

# **El conocimiento del manejo de los Estados de ánimo individuales del atleta de elite y sus repercusiones útiles psicofisiológicas**

**Disertación Argentina por la Dra. Patricia Wightman presentada en la Conferencia anual de Psicología del deporte de AASP, Salt Lake City, Utah, Estados Unidos. Setiembre 2009.**

En Argentina, junto con la preparación psicológica de los atletas en el alto Rendimiento, se integra y desarrolla la ciencia. En el Departamento de Psicología del deporte del CENARD, en un trabajo de equipo con sus integrantes, la Dra. Patricia Wightman y la Lic. Nelly Giscafne y la colaboración del Dr. Peter Terry de Australia, se ha logrado plasmar un trabajo de investigación sobre 1100 atletas argentinos que compitieron internacionalmente y fueron evaluados a través de 15 años con el test POMS, (Perfil de Estados de Animo). Argentina hoy tiene los baremos del POMS y es un hecho de alta repercusión en los países latino americanos.

Hace una semana en el Congreso de AASP en Salt Lake City, Utah se realizo dicha disertación y además fue bien recibida la investigación científica, los resultados y las conclusiones expuestas del trabajo con el POMS.

Estas conclusiones reafirma la importancia de la operatividad en la capacidad individual del atleta de lograr cambios psicofisiologicos propios para su deporte según los diferentes contextos. En otras palabras los estados de ánimo que le son productivos, como en algunos momentos la agresividad instrumental o la ansiedad práctica, se deben utilizar estabilizándose dentro de la ZONA de alto rendimiento del atleta. Así es que se estableció "El Doble Perfil Iceberg" (Wightman).

**Imágenes del evento:**



