



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**REGULACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS
JÓVENES AFICIONADOS AL FÚTBOL**

**MALDONADO TELLO RENEE ALEXANDER
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**NARVAEZ CARPIO BISMARCK JAHIR
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2025**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

**REGULACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
LOS JÓVENES AFICIONADOS AL FÚTBOL**

**MALDONADO TELLO RENEE ALEXANDER
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**NARVAEZ CARPIO BISMARCK JAHIR
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**MACHALA
2025**



UTMACH

FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD

CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

ANÁLISIS DE CASOS

**REGULACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN
LOS JÓVENES AFICIONADOS AL FÚTBOL**

**MALDONADO TELLO RENEE ALEXANDER
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

**NARVAEZ CARPIO BISMARCK JAHIR
LICENCIADO EN PSICOLOGIA CLINICA**

CRIOLLO ARMIJOS MARCO ADRIAN

**MACHALA
2025**



Regulación emocional y bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol

2%
Textos
sospechosos

< 1% Similitudes

0% similitudes entre comillas

0% entre las fuentes mencionadas

1% Idiomas no reconocidos

Nombre del documento: Regulación emocional y bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol.pdf	Depositante: Criollo Armijos Marco Adrián	Número de palabras: 9288
ID del documento: 112c02477bdea1a2a084a4d46c3660d80704feb8	Fecha de depósito: 15/7/2025	Número de caracteres: 64,228
Tamaño del documento original: 389,05 kB	Tipo de carga: interface	
Autores: Reneé Alexander Maldonado Tello, Bismark Jahir Narváez Carpio	fecha de fin de análisis: 15/7/2025	

Ubicación de las similitudes en el documento:



Fuentes con similitudes fortuitas

Nº	Descripciones	Similitudes	Ubicaciones	Datos adicionales
1	lapsicologiapositiva.blogspot.com PSICOLOGÍA POSITIVA: ¿CÓMO NACE LA PSI... https://lapsicologiapositiva.blogspot.com/2009/08/como-nace-la-psicologia-positiva.html	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (11 palabras)
2	Documento de otro usuario #6173c6 Viene de de otro grupo	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (14 palabras)
3	hdl.handle.net Psychological well-being, age, and, gender among spanish under... http://hdl.handle.net/20.500.12466/2058	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (10 palabras)
4	www.behavioralpsycho.com https://www.behavioralpsycho.com/wp-content/uploads/2020/04/05.Vazquez_14-3oa.pdf	< 1%		Palabras idénticas: < 1% (11 palabras)

CLÁUSULA DE CESIÓN DE DERECHO DE PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO DIGITAL INSTITUCIONAL

Los que suscriben, MALDONADO TELLO RENEE ALEXANDER y NARVAEZ CARPIO BISMARCK JAHIR, en calidad de autores del siguiente trabajo escrito titulado REGULACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS JÓVENES AFICIONADOS AL FÚTBOL, otorgan a la Universidad Técnica de Machala, de forma gratuita y no exclusiva, los derechos de reproducción, distribución y comunicación pública de la obra, que constituye un trabajo de autoría propia, sobre la cual tienen potestad para otorgar los derechos contenidos en esta licencia.

Los autores declaran que el contenido que se publicará es de carácter académico y se enmarca en las disposiciones definidas por la Universidad Técnica de Machala.

Se autoriza a transformar la obra, únicamente cuando sea necesario, y a realizar las adaptaciones pertinentes para permitir su preservación, distribución y publicación en el Repositorio Digital Institucional de la Universidad Técnica de Machala.

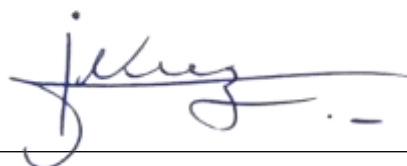
Los autores como garantes de la autoría de la obra y en relación a la misma, declaran que la universidad se encuentra libre de todo tipo de responsabilidad sobre el contenido de la obra y que asumen la responsabilidad frente a cualquier reclamo o demanda por parte de terceros de manera exclusiva.

Aceptando esta licencia, se cede a la Universidad Técnica de Machala el derecho exclusivo de archivar, reproducir, convertir, comunicar y/o distribuir la obra mundialmente en formato electrónico y digital a través de su Repositorio Digital Institucional, siempre y cuando no se lo haga para obtener beneficio económico.



