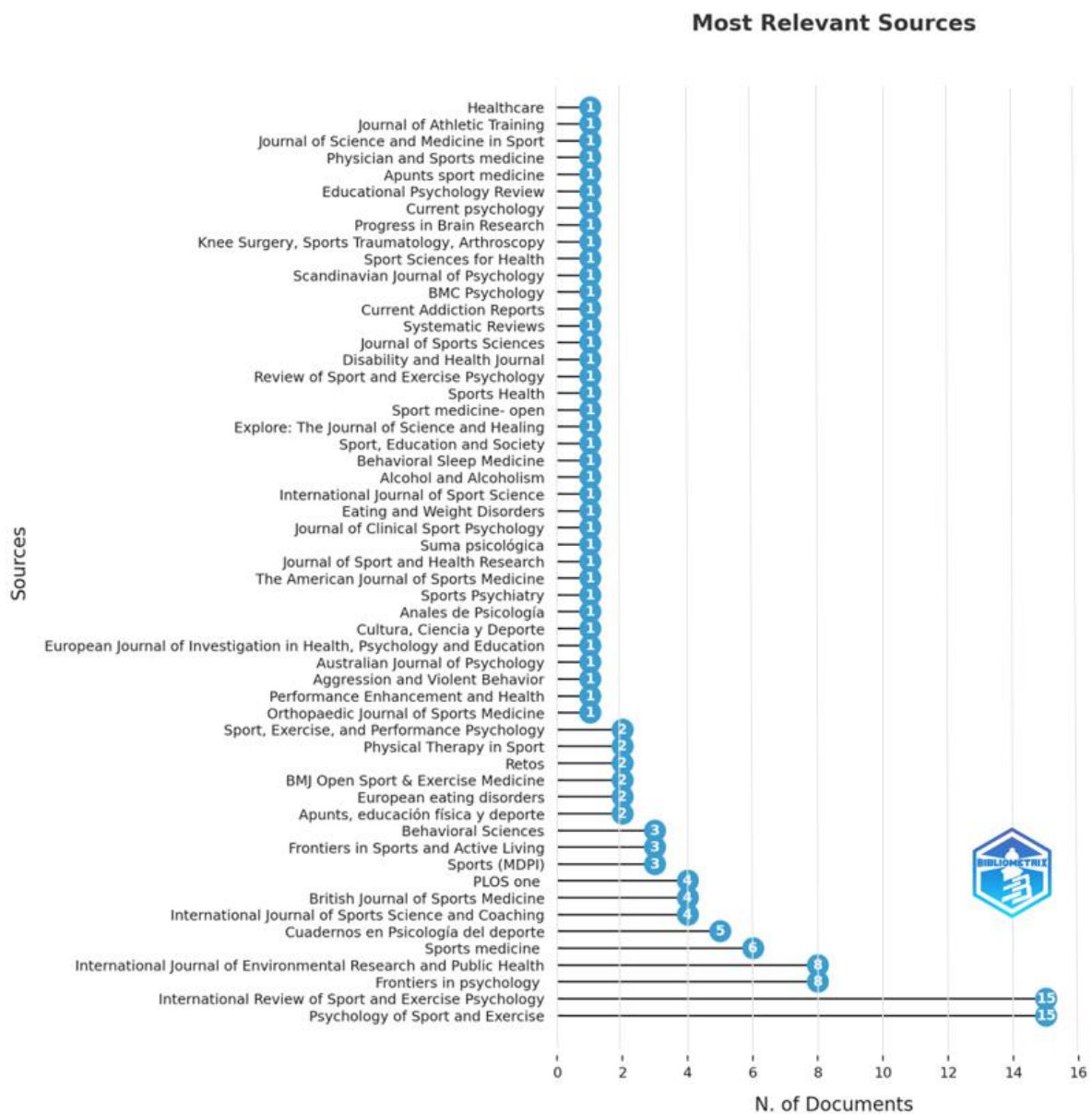
Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Revistas científicas de publicación.

Los artículos se concentraron en revistas de Psicología del deporte, Ciencias del Deporte y Psicología Aplicada, destacando títulos como *Psychology of Sport and Exercise* (SJR 2024: 1.450, Q1 en *Sport Sciences* y *Applied Psychology*), *International Review of Sport and Exercise Psychology* (SJR 2024: 2.614, Q1 en *Sport Sciences* y *Applied Psychology*), *International Journal of Environmental Research and Public Health* (SJR 2024: 0.919, Q2 en *Public Health*, *Environmental and Occupational Health*), *Frontiers in Psychology* (SJR 2024: 0.872, Q2 en *Psychology [miscellaneous]*), *Sport medicine* (SJR 2024: 3.887, Q1 en *Medicine Orthopedics and Sports Medicine*, *Physical Therapy*, *Sports Therapy and Rehabilitation*, *Sports Science*) y Cuadernos de Psicología del deporte (SJR 2024: 0.29, Q3 en *Applied Psychology*).

Figura 3

Distribución de estudios por revistas científicas.



Resultados específicos

Herramientas de evaluación crítica metodológica utilizadas en los estudios seleccionados

El análisis de las 128 revisiones incluidas identificó un total de 45 herramientas diferentes. Para su interpretación, estas se organizaron en dos categorías principales:

- Herramientas de riesgo de sesgo: ROBIS, Cochrane RoB (1.0 y 2.0), RoBANS, Hoy et al. (2012), entre otras.
- Herramientas de calidad metodológica: AMSTAR 2, MMAT, NOS, JBI, CASPe, PEDro, Downs y Black, SQAC, AXIS, AGREE II, etc.

La Figura 5 muestra la frecuencia absoluta de uso de las principales herramientas, mientras que la Tabla 5 detalla su distribución según tipo de revisión y evaluación global.

Figura 5

Frecuencia de uso de herramientas de evaluación metodológica.

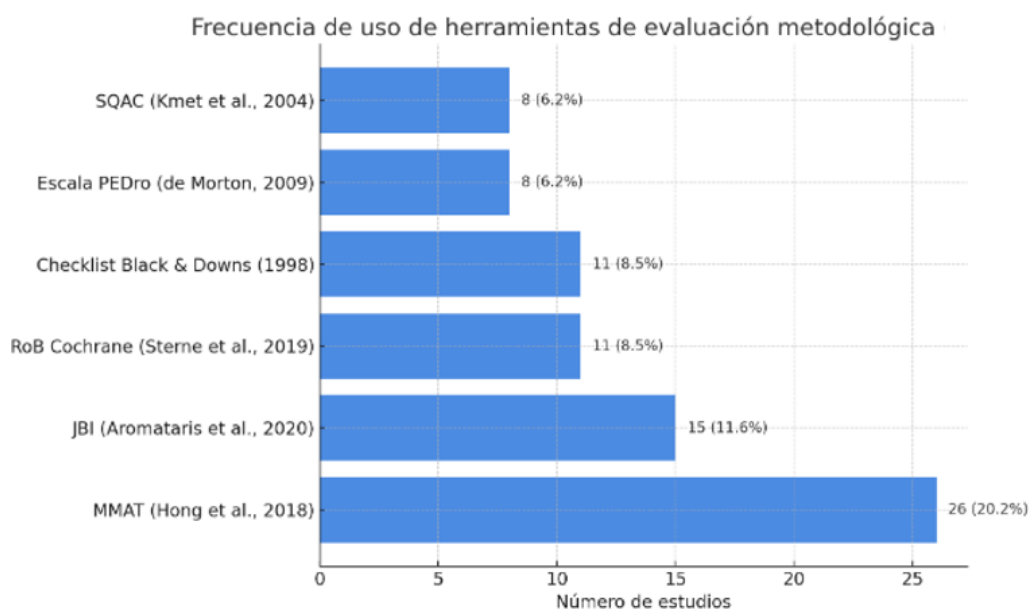


Tabla 5

Distribución de herramientas por categoría funcional.

Categoría	Herramientas principales	N revisiones	% sobre total (n=128)
Riesgo de sesgo	ROBIS, Cochrane RoB, RoBANS, Hoy et al., GRADE	40	32,3%
Calidad Metodológica	AMSTAR 2, MMAT, JBI, CASPe, NOS, PEDro, Downs y Black, SQAC	88	62,3%
Ad hoc/ otro	QATSDD, GCRF, adaptaciones propias de autores	7	5,4%

Nota: Distribución basada en las frecuencias absolutas reportadas en las revisiones incluidas; una revisión puede usar ≥ 1 herramienta

En términos generales, se observó un predominio de herramientas centradas en la calidad metodológica (62,3%), particularmente MMAT (*Mixed Methods Appraisal Tool*; Hong et al., 2018) y JBI (*Joanna Briggs Institute*

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Checklist; Aromataris et al., 2020), aplicadas sobre todo en revisiones de alcance y estudios con diseños mixtos. Por su parte, un 32,3% recurrió a instrumentos que miden el riesgo de sesgo, con un claro liderazgo de GRADE (*Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation*; Guyatt et al., 2008), empleados principalmente en revisiones sistemáticas y metaanálisis. Finalmente, un 5,4% de las revisiones utilizó herramientas ad hoc, sin validación internacional, lo que refleja esfuerzos de adaptación al contexto deportivo, pero con limitaciones en la estandarización y comparabilidad de resultados.

Selección de revisiones metodológicamente robusta.

Para complementar el análisis global, se realizó una selección avanzada de las revisiones con mayor solidez metodológica, relevancia aplicada y claridad en la presentación de resultados. Esta identificación se basó en una triangulación de criterios, donde se atendió a: (a) la calidad metodológica obtenida mediante AMSTAR 2, GRADE, JBI o CASP, según el tipo de revisión, (b) la consistencia y magnitud de los efectos reportados en los metaanálisis y (c) la aplicabilidad de los hallazgos al campo de la Psicología del deporte. Dicho análisis mostró trece revisiones que cumplían simultáneamente con los criterios de robustez, por lo que se amplió el número final para no excluir evidencia de alta calidad por un límite arbitrario.

En cuanto a las *scoping reviews* evaluadas con JBI, solo se incorporaron aquellas que alcanzaron un nivel de calidad alto, presentaban una estructura metodológica exhaustiva y aportaban información directamente vinculada a la evaluación crítica en Psicología del deporte. Otras revisiones que, pese a obtener una puntuación alta en JBI, no se centraban específicamente en población deportiva o no analizaban herramientas críticas, fueron excluidas por motivos de pertinencia temática y alineación conceptual. Entre ellas se encuentran, por ejemplo, Eckardt y Tamminen (2023); Ekelund et al. (2023); Fritsch et al. (2024); Frost et al. (2024); García-Sola et al. (2023); Rodrigues Alves et al. (2022) y Truong et al. (2020). Su rigor estructural era adecuado, pero no aportaban información evaluable sobre herramientas de análisis crítico o se centraban en fenómenos conceptuales ajenos al objetivo metodológico de este trabajo.

Herramienta utilizada por tipo de revisión.

La elección de herramientas mostró correspondencia con el tipo de revisión realizada en los 13 artículos seleccionados (véase Tabla 6; la versión completa se incluye como Material Complementario).

Tabla 6*Clasificación por tipo de revisión y herramientas críticas empleadas (síntesis).*

Estudio	Tipo de revisión	Herramienta crítica empleada	Versión de prisma adecuada SI/NO	Evaluación clara SI/NO	Herramienta evaluación de calidad propia	Nivel global*	Observaciones
Aitchison et al. (2022)	Revisión sistemática	QATSDD GRADE-CERQual CoE	NO- Usan PRISMA (2009)	SÍ- Explican herramienta, doble evaluación, integración de resultados	AMSTAR 2	ALTA	Aplican herramientas ad hoc (QATSDD) junto con GRADE-CERQual y clases de evidencia. Evaluación crítica clara y sistemática, con doble revisión, integración metodológica, registro en PROSPERO y uso complementario de guías ENTREQ. Publicado en revista (Q1).
Cadotte et al. (2024)	Revisión sistemática	CASP	SÍ- PRISMA (2020).	Sí – Protocolo registrado, evaluación según estudio, justificación clara de síntesis y hallazgos, codificación transparente, aplicación sistemática del CASP	CASP adaptada a Revisiones sistemáticas	ALTA	Aunque la evaluación mediante CASP adaptado mostró una debilidad relevante por falta de reflexión sobre el rol del equipo revisor, presentan una síntesis cualitativa sólida y bien fundamentada reforzando la validez de los resultados desde una perspectiva cualitativa. Protocolo registrado en PROSPERO. Publicado en revista (Q1)
Corbett et al. (2023)	Revisión sistemática	CASP	SÍ- PRISMA (2020).	SÍ- Herramienta actualizada, transparencia en su aplicación, informan resultados de calidad por estudio, integra esa información en el análisis o discusión	CASP adaptada a Revisiones sistemáticas	ALTA	Evaluación clara de los estudios primarios. No registran protocolo. La revisión cualitativa presenta alta calidad metodológica según CASP adaptado, aunque con una debilidad relevante en reflexividad (ítem 5). Publicado en revista (Q1)
Du y Ning (2024)	Revisión sistemática Metaanálisis	PEDro	SÍ- PRISMA (2020).	SÍ- Aplican herramientas robustas, síntesis detallada y discuten limitaciones metodológicas.	AMSTAR 2 GRADE	BAJA MODERA-DA	Aplican herramientas robustas (PEDro, análisis estadísticos apropiados, sesgo publicación evaluado), proporcionan síntesis detallada y discuten limitaciones metodológicas claramente. Moderada certeza de evidencia, compromete la imprecisión. Registrado en PROSPERO. Publicado en revista (Q2)
Ekelund et al. (2023)	Revisión de alcance	MMAT + RoBiNT	SÍ- PRISMA-ScR (2018) y PRISMA (2020).	SÍ- Utilizan herramientas según el diseño de los estudios de forma adecuada.	JBI	ALTA	Evaluación estructurada y adecuada. El alcance, objetivos y criterios de inclusión están bien definidos, se aplicó estrategia de búsqueda sistemática, con doble fase y apoyo de inteligencia artificial. Se realizó extracción de datos estandarizada y doble codificación, con detalle de todos los estudios incluidos. Registrado en OSF. Publicado en revista (Q2)

NOTA: *Nivel global: se considerará según la herramienta de evaluación crítica aplicada en este estudio: alta, moderada, baja, críticamente baja.

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Tabla 6 (continuación)

Clasificación por tipo de revisión y herramientas críticas empleadas (síntesis).

Estudio	Tipo de revisión	Herramienta crítica empleada	Versión de prisma adecuada SI/NO	Evaluación clara SI/NO	Herramienta evaluación de calidad propia	Nivel global*	Observaciones
Güllichet al. (2024)	Revisión sistemática metaanálisis	MMAT	SÍ- PRISMA (2020).	SÍ- Aplican herramienta con evaluación doble y alta fiabilidad.	AMSTAR 2 GRADE	BAJA MODERA-DA	Evaluación clara. Se aplicó MMAT adecuadamente. Utilizaron modelos de efectos aleatorios, análisis por subgrupos y moderadores y prueba de Egger para sesgo de publicación. No se presenta lista de estudios excluidos ni se informa la financiación de los estudios primarios. Certeza global moderada comprometiendo el dominio riesgo de sesgo. Registro en PROSPERO. Publicado en revista (Q1)
Harris et al. (2023)	Revisión sistemática metaanálisis	Herramienta adaptada de Downs y Black, Durant (1994) y Genaidy et al. (2007).	NO- Usan PRISMA (2009).	SÍ- Aplican herramienta adaptada, puntuación por ítem, escala de 0 a 100%, revisión doble	AMSTAR 2 GRADE	BAJA MODERA-DA	Evaluación clara. Se aplicó una herramienta adaptada con puntuación porcentual por estudio. Metaanálisis robusto, modelo de efectos aleatorios, análisis de sensibilidad, funnel plot y Egger test. No se presenta lista de estudios excluidos ni se informa la financiación de estudios primarios. Certeza moderada por comprometer riesgo de sesgo. Registro en OSF. Publicado en revista (Q1)
Kim y Kim (2021)	Revisión sistemática	RoB	NO- Usa PRISMA (no específica versión).	SÍ- Aplica herramienta estandarizada por tipo de estudio, con doble evaluación y presentación detallada por ítem.	AMSTAR 2	ALTA	Evaluación clara. Se aplicó la herramienta Cochrane RoB con doble evaluación y presentación detallada por ítem. Se incluye lista de estudios excluidos con razones. Sólo no informan fuentes de financiación. Registro en PROSPERO. Publicado en revista no indexada en JCR
Lange-Smith et al. (2024)	Revisión sistemática de revisiones	AMSTAR 2	NO- Usan PRIOR (2022).	SÍ- Aplica herramienta a todas las revisiones con formulario estandarizado, proceso transparente y bien documentado.	AMSTAR 2	MODERA-DA	Evaluación clara. Aplicó herramienta a todas las revisiones incluidas, con resultados reportados por ítem y discusión sobre su impacto. Se presenta lista de estudios excluidos con razones (OSF). La selección de estudios solo fue verificada en el 20% de los textos completos y no se realizó extracción en duplicado. Tampoco se informan las fuentes de financiación. El estudio está registrado en OSF y sigue la guía PRIOR, aunque no PRISMA. Publicado en revista (Q1)
Voorheis et al. (2023)	Revisión de alcance	JBI Reviewer's Manual.	SÍ- PRISMA-ScR (2018).	SÍ- Aplican herramienta adecuadamente, no se realiza evaluación de calidad metodológica.	JBI	ALTA	Evaluación clara. Aplican herramienta adecuadamente. La búsqueda fue rigurosa, con estrategia detallada, revisión por duplicado en dos niveles (resumen y texto completo) y extracción inicial de datos por un revisor con verificación por los autores principales. No se informa registro previo. Publicado en revista (Q1)

Tabla 6 (continuación)*Clasificación por tipo de revisión y herramientas críticas empleadas (síntesis).*

Estudio	Tipo de revisión	Herramienta crítica empleada	Versión de prisma adecuada SI/NO	Evaluación clara SI/NO	Herramienta evaluación de calidad propia	Nivel global*	Observaciones
Wang et al. (2023)	Revisión sistemática metaanálisis	RoB	SÍ- PRISMA (2020).	Sí- Aplica herramienta adecuadamente con aplicación por duplicado y presentación en tabla de resultados.	AMSTAR 2 GRADE	BAJA MODERA-DA	Evaluación clara. Aplican herramienta adecuadamente para evaluar el riesgo de sesgo en los estudios con aplicación por duplicado y presentación detallada de los resultados. La selección y extracción de datos se realizaron por duplicado. No se presenta una lista de estudios excluidos con justificación, ni se informa sobre la financiación de los estudios primarios. La estimación de certeza fue moderada por compromiso en el dominio riesgo de sesgo. Registrada en PROSPERO. Revista (Q2)
Wilczyńska et al. (2022)	Revisión sistemática metaanálisis	RoB	NO- Usan PRISMA (2009).	Sí- Aplican herramienta adecuadamente por duplicado y con tabla por estudio.	AMSTAR 2 GRADE	BAJA MODERA-DA	Evaluación clara. Aplican herramienta adecuadamente para evaluar el riesgo de sesgo de los estudios incluidos con aplicación por duplicado y resultados presentados en una tabla detallada. La selección y extracción de datos se realizaron por duplicado. No se presenta una lista de estudios excluidos con justificación, ni se informa sobre la financiación de los estudios primarios. La estimación de la certeza fue moderada para el agotamiento físico-emocional. Registrada en PROSPERO. Publicado en revista (Q2)
Wilson et al. (2024)	Revisión de alcance	JBÍ	SÍ- PRISMA SCR (2018).	Sí- Aplican herramienta adecuadamente, no se realiza evaluación de calidad metodológica.	JBÍ	ALTA	Evaluación clara. Aplican herramienta adecuadamente, incluyendo búsqueda sistemática en cinco bases, selección por duplicado y extracción verificada. Registro en la plataforma OSF. Publicado en revista (Q2)

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Resultados por tipo de revisión

- Las revisiones sistemáticas sin metaanálisis se observó la mayor heterogeneidad en la selección de herramientas. Si bien muchas de ellas emplearon instrumentos apropiados al tipo de estudios incluidos, algunas revisiones aplicaron herramientas menos comunes o desarrolladas ad hoc por los propios autores, especialmente en estudios que incluían tanto diseños cuantitativos como cualitativos. En cuanto a las herramientas de evaluación de riesgo de sesgo se usaron RoB de Cochrane y herramientas derivadas como RoBANS o Hoy et al. En cuanto a calidad metodológica, destacaron MMAT, JBI, CASP, además de Downs y Black, PEDro y SQAC. Varias revisiones optaron incluso por herramientas ad hoc, lo que evidencia flexibilidad metodológica pero también limita la comparabilidad de los resultados.
- En las revisiones sistemáticas con metaanálisis predominó el uso de herramientas de riesgo de sesgo y certeza de la evidencia, como RoB, Hoy et al. (2012) y otras que incluyen su evaluación en uno de sus dominios, GRADE. Se combinaron además herramientas de calidad metodológica aplicadas a estudios cuantitativos como Downs and Black, JBI y PEDro.
- En las revisiones de alcance se utilizaron principalmente herramientas de calidad como el MMAT y el checklist del JBI, dada su versatilidad para abordar estudios de distinto diseño. De manera más específica, algunas revisiones aplicaron la herramienta de riesgo de sesgo RoBiNT (para estudios de caso único). La combinación de más de una herramienta fue habitual para cubrir simultáneamente ensayos controlados y estudios observacionales.

Calidad metodológica global de los estudios incluidos

Cumplimiento de directrices de reporte y registros de protocolo.

De los 128 estudios incluidos, 127 reportaron haber seguido la guía PRISMA, mientras que uno utilizó las directrices PRIOR (2022) para revisiones de revisiones. En relación con el registro en plataformas abiertas, 46 estudios estuvieron registrados en PROSPERO, 13 en OSF y 3 en INPLASY, mientras que 66 no indicaron ningún tipo de registro.

Respecto a las versiones de PRISMA utilizadas, 55 estudios aplicaron la versión 2020, 34 la versión 2009 y 18 emplearon versiones anteriores a la vigente en su momento de publicación. Además, 8 estudios siguieron la guía PRISMA-P (2015), 3 PRISMA-ScR (2018), 1 PRISMA-IPD y 1 PRISMA 2013. En todos los casos, las revisiones incluyeron el diagrama de flujo de selección y adjuntaron el checklist correspondiente, reforzando la transparencia en el reporte.

Sin embargo, solo 3 estudios formularon su pregunta de investigación explícitamente en formato PICOS, a pesar de que este esquema es ampliamente recomendado para estructurar criterios de inclusión y exclusión (Higgins y Green, 2011).

Asimismo, se identificaron 5 revisiones (4%) que aplicaron el checklist STROBE como única herramienta de evaluación crítica metodológica. Si bien STROBE es una guía de reporte destinada a mejorar la transparencia y completitud en la descripción de estudios observacionales, no constituye una escala diseñada para valorar la calidad metodológica, ni para estimar el riesgo de sesgo de los estudios incluidos. Su aplicación como instrumento de puntuación o clasificación constituye, por tanto, una aplicación metodológicamente inadecuada. En estos casos, STROBE se consideró un uso ad hoc, lo que se reflejó en una menor claridad evaluativa y en la necesidad de promover herramientas validadas y específicas en el ámbito de la Psicología del deporte.

Por último, se identificó de 6 estudios (17,6%) que emplearon herramientas ad hoc sin validación internacional. Estas escalas fueron desarrolladas por los propios autores o adaptadas a partir de marcos conceptuales previos, pero sin estandarización ni evidencia de validez, lo que limita la comparabilidad de los resultados y la consistencia metodológica entre revisiones. No obstante, varios de estos trabajos mostraron compromiso con la transparencia, por ejemplo, siguiendo PRISMA, registrando protocolos o adjuntando checklists. Entre ellos se encuentran Gil-Caselles et al. (2024); Garcés de los Fayos López et al. (2023); Harris et al. (2023) y Kew et al. (2024).

Evaluación de calidad metodológica y riesgo de sesgo.

La evaluación de la calidad metodológica de las revisiones se realizó diferenciando el análisis de calidad metodológica y el de riesgo de sesgo/certeza de la evidencia, de acuerdo con la herramienta aplicada en cada tipo de revisión.

Revisiones sistemáticas sin metaanálisis

Se evaluaron 86 revisiones sistemáticas sin metaanálisis, entre las cuales se identificaron 3 revisiones de revisiones y 2 revisiones cualitativas. Para las revisiones sistemáticas clásicas (n = 81), la calidad metodológica se valoró mediante AMSTAR 2 (Tabla 7 síntesis- tabla completa disponible como Material Complementario). En el caso de revisiones de revisiones, se empleó una adaptación de AMSTAR 2 (Tabla 8 síntesis) y, para aquellas con componente cualitativo se aplicó el CASP Checklist adaptado (Tabla 9 síntesis). Estas herramientas permiten analizar la calidad metodológica global de la revisión, considerando el rigor en el diseño, la estrategia de búsqueda, la selección y la síntesis de los estudios. En este grupo, la evaluación del riesgo de sesgo de los estudios primarios fue poco frecuente y, en general, no se integró en la síntesis final.

Tabla 7

Evaluación de la calidad metodológica de las revisiones sistemáticas SIN metaanálisis mediante la escala AMSTAR 2 (síntesis).

Estudio/Ítems	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	Nivel global de calidad
Aitchison et al. (2022)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	NO	SÍ	BAJA***
Kim y Kim (2021)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	SÍ	ALTA

Nota: Ítems de AMSTAR 2 para Revisiones sistemáticas sin metaanálisis: 1.Pregunta bien definida; 2. Protocolo registrado antes de iniciar la revisión; 3.Criterios de inclusión justificados; 4. Estrategia de búsqueda adecuada; 5. Selección de estudios por duplicado; 6. Extracción de datos por duplicado; 7. Lista y justificación de estudios excluidos; 8. Descripción adecuada de estudios incluidos; 9.Evaluación del riesgo de sesgo en los estudios incluidos; 10. Información sobre financiación de los estudios incluidos; 12. Consideración del riesgo de sesgo al interpretar resultados; 14. Sesgo de publicación abordado y discutido; 15. Impacto de riesgo de sesgo discutido en la interpretación de resultados; 16. Declaración de conflictos de interés en la revisión. Se excluyen ítems 11 y 13 por no ser metaanálisis. Se consideran fallas críticas no cumplir con el ítem 2, 4, 7 y 9. Considerando un nivel de confianza Alto (0 o 1 debilidad no crítica), Moderada (más de 1 debilidad no crítica), Baja (1 falla crítica y con o sin debilidades no críticas) y Críticamente baja (de 2 a más fallas críticas y con o sin debilidades no críticas). SÍ =cumple; NO = no cumple; N/I = no informa; P = parcial

*Fallas críticas en ítem 2 y 7; **Falla crítica: ítem 2;***Falla crítica: ítem 7. ****Fallas en todos los ítems críticos; *****Fallas críticas en ítems 2, 7 y 9.

La calidad metodológica global fue predominantemente baja o críticamente baja, con solo un caso aislado clasificado como de calidad alta (Kim y Kim, 2021) y una revisión de revisiones que alcanzó nivel moderado (Lange-Smith et al., 2024). Las dos revisiones con componente cualitativo evaluadas con CASP se destacaron positivamente (Cadotte et al, 2024 y Corbett et al, 2023), alcanzando un nivel alto de calidad metodológica, en contraste con la tendencia general observada, como puede verse en la Tabla 8 y 9 respectivamente.

Tabla 8

Evaluación de la calidad metodológica de las revisiones de revisiones mediante la escala AMSTAR 2 adaptada.

Estudio/Ítems	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	12	14	15	16	Nivel global de calidad
Lange-Smith et al. (2024)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	P	N	SÍ	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	MODERADA

Nota: Ítems de AMSTAR 2 adaptada para Revisiones de revisiones: 1.Pregunta bien definida; 2. Protocolo registrado antes de iniciar la revisión; 3.Criterios de inclusión justificados; 4. Estrategia de búsqueda adecuada; 5. Selección de estudios por duplicado; 6. Extracción de datos por duplicado; 7. Justificación de estudios excluidos; 8. Descripción adecuada de revisiones incluidas; 9.Evaluación del riesgo de sesgo en las revisiones incluidas; 10. Información sobre financiación de las revisiones incluidas; 12. Consideración del riesgo de sesgo al interpretar resultados; 14. Declaración de conflictos de interés en la revisión. Se excluyen ítems 11 y 13 por no ser metaanálisis. Se consideran fallas críticas no cumplir con el ítem 2, 4, 7 y 9. Considerando un nivel de confianza Alto (0 o 1 debilidad no crítica), Moderada (más de 1 debilidad no crítica), Baja (1 falla crítica y con o sin debilidades no críticas) y Críticamente baja (más de 2 fallas críticas y con o sin debilidades no críticas).

*Fallas críticas en ítem 2 y 7; **Falla crítica: ítem 2;***Falla crítica: ítem 7; ****Fallas no críticas en ítems 5,6 y 10

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Tabla 9

Evaluación metodológica de revisiones sistemáticas cualitativas mediante la herramienta CASP.

Estudio/Ítems	1.	2.	3.	4.	5.	6.	7.	8.	9.	10.	Nivel global
Cadotte et al. (2024)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	NO	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	ALTO
Corbett et al. (2023)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	NO	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	ALTO

Nota: CASP adaptada para Revisiones sistemáticas de estudios cualitativos: 1. Claridad de la pregunta de investigación; 2. Adecuación de la elección de la síntesis cualitativa; 3. Criterios de inclusión y exclusión apropiados; 4. Describe clara del proceso de extracción de datos; 5. Reflexión sobre el papel de los revisores en el análisis o interpretación; 6. Consideraciones éticas; 7. Rigor del análisis, codificación y síntesis cualitativa; 8. Claridad de los hallazgos; 9. Valoración de la contribución de los estudios; 10. Relevancia para la práctica/investigación. El nivel global se evaluó: ALTO = cumplieron al menos 8 ítems sin debilidades sustanciales; MODERADO = cumplieron entre 5 y 7 ítems con alguna limitación relevante y BAJO = cumplieron menos de 5 ítems o se observaron omisiones que comprometieran la validez o transferibilidad de los hallazgos. Especial atención a los ítems: 5, 7 y 9.

Las deficiencias más frecuentes estuvieron vinculadas a la ausencia de protocolos registrados, la evaluación incompleta del riesgo de sesgo y la falta de justificación explícita sobre la herramienta crítica seleccionada. No obstante, la limitación más sistemática encontrada fue la ausencia de una lista de estudios excluidos con justificación (ítem 7 de AMSTAR 2). Este ítem constituye una falla crítica que, de manera automática, reduce la clasificación global de la revisión a nivel bajo o críticamente bajo, independientemente del cumplimiento de los otros dominios. Esta omisión explica en gran medida la baja calidad observada en la mayoría de las revisiones sistemáticas sin metaanálisis.

A pesar de ello, algunas revisiones mostraron prácticas metodológicas destacables, como la doble evaluación por pares con resolución de discrepancias (Breslin et al., 2017; Bu et al., 2020; Golding et al., 2020), la inclusión de reflexiones metodológicas explícitas sobre las limitaciones del cuerpo de evidencia (Edison et al., 2020; Marconcini et al., 2023; Woodhead et al., 2024) y la aplicación transparente de versiones adaptadas de AMSTAR 2 en el caso de revisiones de revisiones (Barros et al., 2025; Lange-Smith et al., 2024) (Ver tablas completas de resultados disponibles en material complementario).

Revisiones sistemáticas con metaanálisis

Se evaluaron 33 revisiones sistemáticas con metaanálisis en dos dimensiones complementarias:

Calidad metodológica, valorada mediante la adaptación de AMSTAR 2.

Certeza de la evidencia (riesgo de sesgo), estimada con GRADE.

En términos de calidad metodológica, según AMSTAR 2, la mayoría de las revisiones se clasificaron como de calidad baja o críticamente baja. Este patrón respondió principalmente a fallas críticas en ítems como el 7 (lista y justificación de estudios excluidos) y el 2 (protocolo registrado), además de la falta de evaluación sistemática del riesgo de sesgo (ítem 9) y el manejo limitado de la heterogeneidad (ítem 13). Solo cinco revisiones alcanzaron nivel moderado, destacándose por un mayor rigor en la aplicación de los criterios metodológicos y un reporte más transparente de los procedimientos. Ninguna alcanzó calidad alta (véase Tabla 10; la versión completa se incluye como Material Complementario).

Tabla 10*Evaluación de la calidad metodológica de revisiones sistemáticas con metaanálisis mediante la herramienta AMSTAR 2 (síntesis).*

Estudio/Ítems	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	Nivel global de calidad
Du y Ning (2024)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	BAJA***
Güllichet al. (2024)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	BAJA***
Harris et al. (2023)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	BAJA***
Wang et al. (2023)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	BAJA***
Wilczyńska et al. (2022)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	NO	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	BAJA***

Nota: Ítems de AMSTAR 2 (Shea et al., 2017), para Revisiones sistemáticas CON metaanálisis: 1.Pregunta bien definida; 2. Protocolo registrado antes de iniciar la revisión; 3.Criterios de inclusión justificados; 4. Estrategia de búsqueda adecuada; 5. Selección de estudios por duplicado; 6. Extracción de datos por duplicado; 7. Justificación de estudios excluidos; 8. Descripción adecuada de revisiones incluidas; 9.Evaluación del riesgo de sesgo en las revisiones incluidas; 10. Información sobre financiación de las revisiones incluidas; 11. Métodos estadísticos apropiados; 12.Consideración del riesgo de sesgo al interpretar resultados; 13. Evaluación adecuada de heterogeneidad;14.Sesgo de publicación considerado;15.Discusión adecuada de la heterogeneidad;16. Declaración de conflicto de intereses. SI, NO, P = parcial; Se consideran fallas críticas no cumplir con el ítem 2, 4, 7, 9, 11, 13 y 15. Considerando un nivel de confianza Alto (0 o 1 debilidad no crítica), Moderada (más de 1 debilidad no crítica), Baja (1 falla crítica y con o sin debilidades no críticas) y Críticamente baja (más de 2 fallas críticas y con o sin debilidades no críticas). *Críticamente baja por falla en ítem críticos 2 y 7; **Baja por falla en ítem 2; ***Baja por falla en ítem 7. **** Críticamente baja por falla en ítem críticos 2, 7 Y 13. *****Críticamente baja por falla en ítem críticos 7 y 13.

Con respecto a la certeza de la evidencia, los resultados de GRADE, muestran una concentración en los niveles moderado y bajo, con pocos casos que alcanzaron certeza alta (véase Tabla 11; la versión completa se incluye como Material Complementario). Los dominios más comprometidos fueron la inconsistencia, con valores de heterogeneidad elevados en varios estudios (I^2 superiores al 80% en revisiones como Lochbaum et al., 2023; Runacres y Marshall, 2024; Yang et al., 2023), la imprecisión, asociada a intervalos de confianza amplios y tamaños muestrales reducidos en algunos análisis y el sesgo de publicación, detectado a través de pruebas como Egger o gráficos de embudo en numerosos casos. El dominio de aplicabilidad mostró en general una valoración alta, dado que las revisiones incluyeron poblaciones de atletas y contextos deportivos relevantes.

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Tabla 11

Evaluación de la calidad metodológica de revisiones sistemáticas con metaanálisis mediante la escala GRADE (síntesis).