MALDONADO TELLO RENEE ALEXANDER

0705811552



NARVAEZ CARPIO BISMARCK JAHIR

0707012837

REGULACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS JÓVENES AFICIONADOS AL FÚTBOL

Autores:

Maldonado Tello Reneé Alexander

CI: 0705811552

rmaldonad2@utmachala.edu.ec

Narváez Carpio Bismark Jahir

CI: 0707012837

bnarvaez4@utmachala.edu.ec

Coautor:

Psic Marco Adrián Criollo Armijos Mgs.

CI: 0706508934

macriollo@utmchala.edu.ec

Resumen

El fútbol se ha convertido en un fenómeno sociocultural que va más allá del juego, influyendo directamente en la identidad, las emociones y la vida social de muchos jóvenes. Este estudio analiza la relación entre la regulación emocional y el bienestar psicológico en jóvenes aficionados al fútbol, considerando su impacto en la salud mental y el desarrollo personal. La regulación emocional se refiere a la capacidad de manejar adecuadamente las emociones, mientras que el bienestar psicológico abarca la autoaceptación, el propósito vital y la calidad de las relaciones interpersonales. Ambas variables son clave para comprender cómo los jóvenes afrontan emocionalmente su afición al fútbol y cómo esto influye en su bienestar general. El estudio se realizó con cuatro participantes, jóvenes entre 18 y 40 años, integrantes de la barra “Boca del Pozo” del Club Sport Emelec, en el cantón Santa Rosa, provincia de El Oro. A través de entrevistas semiestructuradas y observación participante, se recogieron experiencias sobre cómo viven, expresan y regulan sus emociones relacionadas con el fútbol. Se identificó que este deporte no solo representa una actividad recreativa, sino también un elemento estructurante de la identidad, fuente de motivación, pertenencia y sentido vital. Las emociones intensas como la alegría, euforia, tristeza o ira influyen en su estabilidad emocional y en sus relaciones. Algunos aplican estrategias como el aislamiento o la meditación, mientras otros reaccionan de forma impulsiva. El bienestar psicológico se refleja en la autoestima, los vínculos sociales sólidos y la construcción activa de sentido en su vida cotidiana.

Palabras claves: Regulación emocional, bienestar psicológico, afición futbolística, jóvenes.

EMOTIONAL REGULATION AND PSYCHOLOGICAL WELL-BEING IN YOUNG FOOTBALL FANS

Authors:

Maldonado Tello Reneè Alexander

rmaldonad2@utmachala.edu.ec

CI: 0705811552

Narváez Carpio Bismark Jahir

CI: 0707012837

bnarvaez4@utmchala.edu.ec

Co-author:

Psic Marco Adrián Criollo Armijos Mgs.

CI: 0706508934

macriollo@utmchala.edu.e

Abstract

Football has become a sociocultural phenomenon that goes beyond the game, directly influencing the identity, emotions, and social lives of many young people. This study analyzes the relationship between emotional regulation and psychological well-being in young football fans, considering its impact on mental health and personal development. Emotional regulation refers to the ability to appropriately manage emotions, while psychological well-being encompasses self-acceptance, life purpose, and the quality of interpersonal relationships. Both variables are key to understanding how young people emotionally cope with their football passion and how this influences their overall well-being. The study was conducted with four participants, young people between 18 and 40 years old, members of the "Boca del Pozo" fan club of Club Sport Emelec, in the canton of Santa Rosa, province of El Oro. Through semi-structured interviews and participant observation, experiences were collected about how they experience, express, and regulate their emotions related to football. It was identified that this sport not only represents a recreational activity, but also a structuring element of identity, a source of motivation, belonging, and a sense of purpose in life. Intense emotions such as joy, euphoria, sadness, or anger influence their emotional stability and relationships. Some apply strategies such as isolation or meditation, while others react impulsively. Psychological well-being is reflected in self-esteem, strong social ties, and the active construction of meaning in their daily lives.

Keywords: Emotional regulation, psychological well-being, soccer fandom, youth.

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
1. GENERALIDADES DE OBJETO DEL ESTUDIO	3
1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio	3
1.2 Hechos de interés	7
1.3 Objetivos de la investigación.	9
2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO- EPISTEMOLOGÍA DEL ESTUDIO	10
2.1. Descripción del enfoque epistemológico de referencia.	10
2.2 Bases teóricas de la investigación	12
3. PROCESO METODOLÓGICO	16
3.1. Diseño o tradición de la investigación seleccionada.	16
3.2. Proceso de recolección de datos en la investigación.	17
3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos	18
4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN	22
4.1 Discusión y argumentación teórica de los resultados.	22
4.1.1 Regulación emocional en los jóvenes aficionados al fútbol.	22
4.1.2 Bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol.	24
4.1.3 Jóvenes aficionados al fútbol	25
CONCLUSIONES	28
RECOMENDACIONES	29

INTRODUCCIÓN

El fútbol, más allá de ser un deporte, se ha consolidado como un fenómeno sociocultural que influye significativamente en la identidad, la emocionalidad y la interacción social de los jóvenes. En este contexto, el presente estudio se centra en analizar la relación entre la regulación emocional y el bienestar psicológico en jóvenes aficionados al fútbol, reconociendo su impacto en la salud mental y el desarrollo psicosocial.