Estudio/Ítems	Resultado	Efecto estimado	Riesgo de sesgo	Inconsistencia	Imprecisión	Sesgo de publicación	Aplicabilidad	Certeza global
Du y Ning (2024)	Efectividad MAC vs. MAIC en rendimiento deportivo y ansiedad en atletas	Rendimiento deportivo: $g=0.44$ (IC 95% 0.25–0.63); Ansiedad: $g=-0.37$ (IC 95% -0.56 a -0.19)	Alto	Bajo (I^2 entre 54% y 79%)	Alto	Alto Aplica Funnel plot simétrico y test de Egger no significativo	Alto	Moderada***
Güllichet al. (2024)	Edad de ingreso a TPP y rendimiento junior y senior	Junior: $d = -0.53$ / Senior: $d = 0.56$	Bajo	Alto ($I^2 = 75\%$) Estables	Alto	Alto Aplica Funnel plot, Prueba de Egger (no significativo)	Alto	Moderada****
Harris et al. (2023)	Relación entre flow y rendimiento	$r = 0.31$ [IC95%: 0.24 – 0.38]	Bajo	Alto ($I^2 = 68\%$) Aceptable	Alto	Alto Aplica Funnel plot, Prueba de Egger (significativo) y y trim-and-fill	Alto	Moderada****
Wang et al. (2023)	Efectividad de intervenciones psicológicas y prevención de lesiones	$g = 0.49$ (IC 95%: 0.28–0.69)	Bajo	Alto ($I^2 = 29.6\%$)	Alto	Alto Aplica Egger y funnel	Alto	MODERA-DA****
Wilczyńska et al. (2022)	Agotamiento físico y emocional en atletas	$d = -0.87$ (IC 95% -1.25 a -0.48)	Bajo	Alto ($I^2 = 0\%$)	Alto	Alto Aplica Egger y funnel	Alto	MODERA-DA****

Nota: La certeza de la evidencia fue evaluada mediante la herramienta GRADE, considerando cinco dominios: riesgo de sesgo, inconsistencia, imprecisión, sesgo de publicación y aplicabilidad. La valoración se realizó mediante criterios estandarizados y la certeza se redujo cuando las limitaciones metodológicas comprometían la validez, precisión, aplicabilidad o confianza de los resultados. El umbral para reducir fue más riguroso en presencia de metaanálisis con alta heterogeneidad o evidencia de sesgo sistemático no controlado. Estos dominios fueron clasificados como: alto, moderado, bajo o muy bajo según su influencia sobre la certeza de la evidencia. ALTO = dominio sólido sin comprometer la validez, precisión o aplicabilidad de los hallazgos. MODERADA = limitaciones metodológicas moderadas, compromete UN dominio; BAJO = limitaciones metodológicas importantes, comprometen DOS dominios; MUY BAJO = comprometen más de DOS dominios. *La certeza se redujo en tres dominios por riesgo de sesgo, inconsistencia y sesgo de publicación. **La certeza se redujo en dos dominios: riesgo de sesgo e inconsistencia. ***La certeza se compromete en el dominio: inconsistencia. ****Moderada: la certeza compromete el dominio: riesgo de sesgo. *****La certeza se reduce en cuatro dominios riesgo de sesgo, inconsistencia, imprecisión y sesgo de publicación. *****La certeza se redujo en tres dominios: riesgo de sesgo, inconsistencia e imprecisión. *****Compromete el dominio imprecisión. *****La certeza se reduce en dos dominios: inconsistencia e imprecisión

Los principales puntos críticos identificados fueron:

- Ausencia de estrategias claras para manejar el sesgo de publicación, como la no inclusión de diagramas de embudo o pruebas estadísticas en algunos metaanálisis (Filbay et al., 2019; Isaji et al., 2024).
- Falta de justificación en la elección del modelo estadístico y escasa discusión de la heterogeneidad, como el estudio de Li et al. (2019) que reconoce $I^2 > 50\%$ en dos dimensiones, pero no presenta una justificación estadística detallada.
- Aplicación parcial de GRADE, limitada a una síntesis narrativa sin tablas visuales ni umbrales de reducción explícitos en varios casos (Filbay et al., 2019; Isaji et al., 2024; Xiao et al., 2023).

No obstante, algunas revisiones destacaron por una implementación rigurosa de GRADE, ofreciendo tabulación detallada por resultado y revisión sistemática de cada dominio, con procedimientos de doble ciego (Du y Ning, 2024; Güllich et al., 2024; Harris et al., 2023).

Revisiones de alcance (scoping reviews)

Se evaluó la calidad metodológica de las revisiones de alcance mediante la JBI (véase Tabla 12; la versión completa se incluye como Material Complementario). Todas las revisiones obtuvieron un nivel de calidad metodológica alto, lo que contrasta con los resultados observados en las revisiones sistemáticas con y sin metaanálisis.

Tabla 12

Evaluación de la calidad metodológica de revisiones de alcance mediante JBI.

Estudio/ Ítems	1	2	3	4	5	6	7	Nivel global
Ekelund et al. (2023)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	ALTA
Voorheis et al. (2023)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	ALTA
Wilson et al. (2024)	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	SÍ	ALTA

Nota: La calidad metodológica de las revisiones de alcance se evaluó mediante la JBI Checklist for Scoping Reviews, que incluye siete ítems: (1) Objetivo claramente definido; (2) Criterios de inclusión alineados con el objetivo; (3) Razonamiento para el enfoque de scoping review claramente explicitado; (4) Estrategia de búsqueda en varias fuentes; (5) Proceso de datos transparente; (6) Síntesis y presentación adecuada de resultados y (7) Consideración de las implicancias para la práctica o la investigación.

El nivel global de calidad se determinó de acuerdo con el cumplimiento de estos ítems: ALTA = cumplimiento de todos o casi todos los ítems sin limitaciones relevantes; MODERADA = incumplimiento parcial de uno o más ítems que introducen limitaciones metodológicas relevantes; BAJA = omisiones significativas que comprometen la validez o aplicabilidad de los hallazgos.

Las fortalezas más destacadas fueron la definición clara de los objetivos, la coherencia entre los criterios de inclusión y el propósito de la revisión, la justificación del enfoque de scoping review, así como la aplicación de estrategias de búsqueda en múltiples fuentes y un proceso transparente de extracción de datos. Del mismo modo, las revisiones presentaron una síntesis adecuada de los resultados, apoyada en tablas y representaciones visuales claras e identificaron de manera consistente las implicancias para la práctica y la investigación futura.

En cuanto a las debilidades, fueron menos frecuentes. La única revisión que no cumplió con el ítem 7 de la JBI Checklist fue la de Rodrigues Alves et al. (2022), al no considerar de forma explícita las implicancias prácticas o de investigación. Asimismo, se identificó la ausencia de protocolos registrados en plataformas abiertas como OSF (García-Solà et al., 2023; Voorheis et al., 2023). Por último, la reflexión crítica sobre las limitaciones metodológicas de los estudios primarios incluidos fue en general escasa, incluso en revisiones que han cumplido los demás criterios (Fritsch et al., 2024; García-Solà et al., 2023).

En conjunto, las revisiones de alcance presentaron un perfil metodológico más robusto en comparación con las revisiones sistemáticas incluidas en esta revisión, aportando un mapeo claro y de calidad de la evidencia disponible en Psicología del deporte.

Síntesis integradora de resultados

Finalmente, se presenta la Tabla 13 (véase Tabla 13; la versión completa se incluye como Material Complementario), que recoge el vaciado completo de los artículos incluidos en esta revisión, integrando de manera

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

estructurada la información central de cada estudio: autores, año de publicación, revista, objetivos, variables analizadas, herramienta de evaluación metodológica utilizada, tipo y número de estudios primarios evaluados, contexto deportivo y principales hallazgos vinculados a la calidad metodológica. Esta tabla, constituye la base empírica sobre la cual se organizaron los resultados narrativos de los subapartados anteriores.

En conjunto, los hallazgos muestran que, si bien existe un compromiso generalizado con el uso de herramientas de evaluación crítica metodológica en Psicología del deporte, la calidad global de las revisiones sigue siendo heterogénea y, en la mayoría de los casos, insuficiente.

Las revisiones sistemáticas sin metaanálisis fueron las más frecuentes, pero también las que presentaron mayores deficiencias metodológicas. La aplicación de AMSTAR 2 adaptada y, en algunos casos, CASP, evidenció limitaciones como la ausencia de protocolos registrados y la falta de listas justificadas de estudios excluidos. Estas carencias derivaron en clasificaciones bajas o críticamente bajas en términos de calidad metodológica.

En contraste, las revisiones sistemáticas con metaanálisis ofrecieron una síntesis cuantitativa más robusta, aunque la certeza de la evidencia evaluada mediante GRADE se redujo de forma sistemática por la inconsistencia, la imprecisión y el sesgo de publicación. Esto limitó la confianza en sus hallazgos, aun cuando el diseño de revisión resultaba más sólido.

Finalmente, las revisiones de alcance mostraron un perfil metodológico más favorable, con altos niveles de calidad moderados y altos según la checklist JBI. Se destacaron por su transparencia en el proceso de mapeo y la coherencia entre objetivos, criterios de inclusión y presentación de resultados. No obstante, presentaron una debilidad compartida, la escasa reflexión crítica sobre las limitaciones de los estudios primarios incluidos.

En síntesis, estos resultados permiten identificar errores recurrentes, como la omisión de protocolos y de listas de estudios excluidos, junto con ejemplos de buenas prácticas, como la doble evaluación independiente, la aplicación diferenciada de herramientas según el diseño y la integración transparente de la calidad metodológica en la síntesis, que servirán de base para formular recomendaciones metodológicas en la discusión.

Tabla 13

Síntesis de los 13 resultados más robustos.

Estudio	Título/ Revista de publicación	Tipo de muestra	VARIABLES	Herramienta crítica empleada	Tipos de estudios evaluados	Instrumentos de medida	Tamaño del efecto	Resultados de la evaluación crítica
Aitchison et al. (2022) Reino Unido (Inglés)	<i>Las experiencias y beneficios percibidos para la salud de personas con discapacidad que participan en el deporte: una revisión sistemática y síntesis narrativa</i> Disability and Health Journal	Deportistas con discapacidad (infancia, adultos y atletas de élite)	Experiencias subjetivas y beneficios percibidos para la salud (confianza, autoestima, fuerza, funcionalidad)	PRISMA (2009). Diagrama de flujo. Registro en PROSPERO. Síntesis narrativa y temática. QATSDD (diversos diseños). GRADE-CERQual (cualitativos) CoE (cuantitativos)	Estudios cualitativos, cuantitativos y mixtos publicados hasta 2020. (N=39)	Entrevistas semiestructuradas; Focus groups; Observación Fotografías/ photo elicitation; Cuestionarios abiertos; Discusión grupal	No reportado/ No aplicable: síntesis narrativa y temática	La participación deportiva aporta beneficios tanto a nivel físico como mental para personas con discapacidad. Alta calidad metodológica general. El riesgo de sesgo fue alto en los estudios cuantitativos. Recomiendan estudios longitudinales, evaluación metodológica rigurosa, integrar datos cuali y cuantitativos.
Cadotte et al. (2024) Canadá (Inglés)	<i>Experiencias vividas por deportistas durante la recuperación y retorno al deporte tras una conmoción: una meta-síntesis de estudios cualitativos</i> International Review of Sport and Exercise Psychology	Atletas (estudiantes, universitarios, profesionales y retirados) de disciplinas diversas	Síntomas post-SRC, afrontamiento, consecuencias psicosociales, identidad deportiva, presión, apoyo social, retorno al deporte, abandono deportivo, calidad de vida	PRISMA (2020). Diagrama de flujo. Registro en PROSPERO. CASP. Meta síntesis cualitativa.	Estudios con entrevistas, observaciones, diarios, análisis narrativo y foros publicados hasta abril 2022 (N=33)	Entrevistas en profundidad; Entrevistas semiestructuradas; Observación y entrevistas Narrativas/ relatos de experiencia; Análisis cualitativo de experiencias	No reportado/ No aplicable: meta- síntesis cualitativa	Calidad metodológica alta en la mayoría de los estudios. Se observaron sesgos por falta de representatividad y escasa diversidad en muestras raciales y de género. Recomiendan que futuros estudios especifiquen claramente su enfoque metodológico, diversidad y representatividad de muestras.
Corbett et al. (2023) Reino Unido-Irlanda (Inglés)	<i>Revisión sistemática del feedback verbal aumentado del entrenador durante la práctica y la competencia en deportes de equipo</i> International Journal of Sports Science and Coaching	Deportes de equipo (fútbol, básquet, rugby, voleibol, etc.), en niveles profesional, universitario, académico y amateur	Tipos de AVF, frecuencia, momento, dirección, valencia, especificidad, nivel de autonomía y estilo.	PRISMA (2020). Diagrama de flujo. CASP	Estudios de observación sistemática de comportamientos publicados hasta 2022 (N=31)	Observación de sesiones de entrenamiento; Co-dificación de video; Protocolos de análisis de comportamiento; Registros de interacción	No reportado/ No aplicable: meta- síntesis cualitativa	Variabilidad en instrumentos y definiciones de tipos de feedback. Mayor uso de feedback positivo, general y concurrente. Se identificó media-alta calidad metodológica. Recomiendan adoptar sistemas de codificación unificados, reportar adecuadamente la fiabilidad inter observador.

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Estudio	Título/ Revista de publicación	Tipo de muestra	Variables	Herramienta crítica empleada	Tipos de estudios evaluados	Instrumentos de medida	Tamaño del efecto	Resultados de la evaluación crítica
Du y Ning (2024) RSM China (Inglés)	<i>Exploración de intervenciones de mindfulness entre culturas: un metaanálisis comparativo de intervenciones de mindfulness para atletas en contextos occidentales y orientales</i> Frontiers in Psychology	Atletas competitivos y estructurados, pertenecientes a disciplinas como baloncesto, taekwondo, esgrima, fútbol, atletismo, natación, tenis de mesa, etc.	Mindfulness, rendimiento deportivo, flexibilidad psicológica, eficacia de intervención según cultura, tipo de intervención y duración.	PRISMA (2020). Diagrama de flujo . Registrado en PROSPERO. PEDro (RCTs)	Ensayos controlados aleatorizados publicados desde 2003 y 2023 (N=24)	Mindfulness: FFMQ; MAAS; MIS; CAMS-R; CHIME; AMQ; MMPQ Flexibilidad psicológica: AAQ / AAQ-II Rendimiento deportivo performance tests o indicadores de rendimiento	<i>Hedges g global</i> = 0.733 (IC95% 0.547–0.918)	Las intervenciones de mindfulness mejoraron los niveles de mindfulness y flexibilidad psicológica en ambos contextos culturales. Se destaca la necesidad de estudios longitudinales, con seguimiento y análisis comparativo de género y modalidad deportiva
Ekelund et al. (2023) RS Suecia- Noruega (Inglés)	<i>Intervenciones para mejorar la salud mental en atletas: una revisión de alcance</i> International Review of Sport and Exercise Psychology	Atletas competitivos (mayoría de 15–24 años), en deportes individuales y colectivos, convencional y paralímpicos	Ansiedad, depresión, estrés, bienestar psicológico, autocompasión, burnout, flexibilidad psicológica, disfunción alimentaria, afecto positivo y negativo, etc.	PRISMA-ScR (2018) y PRISMA (2020). Diagrama de flujo Registrado en OSF. MMAT (cuantitativos y mixtos), RoBiNT (diseños de caso único)	RCTs, cuasi experimentales, mixtos y caso único publicados desde 1998 a 2022 (N=44)	PSS; GHQ-12; K6; TICS. STAI /STAI-Y; SAS; RCAD - 25. PHQ/ PHQ-2; GSI. DERS; RRS; WBSI; SCS. WHO-5; MHC-SF / Sport-MHC-SF; PWB; SVS; SWLS; SPANE; EWBSS	No reportado/ No aplica: Revisión de alcance	El 50% de las intervenciones utilizaron terapia cognitivo-conductual. La mayoría de los estudios mostró baja validez interna. Recomiendan diseñar estudios con objetivos claros y muestras acordes al nivel de severidad de los síntomas.

Rodriguez et al.

Estudio	Título/ Revista de publicación	Tipo de muestra	Variables	Herramienta crítica empleada	Tipos de estudios evaluados	Instrumentos de medida	Tamaño del efecto	Resultados de la evaluación crítica
Güllichet al. (2024) RSM Alemania-Austria (Inglés)	<i>Efectos de la promoción temprana del talento sobre el rendimiento junior y senior: una revisión sistemática y metaanálisis</i> Sports Medicine	Atletas de deportes olímpicos y cricket, de nivel regional, nacional e internacional, en TPPs	Edad de ingreso a TPPs, nivel de rendimiento posterior (junior y senior), tipo de TPP, tipo de deporte, nivel competitivo, sexo	PRISMA (2020). Diagrama de flujo. Registro en PROSPERO MMAT	Estudios observacionales cuantitativos- no aleatorios publicados entre 2009 a 2022 (N=29)	Medidas de rendimiento deportivo y datos de trayectoria deportiva	Junior: $d = -0.53$; Senior: $d = 0.56$	Resultados robustos en todos los deportes, niveles competitivos y tipos de TPP. Trayectorias opuestas: el éxito temprano no predice éxito a largo plazo. Todos los estudios fueron de alta calidad metodológica y bajo riesgo de sesgo. Recomiendan evaluar el impacto de los TPPs en el rendimiento a largo plazo.
Harris et al. (2023) RSM Reino Unido (Inglés)	<i>Revisión sistemática y metaanálisis de la relación entre los estados de flow y el rendimiento</i> International Review of Sport and Exercise Psychology	Atletas en múltiples disciplinas y tareas simuladas; estudios con videojuegos tipo e-sports	Estado de flow, rendimiento (medido objetivamente), motivación, atención, automatización, concentración, experiencia autotelica	PRISMA (2009). Diagrama de flujo. Registro en OSF. Herramienta de evaluación ad hoc, adaptada de Downs y Black, Durant (1994) y Genaidy et al. (2007).	Estudios cuantitativos con medidas objetivas de rendimiento publicados desde 2001 a 2020 (N=20)	FSS; FSS-2; DFS; DFS-2	$r = 0.31$ (IC 95% 0.24–0.38)	Se identificó una relación positiva moderada entre flow y rendimiento. La heterogeneidad fue moderada, no se encontraron sesgos relevantes por calidad ni tamaño muestral. Se reconoce falta de evidencia sobre causalidad y mecanismos de mediación.
Kim y Kim (2021) RS Corea del Sur (Inglés)	<i>Mejora del rendimiento a través de la meditación en atletas: hallazgos de una revisión sistemática de ensayos clínicos aleatorizados</i> Explore: The Journal of Science and Healing	Deportistas activos, incluyendo atletas universitarios y de alto rendimiento (fútbol, atletismo, rugby, hockey, tiro olímpico)	Rendimiento deportivo, factores psicológicos y fisiológicos	PRISMA (no especifica versión). Diagrama de flujo. Registro en PROSPERO. RoB	RCTs publicados desde 1996 a 2018 (N=6)	CSAI-2; SCAT; SPQ; AAQ; FSS-2	No reportado/ No estimable: síntesis narrativa	Aunque los resultados sugieren que la meditación puede mejorar el rendimiento y el bienestar de los atletas, se necesitan estudios más rigurosos, con mayor tamaño muestral y mejor diseño, para confirmar estos beneficios y entender los mecanismos implicados. El riesgo metodológico general fue alto en la mayoría de los estudios incluidos. Necesidad de RCTs más rigurosos y con muestras representativas tareas

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

Estudio	Título/ Revista de publicación	Tipo de muestra	Variables	Herramienta crítica empleada	Tipos de estudios evaluados	Instrumentos de medida	Tamaño del efecto	Resultados de la evaluación crítica
Lange-Smith et al. (2024) RSR Reino Unido- Canadá (Inglés)	<i>La eficacia del entrenamiento en habilidades psicológicas para mejorar el rendimiento en el deporte: una revisión de revisiones</i> International Journal of Sport and Exercise Psychology	Deporte competitivo; incluye estudios en disciplinas individuales y de equipo, en diferentes niveles.	Orientación a la tarea y al ego; clima motivacional de tarea y de ego; rendimiento deportivo (objetivo, subjetivo, autorreportado, entrenador, registro); nivel del atleta.	PRIOSR (2018). Diagrama de flujo. Registro en OSF. AMSTAR 2	Revisiones sistemáticas con y sin metaanálisis y narrativas publicadas desde 1981 a 2022 (N=30)	Pruebas de rendimiento deportivo; Medidas objetivas de rendimiento en competición; Tareas experimentales de ejecución motora o técnica; Indicadores de precisión o ejecución técnica	No reportado/ No estimable: datos insuficientes	Efectos positivos en varias PST (quiet eye, mindfulness, goal setting, biofeedback), pero con metodología deficiente, pobre reporte de controles y manipulación en la mayoría de las revisiones. Revisiones calificadas como críticamente bajas en calidad y 1 como baja. Recomiendan emplear metodología sistemática rigurosa.
Voorheis et al. (2023) RA Canadá (Inglés)	<i>Adaptación a la vida después del deporte en atletas retirados: una revisión de alcance de revisiones existentes y programas.</i> PLOS ONE	Atletas retirados de diversos niveles y disciplinas, tanto amateur como profesionales	Identidad atlética, salud mental, planificación del retiro, soportes sociales, programas de transición, etc.	PRISMA-ScR (2018). Diagrama de flujo. JBI Reviewer's Manual. Incluye análisis temático de revisiones y programas.	Revisiones académicas (sistemáticas, scoping, narrativa y crítica), fuentes de literatura gris publicados hasta julio de 2022 (N=82)	Medidas cognitivas; de salud mental; de alcohol; indicadores de salud clínica	No reportado/ No aplica: Revisión de alcance	Se destaca falta de planificación en la mayoría de los casos, la necesidad de programas escalonados y personalizados y la utilidad de aplicar enfoques proactivos e interdisciplinarios para mejorar la transición.
Wang et al. (2023) RSM China- Macao (Inglés)	<i>Efectos de las MBIs sobre el rendimiento deportivo y factores relacionados en atletas: una revisión sistemática y metaanálisis de ensayos aleatorizados</i> International Journal of Environmental Research and Public Health	Atletas de nivel amateur, universitario, profesional y élite de deportes (fútbol, baloncesto, ciclismo, atletismo, wushu, etc.)	Rendimiento deportivo, nivel de mindfulness, aceptación, flow, flexibilidad psicológica, estrés, ansiedad, burnout y bienestar psicológico	PRISMA (2020). Diagrama de flujo. Registrada en PROSPERO. RoB	RCTs publicados entre 2005 y 2022 (N=32)	FFMQ; MAAS; MIS; AMQ; CAMS-R; AAQ-2, medidas de rendimiento deportivo	$g = 0.49$ (IC 95% 0.28–0.69)	71 % de estudios con bajo riesgo de sesgo, 29 % con riesgo alto (en ocultamiento de asignación, cegamiento y reporte incompleto). Alta heterogeneidad en resultados de salud mental. Recomiendan más RCTs bien controlados, homogeneizar medidas de resultados, describir detalladamente las intervenciones

Rodriguez et al.

Estudio	Título/ Revista de publicación	Tipo de muestra	Variables	Herramienta crítica empleada	Tipos de estudios evaluados	Instrumentos de medida	Tamaño del efecto	Resultados de la evaluación crítica
Wilczyńska et al. (2022) <i>RSM</i> Polonia-España (Inglés)	<i>Burnout y las intervenciones psicológicas en atletas jóvenes: una revisión sistemática y metaanálisis de estudios</i> International Journal of Environmental Research and Public Health	Atletas jóvenes (11 a 23 años), de diversas disciplinas, incluyendo deportes convencionales y adaptados	Burnout; tipo de intervención; modalidad (online/offline); edad; género	PRISMA (2009). Diagrama de flujo. Registrada en PROSPERO. RoB	RCTs publicados entre 2012 y 2021 (N=5)	ABQ y escalas de burnout deportivo	$d = -0.87$ (IC 95% -1.25 a -0.48)	Se identificó riesgo de sesgo moderado-alto en varias áreas (ocultamiento, datos incompletos). Se observaron mejores resultados en intervenciones online y en mujeres. Recomiendan aumentar el número y la calidad RCTs, muestras grandes y representativas, reportar con más detalle las intervenciones.
Wilson et al. (2024) <i>Revisión de alcance</i> Reino Unido (Inglés)	<i>Intervenciones conductuales y técnicas de cambio de comportamiento utilizadas para mejorar el sueño en atletas: una revisión de alcance</i> Behavioral Sleep Medicine	Atletas mayores de 18 años de nivel amateur, universitario o profesional, en múltiples deportes (fútbol, rugby, atletismo, natación, danza, ciclismo, etc.).	Intervenciones conductuales, técnicas de cambio de comportamiento (BCTs), duración total, eficiencia, latencia de inicio, calidad subjetiva, intervención educativa, prácticas mente-cuerpo, etc.	PRISMA SCR (2018). Diagrama de flujo. Registro prospectivo en la plataforma OSF. JBI	Estudios primarios, cuasi experimentales y diseños no especificados, todos con intervención pre- post publicados desde 2014 y 2023 (N=33)	APSQ; GAD-7; PHQ-9; K-10; DASS-21	No reportado/ No aplica: Revisión de alcance	La calidad de los estudios fue media, las intervenciones fueron agrupadas en cinco categorías. Concluyen que muchas intervenciones carecen de teoría conductual en su diseño; se recomienda mayor precisión en diagnóstico conductual previo y uso explícito de BCTTv1 y el modelo COM-B en futuras investigaciones

Nota: RS = Revisión Sistemática; PRISMA = Preferred Reporting Items for Systematic review and Meta-Analyses (Page et al., 2021); JBI= Joanna Briggs Institute tools (Aromataris et al., 2020); QATSDD = Quality Assessment Tool for Studies with Diverse Designs (Sirriyeh et al. 2012); GRADE-CERQual = Confidence in the Evidence from Reviews of Qualitative research (Lewin et al., 2018); CoE = Clases de evidencia (Bono et al., 2009); RoB = Cochrane Risk of Bias Tool (Sterne et al., 2019); RSM = Revisión Sistemática Meta-análisis; RSR = Revisión de revisiones; RA = Revisión de alcance; RCT = ensayo controlado aleatorizado;; GRADE = Grading of Recommendations Assessment, Development and Evaluation (Guyatt et al., 2008); AMSTAR 2 = A Measurement Tool to Assess Systematic Reviews 2 (Shea et al., 2017); Checklist Downs and Black = *Checklist for Measuring Quality of Both Randomised and Non-randomised Studies of Health Care Interventions* (Downs y Black, 1998); MMAT: Mixed methods Appraisal tool (Hong et al., 2018); Escala PEDro = Physiotherapy Evidence Database scale (de Morton, 2009); OSF = Open Science Framework; AXIS Tool = Appraisal tool for Cross-Sectional Studies (Downes et al., 2016); RoBiNT = Risk of Bias in N-of-1 Trials (Tate et al., 2013); PST = entrenamiento en habilidades psicológicas; FFMQ = Five Facets Mindfulness Questionnaire; MAAS = Mindful Attention Awareness Scale; MIS = Mindfulness Inventory for Sport; CAMS-R = Cognitive and Affective Mindfulness Scale-Revised; AMQ = Athlete Mindfulness; CHIME = Comprehensive Inventory of Mindfulness Experiences Questionnaire; MMPQ = Mindful Movement Performance Questionnaire; AAQ / AAQ-II = Acceptance and Action Questionnaire; PSS = Perceived Stress Scale; GHQ-12 = General Health Questionnaire-12; K6 = Kessler Psychological Distress Scale; TICS = Trier Inventory for Chronic Stress; STAI / STAI-Y = State-Trait Anxiety Inventory; SAS = Sport Anxiety Scale; RCAD-25 = Revised Children's Anxiety and Depression Scale; PHQ / PHQ-2 = Patient Health Questionnaire; GSI = Global Severity Index (SCL-90-R); DERS = Difficulties in Emotion Regulation Scale; RRS = Ruminative Responses Scale; WBSI = White Bear Suppression Inventory; SCS = Self-Compassion Scale; WHO-5 = WHO Well-Being Index; MHC-SF / Sport-MHC-SF = Mental Health Continuum Short Form; PWB = Psychological Well-Being Scale; SVS = Subjective Vitality Scale; SWLS = Satisfaction With Life Scale; SPANE = Scale of Positive and Negative Experiences; EWBSS = Eudaimonic Well-Being in Sport Scale; FSS = Flow State Scale; FSS-2 = Flow State Scale-2; DFS = Dispositional Flow Scale; DFS-2 = Dispositional Flow Scale-2; CSAI-2= Competitive State Anxiety Inventory-2 ; SCAT = Sport Competition Anxiety Test; SPQ = Charbonneau Sports Performance Questionnaire; ABQ = Athlete Burnout Questionnaire.

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

DISCUSIÓN

En coherencia con el objetivo de esta revisión sistemática, orientado a identificar y analizar las herramientas de evaluación crítica metodológica empleadas en revisiones aplicadas al ámbito de la Psicología del deporte, la presente discusión examina e interpreta los principales hallazgos obtenidos. En particular, se analizan los patrones de uso de dichas herramientas, su adecuación al tipo de revisión realizada y el grado de rigor metodológico evidenciado en los estudios incluidos. De este modo, los resultados se contextualizan dentro del marco metodológico de la investigación en Psicología del deporte, permitiendo comprender en qué medida las prácticas actuales de evaluación crítica contribuyen a la calidad y solidez de la evidencia científica en este campo.

Síntesis general del uso de herramientas de evaluación crítica en Psicología del deporte

La presente revisión sistemática permitió analizar cómo se están utilizando las herramientas de evaluación crítica metodológica en el campo de la Psicología del deporte, identificando patrones de aplicación, fortalezas y limitaciones.

En general, los hallazgos muestran un predominio de herramientas orientadas a la calidad metodológica, siendo MMAT y el checklist JBI las más empleadas. En un segundo nivel, aparecen tanto herramientas de calidad metodológica como Downs y Black, PEDro, STROBE y SQAC y, de riesgo de sesgo, el RoB de Cochrane. Este patrón evidencia que, aunque existe diversidad de instrumentos, el campo se apoya de manera principal en herramientas de calidad metodológica versátiles (MMAT, JBI), aplicables a distintos diseños de estudio. Por el contrario, la aplicación de herramientas para valorar directamente el riesgo de sesgo (como RoB de Cochrane) son menos utilizadas, y otras como GRADE aparecen de forma más puntual.

Las revisiones sistemáticas sin metaanálisis fueron las más numerosas y simultáneamente las que presentaron mayor vulnerabilidad metodológica. En la mayoría de los casos, AMSTAR 2 arrojó clasificaciones bajas o críticamente bajas, principalmente debido a la ausencia de protocolos registrados y de listas justificadas de estudios excluidos, ambos ítems críticos en esta herramienta (Shea et al., 2017). Estas deficiencias no necesariamente implican mala praxis científica, pero sí limitan la transparencia, reproducibilidad y trazabilidad del proceso de revisión.

Las revisiones con metaanálisis aportaron síntesis cuantitativas más robustas, pero la certeza de la evidencia evaluada con GRADE fue predominantemente baja o muy baja. Las reducciones de certeza se debieron, en gran medida, a inconsistencia, imprecisión y riesgo de sesgo de publicación. Casos como Filbay et al. (2019) o Isaji et al. (2024) evidencian la escasa implementación de estrategias formales para evaluar el sesgo de publicación, mientras que revisiones como las de Lochbaum y colaboradores (2022, 2023) muestran cómo la heterogeneidad estadística elevada dificulta la interpretación de los resultados. Este patrón coincide con lo planteado por Guyatt et al. (2008), quienes señalan la complejidad de aplicar GRADE de manera rigurosa en contextos con alta variabilidad o evidencia limitada.

Por el contrario, las revisiones de alcance presentaron un perfil más sólido en términos metodológicos, con evaluaciones de calidad alta según la JBI Checklist (Aromataris y Munn, 2020). Casos como Ekelund et al. (2023) y Eckardt y Tamminen (2023) se destacaron por aplicar PRISMA-ScR y protocolos registrados en OSF, lo que refuerza la transparencia del proceso. No obstante, otras revisiones como García-Solà et al. (2023) o Fritsch et al. (2024) mostraron escasa reflexión crítica sobre las limitaciones de los estudios primarios, lo que limita la utilidad práctica de sus hallazgos.

Un aspecto positivo identificado fue el compromiso generalizado con las guías de reporte: casi la totalidad de las revisiones siguió PRISMA y en el caso de las revisiones de alcance, PRISMA-ScR. Asimismo, cerca del 50% de los estudios registraron sus protocolos en plataformas internacionales, reforzando la trazabilidad del proceso. Sin embargo, el resto de los estudios no reportó ningún registro, lo que constituye una limitación importante, especialmente en términos de reproducibilidad y control de sesgos de selección.

En conjunto, estos resultados confirman lo planteado en la literatura existente, si bien el campo de la Psicología del deporte ha crecido de manera sostenida en producción científica (Arruza y Arribas, 2008; Cox, 2012; Weinberg y Gould, 2010), la aplicación de herramientas metodológicas específicas aún presenta inconsistencias que dificultan establecer estándares comunes de calidad (Hernández-Mendo y Anguera, 2016).

Contribución específica de los 13 estudios metodológicamente más sólidos

El análisis focalizado en las 13 revisiones que alcanzaron el mejor desempeño metodológico permitió identificar patrones de buenas prácticas en la aplicación de herramientas de evaluación crítica dentro de la Psicología del deporte, que pueden orientar el desarrollo futuro del área. Estos estudios se caracterizaron por:

1. utilizar herramientas adecuadas a los diseños incluidos,
2. integrar los resultados de la evaluación crítica en la interpretación, y
3. presentar procesos de selección y síntesis transparentes.

Las revisiones que integran distintos tipos de evidencia, como Aitchison et al. (2022), Cadotte et al. (2024) y Corbett et al. (2023), podrían considerarse representativas de ciertas prácticas metodológicas que, en este conjunto, tenderían a mostrar un mayor grado de explicitación procedimental. En el caso de Aitchison et al. (2022), la combinación de herramientas diferenciadas según el diseño de los estudios incluidos (QATSDD, GRADE-CERQual y clases de evidencia), junto con la declaración de una doble evaluación y la disponibilidad de un registro previo, sugeriría un esfuerzo por integrar distintos niveles de valoración de manera coherente con la heterogeneidad de la evidencia. De modo similar, el trabajo de Cadotte et al. (2024) emplearía CASP de manera sistemática y documentaría de forma relativamente clara los pasos analíticos, lo que permitiría seguir la lógica de la síntesis. En Corbett et al. (2023), aun sin protocolo registrado, la aplicación explícita de CASP y la presentación de los resultados por estudio facilitarían una lectura más transparente de los criterios utilizados. En conjunto, estos ilustrarían cómo ciertas decisiones, justificación de herramientas, presentación detallada de los criterios aplicados o integración de la evaluación crítica en la interpretación, podrían contribuir a una mayor claridad en el proceso de revisión cuando se trabaja con evidencia heterogénea.

En el grupo de revisiones que incluyen metaanálisis, como Du y Ning (2024), Güllich et al. (2024), Harris et al. (2023), Wang et al. (2023) y Wilczyńska et al. (2022), se observaron decisiones metodológicas que podrían interpretarse como intentos de ajustar las herramientas de evaluación crítica al tipo de diseño predominante. La aplicación de instrumentos de evaluación metodológica (por ej., PEDro, MMAT, Downs y Black adaptado) junto con herramientas orientadas específicamente al riesgo de sesgo, como Cochrane RoB y procedimientos como la revisión por duplicado o la presentación tabulada de resultados, sugeriría una preocupación por mantener cierta consistencia analítica. No obstante, la ausencia frecuente de listas justificadas de estudios excluidos o de información sobre la financiación de los estudios primarios señalaría limitaciones compartidas que podrían matizar la interpretación de estas prácticas. El uso de GRADE en varios de estos trabajos permitiría, al menos en parte, visualizar de qué modo dimensiones como el riesgo de sesgo, la inconsistencia o la imprecisión podrían estar condicionando la certeza de los hallazgos. En este sentido, estos metaanálisis no deberían leerse como modelos cerrados, sino más bien como ejemplos que ilustran cómo decisiones metodológicas específicas pueden influir en la interpretación de los efectos sintetizados.

Por su parte, en las revisiones de alcance, como Ekelund et al. (2023), Voorheis et al. (2023) y Wilson et al. (2024) podría apreciarse una tendencia a apoyarse en marcos metodológicos estandarizados (principalmente JBI y PRISMA-ScR), lo cual facilitaría la transparencia en la presentación del proceso de mapeo. En algunos casos, como el de Ekelund et al. (2023), la elección de herramientas específicas para estudios de diseño diverso (MMAT y RoBiNT) sugeriría una intención de adaptar la valoración a la heterogeneidad de la evidencia. Otros trabajos, como los de Voorheis et al. (2023) y Wilson et al. (2024), combinarían búsquedas amplias, selección por duplicado y verificación independiente, lo que podría contribuir a reforzar la trazabilidad del proceso incluso cuando no se contempla la evaluación de calidad de los estudios primarios. Por su parte, la revisión de revisiones de Lange-Smith et al. (2024) representaría un ejemplo particular en el que la aplicación sistemática de AMSTAR 2 y el uso de la guía PRIOR permitirían explorar cómo se organizan los criterios de calidad en síntesis de nivel terciario, aunque con limitaciones vinculadas a la ausencia de extracción en duplicado o información financiera. En conjunto, estas

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

revisiones no ofrecerían un patrón uniforme, pero sí permitirían observar cómo distintas combinaciones de herramientas y procedimientos podrían influir en la claridad y utilidad del mapeo.

Limitaciones del estudio

A pesar de los aportes realizados, esta revisión de revisiones presenta una serie de limitaciones que deben considerarse. En primer lugar, aunque el volumen de publicaciones en Psicología del deporte ha crecido de manera sostenida, el número de revisiones que cumplen con criterios metodológicos rigurosos sigue siendo limitado. Esto se reflejó en las valoraciones bajas o críticamente bajas con AMSTAR 2 adaptada, en gran medida por la omisión de protocolos registrados y de listas justificadas de estudios excluidos, ítems críticos en esta herramienta (Shea et al., 2017). Esta situación restringe la posibilidad de realizar análisis más exhaustivos y comparaciones transversales entre diferentes contextos o subdisciplinas.

En segundo lugar, se adoptó un enfoque exclusivo en población deportiva, lo que permitió acotar el objeto de estudio, pero implicó dejar fuera revisiones con muestras mixtas (deportistas y población general), lo que podría haber aportado información complementaria.

Con respecto al diseño adoptado, se priorizó un panorama amplio sobre el uso de herramientas críticas. Si bien se aplicaron ítem por ítem las herramientas de evaluación, la síntesis narrativa se centró en clasificaciones globales, lo que abre la posibilidad de que futuros trabajos profundicen en análisis más granulares de cada dimensión metodológica.

En relación con la autoría, uno de los estudios incluidos fue elaborado por parte de los autores de esta revisión. Aunque ello podría suponer un posible sesgo de valoración, el riesgo se minimizó mediante la aplicación estricta de herramientas estandarizadas de evaluación crítica (AMSTAR 2, GRADE, JBI, CASP) y la revisión independiente por pares.

Finalmente, los resultados dependen de la calidad del reporte de las revisiones incluidas. Es posible que algunas buenas prácticas metodológicas se hayan aplicado sin ser descritas, lo que condiciona la clasificación global de la calidad. A ello se suma la decisión metodológica de restringir la búsqueda a publicaciones entre 2015 y 2025 en revistas revisadas por pares y excluir literatura gris, lo que pudo dejar fuera revisiones relevantes anteriores o no indexadas.

Asimismo, aunque en esta revisión se aplicó GRADE de forma sistemática en los metaanálisis, no se utilizaron los formatos tabulares estandarizados (Summary of Findings tables) recomendados por Schünemann et al. (2020). Este procedimiento asegura la máxima transparencia en la comunicación de la certeza de la evidencia, pero su aplicación resulta poco factible en revisiones de gran volumen como la presente. Esta decisión metodológica puede considerarse una limitación, si bien se adoptaron tablas adaptadas que permitieron sintetizar de manera clara los dominios y la certeza global de la evidencia.

Estas limitaciones no invalidan los hallazgos, pero sí marcan la necesidad de interpretarlos con cautela y de avanzar hacia estudios futuros que superen estas restricciones.

Líneas futuras de investigación y aplicaciones prácticas

Los hallazgos de esta revisión de revisiones acorde a su unidad de análisis (revisiones secundarias), ponen de relieve la necesidad de fortalecer la aplicación de herramientas metodológicas en la Psicología del deporte, lo cual abre diversas líneas de trabajo futuro.

En primer lugar, resultaría pertinente ampliar el número de revisiones sistemáticas con protocolos registrados en plataformas abiertas (ej. PROSPERO, OSF). Este aspecto constituye un requisito crítico para mejorar la transparencia y reproducibilidad de los estudios (Page et al., 2021). Asimismo, la inclusión sistemática de la lista de estudios excluidos con su justificación, ítem central en AMSTAR 2 (Shea et al., 2017) debería convertirse en una práctica estandarizada, ya que su omisión fue una de las limitaciones más recurrentes observadas.

En segundo lugar, sería necesario avanzar en una aplicación más rigurosa de GRADE en los metaanálisis. Muchos trabajos lo emplearon de manera parcial o narrativa, sin tabular dominios ni justificar las reducciones de certeza, lo cual limita la validez de las conclusiones. La adopción de formatos tabulares estandarizados, como los propuestos por Schünemann et al. (2020), permitiría mejorar la claridad en la interpretación de la certeza de la evidencia.

En tercer lugar, para las revisiones de alcance, futuras investigaciones podrían incorporar reflexiones críticas más sistemáticas sobre los estudios primarios incluidos, superando la tendencia a limitarse al mapeo descriptivo. Casos como Fritsch et al. (2024) o García-Solà et al. (2023) muestran que, aun cuando se cumplen los ítems del checklist JBI, el valor práctico del mapeo se reduce si no se explicitan las limitaciones metodológicas de la evidencia base.

Además, resulta de interés promover estudios comparativos entre herramientas críticas aplicadas a distintos tipos de revisiones (ej. AMSTAR 2 vs. JBI; CASP vs. AMSTAR 2 adaptado para revisiones de revisiones). Este tipo de trabajos podría ayudar a ajustar los instrumentos a las particularidades de la Psicología del deporte, donde conviven diseños observacionales, intervenciones experimentales y enfoques cualitativos.

En cuanto a las aplicaciones prácticas, los resultados de esta revisión de revisiones ofrecerían criterios útiles tanto para investigadores como para profesionales del ámbito deportivo. Para los investigadores, el uso estandarizado de herramientas metodológicas permitiría elevar la calidad de la evidencia disponible, facilitando la construcción de bases de conocimiento más sólidas. Para los profesionales (psicólogos del deporte, entrenadores, responsables de programas de intervención) una evidencia mejor evaluada redundaría en decisiones más informadas y éticamente fundamentadas, reforzando la transferencia entre investigación y práctica.

En síntesis, avanzar en estas líneas permitiría no solo mejorar la calidad de las revisiones en Psicología del deporte, sino también consolidar la disciplina en el marco de la ciencia abierta, reforzando la transparencia, la replicabilidad y la aplicabilidad de los hallazgos.

CONCLUSIONES

La presente revisión sistemática permitió identificar y analizar las principales herramientas de evaluación crítica metodológica utilizadas en investigaciones aplicadas a la Psicología del deporte. Partiendo de la necesidad planteada de contar con criterios rigurosos que orienten la calidad de la evidencia en este campo, se planteó como objetivo examinar qué escalas y herramientas se emplean en las revisiones, así como sus aplicaciones, limitaciones y niveles de adecuación.

Los resultados mostraron que, aunque existe un compromiso generalizado con el uso de estas herramientas, la calidad metodológica global de las revisiones sistemáticas sin y con metaanálisis, fue predominantemente baja o críticamente baja, debido a limitaciones recurrentes como la ausencia de protocolos registrados y de listas justificadas de estudios excluidos. En contraste, las revisiones de alcance alcanzaron niveles más altos de calidad metodológica, destacándose por la claridad en la delimitación de objetivos, criterios de inclusión y presentación de resultados, aunque adolecieron de reflexiones críticas más profundas sobre los estudios primarios.

Se identificaron 45 herramientas diferentes. Esta diversidad confirmaría la falta de homogeneidad en el uso de instrumentos, pero también daría cuenta de una tendencia hacia la adopción de herramientas consolidadas en salud y ciencias sociales.

El análisis exploratorio de un subconjunto de revisiones con mayor nivel de detalle metodológico permitió identificar algunos patrones en la selección y aplicación de herramientas de evaluación crítica.

La discusión de estos hallazgos permitió situar las fortalezas y debilidades identificadas en diálogo con la literatura previa. Si bien se registraron avances en la aplicación de herramientas críticas, persisten inconsistencias que limitan la comparabilidad y aplicabilidad de los resultados en Psicología del deporte. Asimismo, se señalaron las limitaciones de este trabajo, incluyendo la dependencia del reporte de los estudios incluidos y la restricción temporal y como líneas futuras de investigación que se orienten a promover el registro sistemático de protocolos, la justificación explícita en la elección de herramientas y la aplicación más rigurosa de los instrumentos disponibles.

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

En conjunto, esta revisión no pretende cerrar el debate metodológico, sino más bien aportar un panorama actualizado sobre el uso de herramientas de evaluación crítica en la Psicología del deporte, un ámbito en pleno auge que requiere cimentarse sobre bases empíricas sólidas. Los hallazgos reunidos, al evidenciar tanto carencias como buenas prácticas, ofrecen un marco de referencia útil para investigadores y profesionales, orientado a construir una disciplina más rigurosa y transparente. Consolidar estándares metodológicos no solo fortalecería la calidad y la aplicabilidad de la evidencia disponible, sino que también garantizaría que el crecimiento de la Psicología del deporte se sostenga en cimientos científicos firmes, capaces de responder a las demandas actuales y futuras del deporte y la sociedad. Tal como señalaba María Teresa Anguera, referente ineludible en el campo metodológico, “la investigación en psicología aplicada requiere de un compromiso constante con la calidad y la transparencia, pues solo así puede cumplir su función social y científica” (Anguera, 2011, p. 565).

Contribución de los autores:

Este manuscrito es el resultado de la colaboración equitativa y significativa de todos los autores. Cada autor ha contribuido integralmente a varias fases cruciales del estudio, asegurando la integridad y la alta calidad del trabajo presentado. Las contribuciones incluyen: diseño del estudio, recopilación y análisis de datos, redacción del manuscrito, revisión crítica, aprobación final del manuscrito.

Anexo:



Material complementario: tablas completas y Checklist PRISMA (2020)

URL: https://drive.google.com/file/d/1GUXqllh4wkyAyOt_vG29HB3H1aqMiYmb/view?usp=drive_link

REFERENCIAS

1. *Aditya, R., Mufidah, L. M., Ramadhan, M. R., Ramdani, N., y Hayati, A. N. (2024). La fortaleza mental puede tener un impacto en el rendimiento del atleta: revisión sistemática. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 53, 628–636. <https://doi.org/10.47197/retos.v53i53.104031>
2. AGREE Next Steps Consortium. (2009). *The AGREE II Instrument* [Versión electrónica]. Recuperado el 11 de mayo de 2025, de <https://www.agreetrust.org>
3. *Aitchison, B., Rushton, A. B., Martin, P., Barr, M., Soundy, A. y Heneghan, N. R. (2022). The experiences and perceived health benefits of individuals with a disability participating in sport: A systematic review and narrative synthesis. *Disability and Health Journal*, 15(1), 101164. <https://doi.org/10.1016/j.dhjo.2021.101164>
4. *Allan, V., Vierimaa, M., Gainforth, H. L., y Côté, J. (2018). The use of behaviour change theories and techniques in research-informed coach development programmes: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 11(1), 47–69. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2017.1286514>
5. *Andrade, A., D'Oliveira, A., Neiva, H. P., Gaertner, G., y da Cruz, W. M. (2024). Impact of the COVID-19 pandemic on the psychological aspects and mental health of elite soccer athletes: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 14, 1295652. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1295652>
6. Anguera, M. T. (2011). Posibilidades y relevancia de la observación sistemática por los profesionales de la actividad física y el deporte. *Revista de Psicología del Deporte*, 20(2), 563–588. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77812441012>
7. Anguera Argilaga, M. T., Camerino Foguet, O., Castañer Balcells, M. y Sánchez Algarra, P. (2014). Mixed methods en la investigación de la actividad física y el deporte. *Revista de Psicología del Ejercicio y el Deporte*, 23(1), 123–130. <https://hdl.handle.net/2445/114836>

8. Anguera, M. T., Blanco-Villaseñor, Á., Hernández-Mendo, A. y Losada, J. L. (2011a). Diseños observacionales: ajuste y aplicación en psicología del deporte. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 11(2), 63–76. <https://revistas.um.es/cpd/article/view/133241>
9. *Annear, A., Sole, G., y Devan, H. (2019). What are the current practices of sports physiotherapists in integrating psychological strategies during athletes' return-to-play rehabilitation? Mixed methods systematic review. *Physical Therapy in Sport*, 38, 96–105. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2019.04.018>
10. Aria, M. y Cuccurullo, C. (2017) bibliometrix: An R-tool for comprehensive science mapping analysis, *Journal of Informetrics*, 11(4), pp 959-975, Elsevier. <https://doi.org/10.1016/j.joi.2017.08.007>
11. Aromataris, E., y Munn, Z. (Eds.). (2020). *JBIManual for Evidence Synthesis*. Joanna Briggs Institute. <https://synthesismanual.jbi.global>
12. Arruza, J. A. y Arribas, S. (2008). *La investigación de la actividad física y el deporte*. Revista de Psicodidáctica, 13(1), 111–131. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=17513107>
13. Bailey, R., Hillman, C., Arent, S. y Petitpas, A. (2013). Physical activity: An underestimated investment in human capital? *Journal of Physical Activity and Health*, 10(3), 289–308. <https://doi.org/10.1123/jpah.10.3.289>
14. *Barros, S., Viana, R. B., Wainwright, M., Coelho, R. M., Sousa, P., Carvalho, A., Monteiro, D., y Faulkner, G. (2025). Defining health promoting sports coaches skills: A systematic review. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1336426. <https://doi.org/10.3389/fsals.2024.1336426>
15. *Barth, M., Güllich, A., Forstinger, C. A., Schlesinger, T., Schröder, F., y Emrich, E. (2021). Retirement of professional soccer players – A systematic review from social sciences perspectives. *Journal of Sports Sciences*, 39(8), 903–914. <https://doi.org/10.1080/02640414.2020.1851449>
16. Bento, T. (2014). Revisões sistemáticas em desporto e saúde: Orientações para o planeamento, elaboração, redação e avaliação. *Motricidade*, 10(1), 107–123. [https://doi.org/10.6063/motricidade.10\(1\).2273](https://doi.org/10.6063/motricidade.10(1).2273)
17. *Bento, T., Vitorino, A., Cid, L., Monteiro, D., y Couto, N. (2024). Analysing the relation between passion, motivation, and subjective well-being in sport: A systematic review. *Sports*, 12(10), 279. <https://doi.org/10.3390/sports12100279>
18. Berra, S., Elorza-Ricart, J. M., Estrada, M. D., y Sánchez, E. (2008). Instrumento para la lectura crítica y la evaluación de estudios epidemiológicos transversales. *Gaceta Sanitaria*, 22(5), 492–497. <https://doi.org/10.1157/13126932>
19. Blanco, A., y Rodríguez-Marín, J. (2007). *Evaluación psicológica: Fundamentos, modelos y áreas de aplicación*. Pearson Educación.
20. Bono, C. M., Watters, W. C., Heggeness, M. H., Resnick, D. K., Shaffer, W. O., y Baisden, J. L. (2009). An introduction to the Universal International Classification of Evidence-Based Spine Care. *The Spine Journal*, 9(7), 651–652. <https://doi.org/10.1016/j.spinee.2009.03.001>
21. Bores-García, D., Hortigüela-Alcalá, D., González-Calvo, G., y Fernández-Río, J. (2020). Aplicación de un sistema de evaluación de la calidad metodológica en estudios de intervención educativa en Educación Física: Propuesta y validación. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 38, 494–501. <https://doi.org/10.47197/retos.v38i38.81758>
22. *Breslin, G., Shannon, S., Haughey, T., Donnelly, P., y Leavey, G. (2017). A systematic review of interventions to increase awareness of mental health and well-being in athletes, coaches and officials. *Systematic Reviews*, 6(1), 177. <https://doi.org/10.1186/s13643-017-0568-6>
23. *Bu, D., Chung, P.-K., Zhang, C.-Q., Liu, J., y Wang, X. (2020). Mental health literacy intervention on help-seeking in athletes: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 7263. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197263>
24. *Cadotte, G., Duncan, L. R., y Caron, J. G. (2024). Athletes' lived experiences recovering from and returning to sport following a sport-related concussion: A meta-synthesis of qualitative studies. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2024.2431496>
25. Campbell, M., McKenzie, J. E., Sowden, A., Katikireddi, S. V., Brennan, S. E., Ellis, S., Hartmann-Boyce, J. y Thomas, J. (2020). Synthesis without meta-analysis (SWiM) in systematic reviews: Reporting guideline. *BMJ*, 368, 16890. <https://doi.org/10.1136/bmj.16890>

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

26. *Cardoso-Marinho, B., Barbosa, A., Bolling, C., Marques, J. P., Figueiredo, P., y Brito, J. (2022). The perception of injury risk and prevention among football players: A systematic review. *Frontiers in Sports and Active Living*, 4, 1018752. <https://doi.org/10.3389/fspor.2022.1018752>
27. Caspersen, C. J., Powell, K. E. y Christenson, G. M. (1985). Physical activity, exercise, and physical fitness: Definitions and distinctions for health-related research. *Public Health Reports*, 100(2), 126–131. PMID: [PMC1424733](https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1424733/)
28. *Chan, A. S. W., Choong, A., Phang, K. C., Leung, L. M., Tang, P. M. K., y Yan, E. (2024). Societal discrimination and mental health among transgender athletes: A systematic review and meta-analysis. *BMC Psychology*, 12(24). <https://doi.org/10.1186/s40359-023-01493-9>
29. *Cheng, M.-Y., Yu, C.-L., An, X., Wang, L., Tsai, C.-L., Qi, F., y Wang, K.-P. (2024). Evaluating EEG neurofeedback in sport psychology: A systematic review of RCT studies for insights into mechanisms and performance improvement. *Frontiers in Psychology*, 15, 1331997. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1331997>
30. *Chhabra, B., Nazlıgül, M. D., y Szabo, A. (2024). Exercise addiction in team sports: A systematic literature review. *Scandinavian Journal of Psychology*, 65(5), 846–857. <https://doi.org/10.1111/sjop.13026>
31. Child Care y Early Education Research Connections (CCEERC). (2011). *Research quality assessment tool for quantitative studies*. Office of Planning, Research and Evaluation (OPRE), Administration for Children and Families, U.S. Department of Health and Human Services. Retrieved from <https://childcareconnections.org>
32. Cicolini, G., Comparcini, D., y Simonetti, V. (2014). Workplace empowerment and nurses' job satisfaction: A systematic literature review. *Journal of Nursing Management*, 22(7), 855–871. <https://doi.org/10.1111/jonm.12028>
33. Coleman, B. D., Khan, K. M., Maffulli, N., Cook, J. L. y Wark, J. D. (2000). Studies of surgical outcome after patellar tendinopathy: Clinical significance of methodological deficiencies and guidelines for future studies. *Scandinavian Journal of Medicine y Science in Sports*, 10(1), 2–11. <https://doi.org/10.1034/j.1600-0838.2000.010001002.x>
34. *Cook, G. M., Fletcher, D., y Carroll, C. (2020). Psychosocial functioning of Olympic coaches and its perceived effect on athlete performance: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 256–281. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1802769>
35. *Corbett, R., Partington, M., Ryan, L., y Cope, E. (2023). A systematic review of coach augmented verbal feedback during practice and competition in team sports. *International Journal of Sports Science y Coaching*, 19(2), 864–881. <https://doi.org/10.1177/17479541231218665>
36. *Cosh, S. M., McNeil, D. G., Jeffreys, A., Clark, L., y Tully, P. J. (2024). Athlete mental health help-seeking: A systematic review and meta-analysis of rates, barriers and facilitators. *Psychology of Sport and Exercise*, 71, 102586. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102586>
37. Cox, R. H. (2012). *Psychology of sport and exercise* (6th ed.). New York: McGraw-Hill.
38. Critical Appraisal Skills Programme. (2018). *CASP checklists*. Oxford: CASP UK. <https://casp-uk.net/casp-tools-checklists/>
39. Crombie, I. K. (1996). *The pocket guide to critical appraisal: A handbook for health care professionals*. London: BMJ Publishing Group.
40. *Çakın, G., Juwono, I. D., Potenza, M. N., y Szabo, A. (2021). Exercise addiction and perfectionism: A systematic review of the literature. *Current Addiction Reports*, 8(2), 144–155. <https://doi.org/10.1007/s40429-021-00358-8>
41. *Da Silva, E. J., Evans, M. B., Lefebvre, J. S., Allan, V., Côté, J., y Palmeira, A. (2020). A systematic review of intrapersonal coach development programs: Examining the development and evaluation of programs to elicit coach reflection. *International Journal of Sports Science y Coaching*, 15(5–6), 818–837. <https://doi.org/10.1177/1747954120943508>
42. Deeks, J. J., Dinnes, J., D'Amico, R., Sowden, A. J., Sakarovitch, C., Song, F., Petticrew, M., Altman, D. G., International Stroke Trial Collaborative Group, y European Carotid Surgery Trial Collaborative Group. (2003). Evaluating non-randomised intervention studies. *Health Technology Assessment*, 7(27), 1–173. <https://doi.org/10.3310/hta7270>

43. de Morton, N. A. (2009). *The PEDro scale is a valid measure of the methodological quality of clinical trials: a demographic study of scale reliability and construct validity*. *Physical Therapy*, 89(9), 873–880. <https://doi.org/10.2522/ptj.20080347>
44. Downes, M. J., Brennan, M. L., Williams, H. C., y Dean, R. S. (2016). Development of a critical appraisal tool to assess the quality of cross-sectional studies (AXIS). *BMJ Open*, 6(12), e011458. <https://doi.org/10.1136/bmjopen-2016-011458>
45. *Dominski, F. H., Serafim, T. T., Siqueira, T. C., y Andrade, A. (2021). Psychological variables of CrossFit participants: A systematic review. *Sport Sciences for Health*, 17(1), 21–41. <https://doi.org/10.1007/s11332-020-00685-9>
46. Downs, S. H. y Black, N. (1998). The feasibility of creating a checklist for the assessment of the methodological quality both of randomised and non-randomised studies of health care interventions. *Journal of Epidemiology y Community Health*, 52(6), 377–384. <https://doi.org/10.1136/jech.52.6.377>
47. *Du, S., y Ning, Z. (2024). Exploring mindfulness interventions across cultures: A comparative meta-analysis of mindfulness interventions for athletes in Western and Eastern contexts. *Frontiers in Psychology*, 15, 1449886. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1449886>
48. Durant, R. H. (1994). Checklist for the evaluation of research articles. *Journal of Adolescent Health*, 15(1), 4–8. [https://doi.org/10.1016/1054-139X\(94\)90381-6](https://doi.org/10.1016/1054-139X(94)90381-6)
49. *Eckardt, V. C., y Tamminen, K. A. (2023). A scoping review on interpersonal coping in sports. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1–27. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2023.2251137>
50. *Edison, B. R., Christino, M. A., y Rizzone, K. H. (2021). Athletic identity in youth athletes: A systematic review of the literature. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(14), 7331. <https://doi.org/10.3390/ijerph18147331>
51. *Ekelund, R., Holmström, S., Gustafsson, H., Ivarsson, A., Lundqvist, C., y Stenling, A. (2023). Interventions for improving mental health in athletes: A scoping review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2023.2258383>
52. *Everhart, J. S., Best, T. M., y Flanigan, D. C. (2015). Psychological predictors of anterior cruciate ligament reconstruction outcomes: A systematic review. *Knee Surgery, Sports Traumatology, Arthroscopy*, 23(3), 752–762. <https://doi.org/10.1007/s00167-013-2699-1>
53. García Ferrando, M. (2001). *Los españoles y el deporte: Prácticas y comportamientos en la última década del siglo XX*. Madrid: Centro de Investigaciones Sociológicas.
54. García-García, M. J., López-González, L., y Díaz-Castro, M. J. (2012). Instrumentos de evaluación de la calidad metodológica de estudios observacionales en psicología y ciencias de la salud. *Anales de Psicología*, 28(2), 823–834. <https://doi.org/10.6018/analesps.28.2.148911>
55. Hardman, A. E. y Stensel, D. J. (2009). *Physical activity and health: The evidence explained* (2nd ed.). London: Routledge.
56. Hernández-Mendo, A. y Anguera, M. T. (2016). Metodología observacional y psicología del deporte: Estado de la cuestión. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 16(3), 63–76. <https://www.redalyc.org/pdf/2351/235129571018.pdf>
57. Fernández-Ballesteros, R. (2004). *Evaluación psicológica*. Ediciones Pirámide.
58. Fernández-Ríos, L. y Buela-Casal, G. (2009). Standards for the preparation and writing of Psychology review articles. *International Journal of Clinical and Health Psychology*, 9(2), 329-344.
59. *Ferreira, R. W., de Athayde Costa e Silva, A., Brandão, M. R. F., Magno e Silva, M. P., Gaia, J. W. P., y Pires, D. A. (2023). Burnout syndrome and coping strategies in athletes with disabilities: A systematic review. *Current Psychology*, 43, 11023–11036. <https://doi.org/10.1007/s12144-023-05186-9>
60. *Ferreira, J. G., Rodrigues, F., Sobreiro, P., Silva, M., Santos, F. J., Carvalho, G., Hernández Mendo, A., y Rodrigues, J. (2024). Social support, network, and relationships among coaches in different sports: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 15, 1301978. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1301978>
61. *Filbay, S. R., Pandya, T., Thomas, B., McKay, C., Adams, J., y Arden, N. K. (2019). Quality of life and life satisfaction in former athletes: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 49(11), 1723–1738. <https://doi.org/10.1007/s40279-019-01163-0>

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

62. *Fogaça, J. L., Quartiroli, A., y Wagstaff, C. R. D. (2024). Professional development of sport psychology practitioners: From systematic review to a model of development. *Psychology of Sport and Exercise*, 70, 102550. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102550>
63. Fong, C. J., Davis, C. W., Kim, Y. W., Scholtz, S. N., Hoang, T., y Krause, J. M. (2021a). The development and validation of the Risk of Bias Utilized for Survey Tools (ROBUST) for assessing risk of bias in survey studies in psychology. *American Psychologist*, 76(9), 1351–1366 <https://doi.org/10.5964/meth.4329>
64. Fong, C. J., Kim, Y. W., Davis, C. W., Hoang, T., Scholtz, S. N., Leach, J. K., y Krause, J. M. (2021b). The development and preliminary validation of the Quality Assessment Checklist for Survey Studies in Psychology (Q-SSP). *American Psychologist*, 76(8), 1266–1282. <https://doi.org/10.5964/meth.4789>
65. *Frost, J., Walton, C. C., Purcell, R., Fisher, K., Gwyther, K., Kocherginsky, M., y Rice, S. M. (2024). The mental health of elite-level coaches: A systematic scoping review. *Sports Medicine - Open*, 10(16). <https://doi.org/10.1186/s40798-023-00655-8>
66. *Gao, Z., Chee, C. S., Norjali Wazir, M. R. W., Wang, J., Zheng, X., y Wang, T. (2024). The role of parents in the motivation of young athletes: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 14, 1291711. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1291711>
67. *Garcés de Los Fayos López, E., Garcés de Los Fayos Ruiz, E. J., y Ortín Montero, F. J. (2023). Ira y personalidad como dos factores relacionados en el deporte: una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 23(1), 21–37. <https://doi.org/10.6018/cpd.507391>
68. *García, A. J., Fong, C. J., y Regalado, Y. M. (2023). Motivational, identity-based, and self-regulatory factors associated with academic achievement of US collegiate student-athletes: A meta-analytic investigation. *Educational Psychology Review*, 35, 14. <https://doi.org/10.1007/s10648-023-09730-8>
69. *García-Solà, M., Ramis, Y., Borrueco, M., y Torregrossa, M. (2023). *Dual Careers in Women's Sports: A Scoping Review*. *Apuntes Educación Física y Deportes*, 154, 16–33. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2023/4\).154.02](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2023/4).154.02)
70. Genaidy, A. M., LeMasters, G. K., Lockey, J., Succop, P., Deddens, J., Sobeih, T., y Dunning, K. (2007). An epidemiological appraisal instrument – a tool for evaluation of epidemiological studies. *Ergonomics*, 50(6), 920–960. <https://doi.org/10.1080/00140130701237667>
71. *Gil-Caselles, L., Ruiz Barquín, R., Giménez Egido, J. M., y Olmedilla-Zafra, A. (2024). Bidirectional relationship between mental health and sport injuries: A review of reviews. *Apuntes Sports Medicine*, 59, 100452. <https://doi.org/10.1016/j.apunsm.2024.100452>
72. *Gill, V. S., Sullivan, G., Stearns, H., Tummala, S. V., Haglin, J. M., Economopoulos, K. J., Marks, L., y Chauhan, M. (2024). Mental health in elite athletes: A systematic review of suicidal behaviour as compared to the general population. *Sports Medicine*, 54, 1499–1516. <https://doi.org/10.1007/s40279-024-01998-2>
73. *Gledhill, A., Harwood, C. G., y Forsdyke, D. (2017). Psychosocial factors associated with talent development in football: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 31, 93–112. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.04.002>
74. *Gledhill, A., Forsdyke, D., y Murray, E. (2018). Psychological interventions used to reduce sports injuries: a systematic review of real-world effectiveness. *British Journal of Sports Medicine*, 52, 1–6. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2017-097694>
75. *Goddard, K., Roberts, C.-M., Byron-Daniel, J., y Woodford, L. (2020). Psychological factors involved in adherence to sport injury rehabilitation: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1744179>
76. *Golding, L., Gillingham, R. G., y Perera, N. K. P. (2020). *The prevalence of depressive symptoms in high-performance athletes: A systematic review*. *The Physician and Sportsmedicine*, 48(4), 372–381. <https://doi.org/10.1080/00913847.2020.1713708>
77. González Fernández, M. D. (2010). Evaluación psicológica en el deporte: Aspectos metodológicos y prácticos. *Papeles del Psicólogo*, 31(3), 272–279. <https://www.papelesdelpsicologo.es/pdf/1854.pdf>
78. *González, J., Garita-Campos, D., y Godoy-Izquierdo, D. (2018). La triada oscura de la personalidad y sus implicaciones psicológicas en el deporte. Una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 18(2), 187–204. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=227075369014>

79. *González-Villora, S., Prieto-Ayuso, A., Cardoso, F., y Teoldo, I. (2022). *The role of mental fatigue in soccer: a systematic review*. *International Journal of Sports Science y Coaching*, 17(4), 903–916. <https://doi.org/10.1177/17479541211069536>
80. Grilli Cadieux, E., Gemme, C., y Dupuis, G. (2021). Effects of yoga interventions on psychological health and performance of competitive athletes: A systematic review. *Journal of Science in Sport and Exercise*, 3(2), 158–166. <https://doi.org/10.1007/s42978-020-00104-y>
81. *Güllich, A., y Barth, M. (2024). Effects of early talent promotion on junior and senior performance: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 54, 697–710. <https://doi.org/10.1007/s40279-023-01957-3>
82. *Gupta, S., y McCarthy, P. J. (2022). The sporting resilience model: A systematic review of resilience in sport performers. *Frontiers in Psychology*, 13, 1003053. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1003053>
83. Guyatt, G. H., Oxman, A. D., Vist, G. E., Kunz, R., Falck-Ytter, Y., Alonso-Coello, P., y Schünemann, H. J. (2008). GRADE: An emerging consensus on rating quality of evidence and strength of recommendations. *BMJ*, 336(7650), 924–926. <https://doi.org/10.1136/bmj.39489.470347.AD>
84. *Harris, D. J., Allen, K. L., Vine, S. J., y Wilson, M. R. (2023). A systematic review and meta-analysis of the relationship between flow states and performance. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 16(1), 693–721. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1929402>
85. *Hase, A., O'Brien, J., Moore, L. J., y Freeman, P. (2018). The relationship between challenge and threat states and performance: A systematic review. *Sport, Exercise, and Performance Psychology*, 8(2), 123–144. <https://doi.org/10.1037/spy0000132>
86. Hawker, S., Payne, S., Kerr, C., Hardey, M., y Powell, J. (2002). Appraising the evidence: Reviewing disparate data systematically. *Qualitative Health Research*, 12(9), 1284–1299. <https://doi.org/10.1177/1049732302238251>
87. Higgins, J. P. T., Altman, D. G., Gøtzsche, P. C., Jüni, P., Moher, D., Oxman, A. D., Savović, J., Schulz, K. F., Weeks, L., Sterne, J. A. C., y the Cochrane Bias Methods Group and the Cochrane Statistical Methods Group. (2011). The Cochrane Collaboration's tool for assessing risk of bias in randomised trials. *BMJ*, 343, d5928. <https://doi.org/10.1136/bmj.d5928>
88. Higgins, J.P.T., Green, S. (2011). *Manual Cochrane de revisiones sistemáticas de intervenciones*. The Cochrane Collaboration.
89. Higgins, J. P. T., Thomas, J., Chandler, J., Cumpston, M., Li, T., Page, M. J., y Welch, V. A. (Eds.). (2019). *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions* (Versión 6.0, 2nd ed.). Wiley-Blackwell. <https://training.cochrane.org/handbook>
90. Hong, Q. N., Pluye, P., Fàbregues, S., Bartlett, G., Boardman, F., Cargo, M., Dagenais, P., Gagnon, M. P., Griffiths, F., Nicolau, B., O'Cathain, A., Rousseau, M. C., Vedel, I. (2018). *Mixed Methods Appraisal Tool (MMAT), version 2018*. Canadian Intellectual Property Office. <http://mixedmethodsappraisaltoolpublic.pbworks.com/>
91. *Houston, M. N., Hoch, M. C., y Hoch, J. M. (2016). Health-related quality of life in athletes: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Athletic Training*, 51(6), 442–453. <https://doi.org/10.4085/1062-6050-51.7.03>
92. *Howells, K., Sarkar, M., y Fletcher, D. (2017). Can athletes benefit from difficulty? A systematic review of growth following adversity in competitive sport. *Progress in Brain Research*, 234, 117–159. <https://doi.org/10.1016/bs.pbr.2017.06.002>
93. Hoy, D., Brooks, P., Woolf, A., Blyth, F., March, L., Bain, C., Baker, P., Smith, E., y Buchbinder, R. (2012). Assessing risk of bias in prevalence studies: modification of an existing tool and evidence of interrater agreement. *Journal of Clinical Epidemiology*, 65(9), 934–939. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2011.11.014>
94. *Isaji, Y., Uchino, S., Inada, R., y Saito, H. (2024). Effectiveness of psychological intervention following anterior cruciate ligament reconstruction: A systematic review and meta-analysis. *Physical Therapy in Sport*, 69, 40–50. <https://doi.org/10.1016/j.ptsp.2024.07.003>

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

95. *Ivarsson, A., Kilhage-Persson, A., Martindale, R., Priestley, D., Huijgen, B., Arden, C., y McCall, A. (2020). Psychological factors and future performance of football players: A systematic review with meta-analysis. *Journal of Science and Medicine in Sport*, 23(5), 415–420. <https://doi.org/10.1016/j.jsams.2019.10.021>
96. Jefferies, P., Gallagher, P., y Dunne, S. (2012). The role of psychosocial factors in predicting the onset of chronic pain: A systematic review. *Psychology, Health y Medicine*, 17(5), 583–597. <https://doi.org/10.1080/13548506.2011.647701>
97. *John, J. M., Gropper, H., y Thiel, A. (2019). The role of critical life events in the talent development pathways of athletes and musicians: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 45, 101565. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101565>
98. *Kew, M. E., Dave, U., Marmor, W., Olsen, R., Tsai, S. H. L., Kuo, L.-T., y Ling, D. I. (2024). *Sex Differences in Mental Health Symptoms in Elite Athletes: A Systematic Review and Meta-analysis*. *Sports Health*. <https://doi.org/10.1177/19417381241264491>
99. *Kim, S. (2024). Sexual harassment, abuse and intimate relationships between coaches and athletes: a systematic review. *Sport, Education and Society*. <https://doi.org/10.1080/13573322.2024.2379941>
100. Kim, S. Y., Park, J. E., Lee, Y. J., Seo, H. J., Sheen, S. S., Hahn, S., Jang, B. H., Son, H. J., Shin, C. M., y Lee, S. (2013). Testing a tool for assessing the risk of bias for nonrandomized studies showed moderate reliability and promising validity. *Journal of Clinical Epidemiology*, 66(4), 408–414. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2012.09.016>
101. *Kim, T. Y., y Kim, J. H. (2021). Performance enhancement through meditation in athletes: Insights from a systematic review of randomized controlled trials. *Explore*, 17(5), 403–409. <https://doi.org/10.1016/j.explore.2021.02.003>
102. *Kinoshita, K., Sato, S., y Sugimoto, D. (2024). Conceptualisation, measurement, and associated factors of eudaimonic well-being of athletes: A systematic review. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(8), 1877–1907. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2246055>
103. Kmet, L. M., Lee, R. C. y Cook, L. S. (2004). *Standard quality assessment criteria for evaluating primary research papers from a variety of fields*. Alberta Heritage Foundation for Medical Research (AHFMR).
104. *Kristensen, J. Å., Skilbred, A., Abrahamsen, F. E., Ommundsen, Y., y Loland, S. (2022). Performance-enhancing and health-compromising behaviors in youth sports: A systematic mixed-studies review. *Performance Enhancement y Health*, 10, 100237. <https://doi.org/10.1016/j.peh.2022.100237>
105. *Kuo, L.-T., Tsai, S.-H. L., Dave, U., Marmor, W. A., Olsen, R., Jivanelli, B., Kew, M. E., y Ling, D. I. (2025). Exploring mental health symptoms in elite athletes during the COVID-19 pandemic: A systematic review and meta-analysis on sex differences. *PLOS ONE*, 20(1), e0314996. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0314996>
106. *Lafuente, J. C., Zubiaur, M., y Gutiérrez-García, C. (2021). Effects of martial arts and combat sports training on anger and aggression: A systematic review. *Aggression and Violent Behavior*, 58, 101611. <https://doi.org/10.1016/j.avb.2021.101611>
107. *Lange-Smith, S., Cabot, J., Coffee, P., Gunnell, K., y Tod, D. (2024). The efficacy of psychological skills training for enhancing performance in sport: A review of reviews. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 22(4), 1012–1029. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2168725>
108. Law, M., Stewart, D., Pollock, N., Letts, L., Bosch, J. y Westmorland, M. (1998). *Guidelines for Critical Review Form – Quantitative Studies*. McMaster University, Occupational Therapy Evidence-Based Practice Research Group.
109. *Leis, O., Sharpe, B. T., Pelikan, V., Fritsch, J., Nicholls, A. R., y Poulus, D. (2024). Stressors and coping strategies in esports: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*. Advance online publication. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2024.2386528>
110. Letts, L., Wilkins, S., Law, M., Stewart, D., Bosch, J., y Westmorland, M. (2007). *Guidelines for critical review form: Qualitative studies* (Version 2.0). McMaster University, Occupational Therapy Evidence-Based Practice Research Group. <https://srs-mcmaster.ca/wp-content/uploads/2015/05/Guidelines-for-Critical-Review-Form-Qualitative-Studies.pdf>

111. Lewin, S., Booth, A., Glenton, C., Munthe-Kaas, H., Rashidian, A., Wainwright, M., ... y Noyes, J. (2018). Applying GRADE-CERQual to qualitative evidence synthesis findings: Introduction to the series. *Implementation Science*, 13, Article 2. <https://doi.org/10.1186/s13012-017-0688-3>
112. *Li, C., Zhu, Y., Zhang, M., Gustafsson, H., y Chen, T. (2019). Mindfulness and athlete burnout: A systematic review and meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(3), 449. <https://doi.org/10.3390/ijerph16030449>
113. Liberati, A., Altman, D. G., Tetzlaff, J., Mulrow, C., Gøtzsche, P. C., Ioannidis, J. P. A., Clarke, M., Devereaux, P. J., Kleijnen, J., y Moher, D. (2009). *The PRISMA statement for reporting systematic reviews and meta-analyses of studies that evaluate healthcare interventions: Explanation and elaboration*. PLoS Medicine, 6(7), e1000100. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.1000100>
114. *Lindsay, P., Spittle, M., Spittle, S., y Mooney, R. (2023). Mental imagery training programs for developing sport-specific motor skills: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 68, 102470. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2023.102470>
115. *Liu, S., y Noh, Y.-E. (2024). The effectiveness and applicability of mindfulness intervention in psychological adaptation after sports injury: A systematic review. *Australian Journal of Psychology*, 76(1), 2357627. <https://doi.org/10.1080/00049530.2024.2357627>
116. *Lochbaum, M., y Sisneros, C. (2024a). A systematic review with a meta-analysis of the motivational climate and hedonic well-being constructs: The importance of the athlete level. *European Journal of Investigation in Health, Psychology and Education*, 14(4), 976–1001. <https://doi.org/10.3390/ejihpe14040064>
117. *Lochbaum, M., y Sisneros, C. (2024b). Situational and Dispositional Achievement Goals and Measures of Sport Performance: A Systematic Review with a Meta-Analysis. *Sports*, 12(11), 299. <https://doi.org/10.3390/sports12110299>
118. *Lochbaum, M., Sherburn, M., Sisneros, C., Cooper, S., Lane, A. M., y Terry, P. C. (2022). Revisiting the self-confidence and sport performance relationship: A systematic review with meta-analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6381. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116381>
119. *Lochbaum, M., Sisneros, C., Cooper, S., y Terry, P. C. (2023). Pre-Event Self-Efficacy and Sports Performance: A Systematic Review with Meta-Analysis. *Sports*, 11(11), 222. <https://doi.org/10.3390/sports11110222>
120. Lorenc, T., Petticrew, M., Whitehead, M., Neary, D., Clayton, S., Wright, K., Thomson, H., Cummins, S., Sowden, A., y Renton, A. (2014). *Crime, fear of crime and mental health: Synthesis of theory and systematic reviews of interventions and qualitative evidence*. *Public Health Research*, 2(2), 1–398. <https://doi.org/10.3310/phr02020>
121. Ma, L. L., Wang, Y. Y., Yang, Z. H., Huang, D., Weng, H., y Zeng, X. T. (2020). Methodological quality (risk of bias) assessment tools for primary and secondary medical studies: What are they and which is better? *Military Medical Research*, 7(1), 7. <https://doi.org/10.1186/s40779-020-00238-8>
122. *Mangan, K., Andrews, K., Miles, B., y Draper, N. (2025). The psychology of rock climbing: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 76, 102763. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102763>
123. *Marconcin, P., Silva, A. L., Flôres, F., Nunes, A., Lourenço, J. F., Peralta, M., y Minghelli, B. (2023). *Association between musculoskeletal injuries and depressive symptoms among athletes: A systematic review*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(12), 6130. <https://doi.org/10.3390/ijerph20126130>
124. *Martínez-Ramírez, D. E., Camacho Ruíz, E. J., Ibarra Espinosa, M. L., García Rodríguez, J., y Flores Pérez, V. (2024). Sports performance in function of self-efficacy: a systematic review. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 19(61), 2054. <https://doi.org/10.12800/ccd.v19i61.2054>
125. Meng, X., Yu, D., Chen, Y., Zhang, L., y Fu, X. (2023). Association between childhood maltreatment and empathy: A three-level meta-analytic review. *Acta Psychologica Sinica*, 55(8), 1285–1303. <https://doi.org/10.3724/SP.J.1041.2023.01285>
126. *Merino, V., Jordana, A., y Alcaraz, S. (2023). Influencia del feedback de entrenadoras/es sobre el refinamiento de destrezas motrices en deportistas experimentados/as: una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 23(2), 38–74. <https://psycnet.apa.org/record/2024-02022-004>

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

127. *Mira, T., Costa, A. M., Jacinto, M., Diz, S., Monteiro, D., Rodrigues, F., Matos, R., y Antunes, R. (2023). Well-being, resilience and social support of athletes with disabilities: A systematic review. *Behavioral Sciences*, 13(5), 389. <https://doi.org/10.3390/bs13050389>
128. *Montenegro-Bonilla, A., Becerra-Patiño, B. A., Pino-Ortega, J., Hernández-Beltrán, V., y Gamonales, J. M. (2024). Influencia de la inteligencia emocional en el rendimiento deportivo: una revisión sistemática. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24(3), 34–52. <https://doi.org/10.6018/cpd.617181>
129. Munafò, M. R., Nosek, B. A., Bishop, D. V. M., Button, K. S., Chambers, C. D., Percie du Sert, N., Simonsohn, U., Wagenmakers, E.-J., Ware, J. J., y Ioannidis, J. P. A. (2017). A manifesto for reproducible science. *Nature Human Behaviour*, 1(1), 0021. <https://doi.org/10.1038/s41562-016-0021>
130. *Murdoch, E. M., Lines, R. L. J., Crane, M. F., Ntoumanis, N., Brade, C., Quested, E., Ayers, J., y Gucciardi, D. F. (2024). The effectiveness of stress regulation interventions with athletes: A systematic review and multilevel meta-analysis of randomised controlled trials. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 145–181. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1977974>
131. *Myall, K., Montero-Marín, J., Gorczyński, P., Kajee, N., Syed Sheriff, R., Bernard, R., Harriss, E., y Kuyken, W. (2023). Effect of mindfulness-based programmes on elite athlete mental health: A systematic review and meta-analysis. *British Journal of Sports Medicine*, 57(2), 99–108. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2022-105596>
132. National Institute for Health and Care Excellence (NICE). (2012). *The guidelines manual*. London: NICE.
133. National Heart, Lung, and Blood Institute (NHLBI). (2019). *Study Quality Assessment Tools: Quality Assessment Tool for Observational Cohort and Cross-Sectional Studies*. National Institutes of Health. <https://www.nhlbi.nih.gov/health-topics/study-quality-assessment-tools>
134. *Niering, M., Monsberger, T., Seifert, J., y Muehlbauer, T. (2023). Effects of psychological interventions on performance anxiety in performing artists and athletes: A systematic review with meta-analysis. *Behavioral Sciences*, 13(11), 910. <https://doi.org/10.3390/bs13110910>
135. *Noh, Y.-E., y Shahdan, S. (2020). A systematic review of religion/spirituality and sport: A psychological perspective. *Psychology of Sport and Exercise*, 46, 101603. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2019.101603>
136. *Norris, L. A., Didymus, F. F., y Kaiseler, M. (2017). Stressors, coping, and well-being among sports coaches: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 33, 93–112. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2017.08.005>
137. Nosek, B. A., Alter, G., Banks, G. C., Borsboom, D., Bowman, S. D., Breckler, S. J., Buck, S., Chambers, C. D., Chin, G., Christensen, G., Contestabile, M., Dafoe, A., Eich, E., Freese, J., Glennerster, R., Goroff, D., Green, D. P., Hesse, B., Humphreys, M., ... Yarkoni, T. (2015). Promoting an open research culture. *Science*, 348(6242), 1422–1425. <https://doi.org/10.1126/science.aab2374>
138. Noyes, J., Booth, A., Cargo, M., Flemming, K., Harden, A., Harris, J., Garside, R., Hannes, K., Pantoja, T., Thomas, J., Lewin, S., Glenton, C., Picece, S., y Nasser, M. (2019). Chapter 21: Qualitative evidence. In J. P. T. Higgins, J. Thomas, J. Chandler, M. Cumpston, T. Li, M. J. Page, y V. A. Welch (Eds.), *Cochrane Handbook for Systematic Reviews of Interventions* (Version 6.0). Cochrane. <https://training.cochrane.org/handbook/current/chapter-21>
139. *Ong, N. C. H., y Chua, J. H. E. (2021). Effects of psychological interventions on competitive anxiety in sport: A meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 52, 101836. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2020.101836>
140. Open Science Collaboration. (2015). Estimating the reproducibility of psychological science. *Science*, 349(6251), aac4716. <https://doi.org/10.1126/science.aac4716>
141. *Ortín-Montero, F. J., Martínez-Rodríguez, A., Reche-García, C., Garcés de los Fayos-Ruiz, E. J., y González-Hernández, J. (2018). Relationship between optimism and athletic performance. Systematic review. *Anales de Psicología*, 34(1), 153–161. <https://doi.org/10.6018/analesps.34.1.270351>
142. Oxford Centre for Evidence-Based Medicine. (2009). *The Oxford Levels of Evidence 2*. Centre for Evidence-Based Medicine.
143. Page, M. J., McKenzie, J. E., Bossuyt, P. M., Boutron, I., Hoffmann, T. C., Mulrow, C. D., Shamseer, L., Tetzlaff, J. M., Akl, E. A., Brennan, S. E., Chou, R., Glanville, J., Grimshaw, J. M., Hróbjartsson, A., Lalu, M.

- M., Li, T., Loder, E. W., Mayo-Wilson, E., McDonald, S., ... Moher, D. (2021). *The PRISMA 2020 statement: an updated guideline for reporting systematic reviews*. *BMJ*, 372, n71. <https://doi.org/10.1136/bmj.n71>
144. Page, M.; McKenzie, J.; Bossuyt, P.; Boutron, I.; Hoffmann, T.; Mulrow, C.; Shamseer, L.; Tetzlaff, J.; Akl, E.; Brennan, S.; Chou, R.; Glanville, J. Grimshaw, J.; Hróbjartsson, A.; Lalu, M.; Li, T.; Loder, E.; Mayo-Wilson, E.; McDonald, E. ... y Moher, D. (2021). 73. Declaración PRISMA 2020: una guía actualizada para la publicación de revisiones sistemáticas. *Revista Española de Cardiología*, 74(9), 790–799. <https://doi.org/10.1016/j.recesp.2021.10.020>
145. *Pan, X., Soh, K. G., Jaafar, W. M. W., Soh, K. L., Deng, N., Cao, S., Li, M., y Liu, H. (2025). Mental fatigue in golf: A systematic review. *PLOS ONE*, 20(2), e0310403. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0310403>
146. Parker, G., Gladstone, G., y Chee, K. T. (2008). Depression in the planet's largest ethnic group: The Chinese. *American Journal of Psychiatry*, 158(6), 857–864. <https://doi.org/10.1176/appi.ajp.158.6.857>
147. *Payne, K. L., Wilson, M. R., y Vine, S. J. (2019). A systematic review of the anxiety–attention relationship in far-aiming skills. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 12(1), 325–355. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2018.1499796>
148. *Pedraza-Ramirez, I., Musculus, L., Raab, M., y Laborde, S. (2020). Setting the scientific stage for esports psychology: A systematic review. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 13(1), 319–352. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2020.1723122>
149. *Petancevski, E. L., Inns, J., Fransen, J., y Impellizzeri, F. M. (2022). The effect of augmented feedback on the performance and learning of gross motor and sport-specific skills: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 63, 102277. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2022.102277>
150. Petticrew y Roberts (2006). *Systematic Reviews in the Social Sciences: A Practical Guide*.
151. *Pitt, A., McCabe, T., Lambert, J., y Arnold, R. (2022). Mental illness in elite weightlifters: A systematic review. *Sports Psychiatry*, 1(4), 144–152. <https://doi.org/10.1024/2674-0052/a000021>
152. *Piusi, R., Berghdal, T., Sundemo, D., Grassi, A., Zaffagnini, S., Sansone, M., Samuelsson, K., y Hamrin Senorski, E. (2022). Self-reported symptoms of depression and anxiety after ACL injury: A systematic review. *Orthopaedic Journal of Sports Medicine*, 10(1), 23259671211066493. <https://doi.org/10.1177/23259671211066493>
153. Pluye, P., Robert, E., Cargo, M., Bartlett, G., O’Cathain, A., Griffiths, F., Boardman, F., Gagnon, M. P., y Rousseau, M. C. (2011). *Proposal: A mixed methods appraisal tool for systematic mixed studies reviews*. Retrieved from <http://mixedmethodsappraisaltoolpublic.pbworks.com>
154. Pollock, M., Fernandes, R. M., Pieper, D., Tricco, A. C., Gates, M., Gates, A., Hartling, L., y Moher, D. (2022). Preferred Reporting Items for Overviews of Reviews (PRIOR): A reporting guideline for overviews of healthcare interventions. *BMJ*, 378, e070849. <https://doi.org/10.1136/bmj-2022-070849>
155. *Porto Maciel, L. F., Krapp do Nascimento, R., Milistetd, M., Vieira do Nascimento, J., y Folle, A. (2021). Revisión sistemática de las influencias sociales en el deporte: apoyo de la familia, entrenadores y compañeros de equipo. *Apunts. Educación Física y Deportes*, 145, 39–52. [https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.\(2021/3\).145.06](https://doi.org/10.5672/apunts.2014-0983.es.(2021/3).145.06)
156. Pozo, P., Grao-Cruces, A., y Pérez-Ordás, R. (2016). La calidad metodológica de los estudios de intervención en actividad física y salud: revisión sistemática de artículos publicados en revistas españolas. *Retos: Nuevas tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 30, 230–235. <https://doi.org/10.47197/retos.v0i30.40749>
157. *Quartiroli, A., Wagstaff, C. R. D., Martin, D. R. F., y Tod, D. (2024). A systematic review of professional identity in sport psychology. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 17(1), 264–290. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2021.1998577>
158. *Quartiroli, A., Martin, D. R. F., Hunter, H., y Wagstaff, C. R. D. (2025). A thematic-synthesis of self-care in sport psychology practitioners. *International Journal of Sport and Exercise Psychology*, 23(1), 1–25. <https://doi.org/10.1080/1612197X.2023.2291102>
159. *Rapún-López, M., Marcén, C., Falcón, D., y Moreno-Azze, A. (2024). Adquisición de habilidades blandas a través del deporte: una revisión sistemática. *Journal of Sport and Health Research*, 16(3), 337–356. <https://doi.org/10.58727/jshr.106582>

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

160. *Reinebo, G., McCormick, A., Johnson, U., Ivarsson, A., Jones, M. V., y Birrer, D. (2024). The effect of psychological interventions on sport performance: A systematic review and meta-analysis in healthy athletes. *Sports Medicine*, 54, 305–320. <https://doi.org/10.1007/s40279-023-01931-z>
161. *Reyes-Bossio, M., Corcuera-Bustamante, S., Veliz-Salinas, G., Villas Boas Junior, M., Delgado-Campusano, M., Brocca-Alvarado, P., Caycho-Rodríguez, T., Casas-Apayco, L., Tutte-Vallarino, V., Carbajal-León, C., y Brandão, R. (2022). Effects of psychological interventions on high sports performance: A systematic review. *Frontiers in Psychology*, 13, 1068376. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2022.1068376>
162. *Rice, S. M., Gwyther, K., Santesteban-Echarri, O., Baron, D., Gorczynski, P., Goutteborge, V., Reardon, C. L., Hitchcock, M. E., Hainline, B., y Purcell, R. (2019). *Determinants of anxiety in elite athletes: A systematic review and meta-analysis*. *British Journal of Sports Medicine*, 53(11), 722–730. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-100620>
163. *Rodrigues Alves, M. A., Oliveira, A. dos S., Paes, M. J., y Facco Stefanello, J. M. (2022). Psychological aspects of soccer and futsal players: A systematic review. *Suma Psicológica*, 29(1), 30–47. <https://doi.org/10.14349/sumapsi.2022.v29.n1.4>
164. *Rodríguez, S. T., Morales-Sánchez, V., Hernández-Mendo, A. y Reigal, R. E. (2024). *El perfil psicológico de corredores de Ultra Trail: Una revisión sistemática*. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24(3), 67–96. <https://doi.org/10.6018/cpd.546771>
165. Rodríguez, S. T., Morales Sánchez, V. y Hernández Mendo, A. (2025, July). *Assessment tools in sport psychology: A systematic review of reviews* [Protocol registered at OSF]. Open Science Framework. <https://osf.io/us9ek>
166. Ruiz Carrera, C. (2025, 24 de julio). *Extensión del uso de Bibliometrix para el análisis de bases de datos no respaldadas oficialmente* [Technical note]. Zenodo. <https://doi.org/10.5281/zenodo.16408783>
167. *Runacres, A., y Marshall, Z. A. (2024). Prevalence of anxiety and depression in former elite athletes: A systematic review and meta-analysis. *BMJ Open Sport y Exercise Medicine*, 10, e001867. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2023-001867>
168. *Salas-Morillas, A., Gutiérrez-Sánchez, Á., y Vernetta-Santana, M. (2022). *Insatisfacción corporal y trastornos de conducta alimentaria en gimnastas: revisión sistemática*. *Retos: Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, 44, 577–585. <https://doi.org/10.47197/retos.v44i0.91042>
169. *Sandgren, S. S., Lavalley, K. L., Plotnikoff, R. C., y Gleddie, D. (2020). Nature and efficacy of interventions addressing eating psychopathology in athletes: A systematic review. *European Eating Disorders Review*, 28(6), 641–657. <https://doi.org/10.1002/erv.2786>
170. Santamaría, M., Camarelles, F., y Camacho, J. (2017). *Lectura crítica de estudios cualitativos: Guía CASPe*. Madrid: Guías CASPe. Recuperado de <https://redcaspe.org>
171. *Sappington, R., y Longshore, K. (2015). Systematically reviewing the efficacy of mindfulness-based interventions for enhanced athletic performance. *Journal of Clinical Sport Psychology*, 9(3), 232–262. <https://doi.org/10.1123/jcsp.2014-0017>
172. Schulz, K. F., Altman, D. G., Moher, D., y the CONSORT Group. (2010). CONSORT 2010 Statement: Updated guidelines for reporting parallel group randomised trials. *BMJ*, 340, c332. <https://doi.org/10.1136/bmj.c332>
173. Schünemann, H. J., Mustafa, R. A., Brozek, J., Steingart, K. R., Leeflang, M., Murad, M. H., Santesso, N., y Guyatt, G. H. (2020). GRADE guidelines: 21 part 1. Study design, risk of bias, and indirectness in rating the certainty across a body of evidence for test accuracy. *Journal of Clinical Epidemiology*, 122, 129–141. <https://doi.org/10.1016/j.jclinepi.2019.12.020>
174. Scottish Intercollegiate Guidelines Network (SIGN). (2015). *Methodology Checklist 3: Cohort studies*. Edinburgh: SIGN. Retrieved from https://www.sign.ac.uk/assets/checklist_3_cohort.pdf
175. Shea, B. J., Reeves, B. C., Wells, G., Thuku, M., Hamel, C., Moran, J., Moher, D., Tugwell, P., Welch, V., Kristjansson, E. y Henry, D. A. (2017). AMSTAR 2: A critical appraisal tool for systematic reviews that include randomised or non-randomised studies of healthcare interventions, or both. *BMJ*, 358, j4008. <https://doi.org/10.1136/bmj.j4008>

176. *Shuai, Y., Wang, S., Liu, X., Kueh, Y. C., y Kuan, G. (2023). The influence of the five-factor model of personality on performance in competitive sports: A review. *Frontiers in Psychology*, 14, 1284378. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2023.1284378>
177. *Siekąńska, M., Bondár, R. Z., di Fronso, S., Blecharz, J., y Bertollo, M. (2021). Integrating technology in psychological skills training for performance optimization in elite athletes: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise*, 57, 102008. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102008>
178. *Silverii, G. A., Benvenuti, F., Morandin, G., Ricca, V., Monami, M., Mannucci, E., y Rotella, F. (2022). Eating psychopathology in ballet dancers: A meta-analysis of observational studies. *Eating and Weight Disorders – Studies on Anorexia, Bulimia and Obesity*, 27, 405–414. <https://doi.org/10.1007/s40519-021-01213-5>
179. Sirriyeh, R., Lawton, R., Gardner, P., y Armitage, G. (2012). Reviewing studies with diverse designs: The development and evaluation of a new tool. *Journal of Evaluation in Clinical Practice*, 18(4), 746–752. <https://doi.org/10.1111/j.1365-2753.2011.01662.x>
180. Slim, K., Nini, E., Forestier, D., Kwiatkowski, F., Panis, Y., y Chipponi, J. (2003). Methodological index for non-randomized studies (MINORS): Development and validation of a new instrument. *ANZ Journal of Surgery*, 73(9), 712–716. <https://doi.org/10.1046/j.1445-2197.2003.02748.x>
181. Slimani, M., Taylor, L., Baker, J. S., y Chamari, K. (2016). Effects of mental training on muscular strength in healthy individuals: A systematic review and meta-analysis. *Sports Medicine*, 46(6), 751–765. <https://doi.org/10.1007/s40279-015-0454-4>
182. Smart, N. A., Waldron, M., Ismail, H., Giallauria, F., Vigorito, C., y Cornelissen, V. (2015). Validation of a new tool for the assessment of study quality and reporting in exercise training studies: TESTEX. *International Journal of Evidence-Based Healthcare*, 13(1), 9–18. <https://doi.org/10.1097/XEB.0000000000000020>
183. Smith, V., Devane, D., Begley, C. M. y Clarke, M. (2011). Methodology in conducting a systematic review of systematic reviews of healthcare interventions. *BMC Medical Research Methodology*, 11, 15. <https://doi.org/10.1186/1471-2288-11-15>
184. *Spindler, D. J., Allen, M. S., Vella, S. A., y Swann, C. (2018). The psychology of elite cycling: A systematic review. *Journal of Sports Sciences*, 36(17), 1943–1954. <https://doi.org/10.1080/02640414.2018.1426978>
185. *Stamatis, A., Grandjean, P., Morgan, G., Padgett, R. N., Cowden, R., y Koutakis, P. (2020). Developing and training mental toughness in sport: A systematic review and meta-analysis of observational studies and pre-test and post-test experiments. *BMJ Open Sport y Exercise Medicine*, 6, e000747. <https://doi.org/10.1136/bmjsem-2020-000747>
186. *Starzak, M., Niźnikowski, T., Biegajło, M., Nogal, M., Łuba Arnista, W., Mastalerz, A., y Starzak, A. (2024). Attentional focus strategies in racket sports: A systematic review. *PLOS ONE*, 19(1), e0285239. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0285239>
187. Statens beredning för medicinsk och social utvärdering (SBU). (2016). *Assessment of methods in health care: A handbook*. Stockholm: SBU. Disponible en <https://www.sbu.se/en/publications/sbu-assesses/assessment-of-methods-in-health-care-a-handbook/>
188. Sterne, J. A. C., Savović, J., Page, M. J., Elbers, R. G., Blencowe, N. S., Boutron, I., Cates, C. J., Cheng, H.-Y., Corbett, M. S., Eldridge, S. M., Emberson, J. R., Hernán, M. A., Hopewell, S., Hróbjartsson, A., Junqueira, D. R., Jüni, P., Kirkham, J. J., Lasserson, T., Li, T., McAleenan ... y Higgins, J. P. T. (2019) *RoB 2: a revised tool for assessing risk of bias in randomised trials*. *BMJ*, 366, 14898. <https://doi.org/10.1136/bmj.14898>
189. *Stoyel, H., Slee, A., Meyer, C., y Serpell, L. (2020). Systematic review of risk factors for eating psychopathology in athletes: A critique of an etiological model. *European Eating Disorders Review*, 28(1), 3–25. <https://doi.org/10.1002/erv.2711>
190. Tate, R. L., Perdices, M., Rosenkoetter, U., Shadish, W., Vohra, S., Barlow, D. H., Horner, R., Kazdin, A., Kratochwill, T., McDonald, S., Sampson, M., y Togher, L. (2013). *The Risk of Bias in N-of-1 Trials (RoBiNT) Scale: An expanded manual for the critical appraisal of single-case reports*. *Archives of Physical Medicine and Rehabilitation*, 94(5), 1151–1161.e2. <https://doi.org/10.1016/j.apmr.2013.01.006>

Herramientas y escalas de evaluación en Psicología del deporte

191. Thomas, B. H., Ciliska, D., Dobbins, M. y Micucci, S. (2004). A process for systematically reviewing the literature: Providing the research evidence for public health nursing interventions. *Worldviews on Evidence-Based Nursing*, 1(3), 176–184. <https://doi.org/10.1111/j.1524-475X.2004.04006.x>
192. *Thuany, M., Viljoen, C., Gomes, T. N., Knechtle, B., y Scheer, V. (2023). Mental health in ultra-endurance runners: A systematic review. *Sports Medicine*, 53, 1891–1904. <https://doi.org/10.1007/s40279-023-01890-5>
193. *Tranaeus, U., Martin, S., y Ivarsson, A. (2022). Psychosocial risk factors for overuse injuries in competitive athletes: A mixed-studies systematic review. *Sports Medicine*, 52(4), 773–788. <https://doi.org/10.1007/s40279-021-01597-5>
194. *Truong, L. K., Mosewich, A. D., Holt, C. J., Le, C. Y., Miciak, M., y Whittaker, J. L. (2020). Psychological, social and contextual factors across recovery stages following a sport-related knee injury: a scoping review. *British Journal of Sports Medicine*, 54(18), 1149–1156. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2019-101206>
195. U.S. Agency for Healthcare Research and Quality (AHRQ). (2014). *Methods guide for effectiveness and comparative effectiveness reviews*. AHRQ Publication No. 10(14)-EHC063-EF. Rockville, MD. Retrieved from <https://effectivehealthcare.ahrq.gov/products/medical-evidence-user-guide/overview>
196. Vandembroucke, J. P., von Elm, E., Altman, D. G., Gøtzsche, P. C., Mulrow, C. D., Pocock, S. J., Poole, C., Schlesselman, J. J. y Egger, M. (2007). Strengthening the Reporting of Observational Studies in Epidemiology (STROBE): Explanation and elaboration. *PLoS Medicine*, 4(10), e297. <https://doi.org/10.1371/journal.pmed.0040297>
197. Vandembroucke J.P., VonElm, E., Altman, D., Gotzsche, P., Mulrowf, C, Pocock, S. Poole, C., Schlesselman, J. y Egger, M. (2009). Mejorar la comunicación de estudios observacionales en epidemiología (STROBE): explicación y elaboración. *GacSanit*. Doi:10.1016/j.gaceta.2008.12.001
198. van Tulder, M. W., Furlan, A. D., Bombardier, C., Bouter, L. M., y Editorial Board of the Cochrane Collaboration Back Review Group. (2003). Updated method guidelines for systematic reviews in the Cochrane Collaboration Back Review Group. *Spine*, 28(12), 1290–1299. <https://doi.org/10.1097/01.BRS.0000065484.95996.AF>
199. *Vella, S. A., Schweickle, M. J., Sutcliffe, J. T., y Swann, C. (2021). A systematic review and meta-synthesis of mental health position statements in sport: Scope, quality and future directions. *Psychology of Sport and Exercise*, 55, 101946. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.101946>
200. *Voelker, D. K., Visek, A. J., Learner, J. L., y DiBiasio, M. (2022). Toward understanding of coaches' role in athletes' eating pathology: A systematic review and ecological application to advance research. *Psychology of Sport and Exercise*, 58, 102059. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2021.102059>
201. *Voorheis, P., Silver, M., y Consonni, J. (2023). *Adaptation to life after sport for retired athletes: A scoping review of existing reviews and programs*. *PLOS ONE*, 18(9), e0291683. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0291683>
202. *Wang, Y., Lei, S.-M., y Fan, J. (2023). Effects of mindfulness-based interventions on promoting athletic performance and related factors among athletes: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trial. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(3), 2038. <https://doi.org/10.3390/ijerph20032038>
203. Weinberg, R. S. y Gould, D. (2010). *Fundamentos de psicología del deporte y del ejercicio físico*. Panamericana.
204. Wells, G. A., Shea, B., O'Connell, D., Peterson, J., Welch, V., Losos, M., y Tugwell, P. (2011). *The Newcastle–Ottawa Scale (NOS) for assessing the quality of nonrandomised studies in meta-analyses*. Ottawa Hospital Research Institute. Recuperado de http://www.ohri.ca/programs/clinical_epidemiology/oxford.asp
205. *Whitty, J. P., Gray, B., y Milne, N. (2024). Exploring mental functions utilised by male youth team-based ball-sport athletes within academy programs: A systematic review and meta-aggregation. *Frontiers in Sports and Active Living*, 6, 1453817. <https://doi.org/10.3389/fspor.2024.1453817>
206. *Wilczyńska, D., Qi, W., Jaenes, J. C., Alarcón, D., Arenilla, M. J., y Lipowski, M. (2022). Burnout and mental interventions among youth athletes: A systematic review and meta-analysis of the studies. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(17), 10662. <https://doi.org/10.3390/ijerph191710662>

207. *Williams, C. M., Shaw, M. T., Mastroleo, N. R., y Zale, E. L. (2022). Sport-related and psychosocial factors associated with motives and consequences of alcohol and cannabis use among NCAA athletes: A systematic review. *Alcohol and Alcoholism*, 57(1), 74–84. <https://doi.org/10.1093/alcalc/agab022>
208. *Wilson, S. M. B., Sparks, K. V., Cline, A., Draper, S. B., Jones, M. I., y Parker, J. K. (2024). Behavioral interventions and behavior change techniques used to improve sleep outcomes in athlete populations: A scoping review. *Behavioral Sleep Medicine*, 22(6), 820–842. <https://doi.org/10.1080/15402002.2024.2374257>
209. *Woodhead, C. J., Didymus, F. F., y Potts, A. J. (2024). *Interpersonal coping in sport: A systematic review*. *Psychology of Sport y Exercise*, 73, 102631. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102631>
210. *Woods, S., Dunne, S., Gallagher, P., y McNicholl, A. (2022). A systematic review of the factors associated with athlete burnout in team sports. *International Review of Sport and Exercise Psychology*, 1–33. <https://doi.org/10.1080/1750984X.2022.2148225>
211. World Health Organization (2010). *Global recommendations on physical activity for health*. Geneva: WHO Press. <https://www.who.int/publications/i/item/9789241599979>
212. *Xiang, C., Zhao, J., Tengku Kamalden, T. F., Dong, W., Luo, H., y Ismail, N. (2024). How coaches' decision-making affects athlete selection: A systematic review and meta-synthesis. *International Journal of Sports Science y Coaching*, 19(4), 1801–1812. <https://doi.org/10.1177/17479541241245852>
213. *Xiao, M., van Niekerk, M., Trivedi, N. N., Hwang, C. E., Sherman, S. L., Safran, M. R., y Abrams, G. D. (2023). Patients who return to sport after primary anterior cruciate ligament reconstruction have significantly higher psychological readiness: A systematic review and meta-analysis of 3744 patients. *The American Journal of Sports Medicine*, 51(10), 2774–2783. <https://doi.org/10.1177/03635465221102420>
214. *Yang, J.-H., Yang, H.-J., Choi, C., y Bum, C.-H. (2023). Systematic review and meta-analysis on burnout owing to perfectionism in elite athletes based on the Multidimensional Perfectionism Scale (MPS) and Athlete Burnout Questionnaire (ABQ). *Healthcare*, 11(10), 1417. <https://doi.org/10.3390/healthcare11101417>
215. *Yang, J.-H., Yang, H. J., Choi, C., y Bum, C.-H. (2024). Relationship between Athletes' Big Five Model of Personality and Athletic Performance: Meta-Analysis. *Behavioral Sciences*, 14(1), 71. <https://doi.org/10.3390/bs14010071>
216. Zaccagni, L., y Gualdi-Russo, E. (2023). *The impact of sports involvement on body image perception and ideals: A systematic review and meta-analysis*. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 20(6), 5228. <https://doi.org/10.3390/ijerph20065228>
217. *Zhu, L., Zhou, B., Hou, J., Wang, J., y Zhou, Y. (2025). Associations between moral disengagement and prosocial and antisocial behavior in sport: A systematic review and meta-analysis. *Psychology of Sport and Exercise*, 76, 102762. <https://doi.org/10.1016/j.psychsport.2024.102762>