Castro (2020) plantea que los jóvenes aficionados desarrollan un fuerte sentido de comunidad y pertenencia, lo cual es esencial en su crecimiento emocional. Esta construcción identitaria se ve fortalecida por el vínculo con el equipo, generando emociones intensas como alegría, tristeza o euforia, las cuales pueden influir en su comportamiento y relaciones.

El presente estudio es relevante porque profundiza en la experiencia emocional de los jóvenes hinchas desde una perspectiva psicológica. En esta línea, se reconoce que una adecuada regulación emocional favorece la convivencia social y fortalece la resiliencia, aspectos clave para el bienestar psicológico en contextos como los partidos de fútbol (Salirrosas, 2024).

El estudio es relevante porque en Ecuador hay escasas investigaciones sobre la salud psicoemocional de los hinchas de fútbol. García et al. (2020) advierten que el fanatismo extremo puede afectar el bienestar general. Comprender estas experiencias emocionales ayuda a fortalecer las competencias de los profesionales en contextos deportivos y comunitarios.

El presente trabajo contribuye al conocimiento psicológico sobre la vivencia emocional en contextos del hincha y propone elementos para el diseño de estrategias preventivas y de promoción del bienestar. Comprender estas dinámicas favorece el abordaje integral

del joven aficionado, considerando que el fútbol actúa como un espacio de expresión emocional, identidad colectiva y resiliencia ante la adversidad.

La presente investigación está compuesta por cuatro capítulos. En el capítulo 1, se definen las generalidades del objeto de estudio, incluyendo una contextualización del fútbol como fenómeno sociocultural y su relación con la vida emocional de los jóvenes. También se exponen los hechos de interés más destacados relacionados con la afición futbolística, y se mencionan los objetivos generales y específicos de la investigación.

En el capítulo 2, se presenta la fundamentación teórica y epistemológica del estudio. Se describe el enfoque de la psicología positiva como base conceptual y se desarrollan los principales modelos y teorías utilizadas, tales como el modelo de bienestar psicológico de Ryff, el modelo de regulación emocional de Gross y los aportes de la inteligencia emocional.

En el capítulo 3, se encuentra detallada la metodología de este trabajo. Aquí se explica el enfoque cualitativo adoptado, el diseño basado en estudio de caso, así como el tipo de muestreo y los criterios de selección de los participantes. También se describe el proceso de recolección de datos mediante entrevistas semiestructuradas y guías de observación. Finalmente, se expone el sistema de categorización utilizado para el análisis, que permite identificar patrones en las narrativas de los participantes.

En el capítulo 4, se encuentran los resultados correspondientes al análisis de las categorías construidas en el capítulo 2, presentando las experiencias emocionales y percepciones de bienestar de los jóvenes entrevistados. Además, este capítulo incluye la discusión teórica de los hallazgos y las respectivas conclusiones y recomendaciones, que orientan futuras líneas de acción e investigación en el ámbito de la psicología clínica y social.

REGULACIÓN EMOCIONAL Y BIENESTAR PSICOLÓGICO EN LOS JÓVENES AFICIONADOS AL FÚTBOL

1. GENERALIDADES DE OBJETO DEL ESTUDIO

1.1 Definición y contextualización del objeto de estudio

El fútbol ha emergido como un fenómeno sociocultural relevante entre los jóvenes, proporciona un espacio de interacción social y construcción de identidad, moldeando dinámicas de grupo y relaciones interpersonales. Según Castro (2020), los jóvenes aficionados al fútbol desarrollan un sentido de comunidad y camaradería que es fundamental en su proceso de crecimiento. Este factor es relevante, explora cómo la pasión por el fútbol se convierte en un elemento central en la vida social y emocional de los jóvenes.

Según Londoño et al. (2020), el aficionado al fútbol se distingue por su apreciación del deporte desde una perspectiva artística y técnica, sin desarrollar una lealtad específica hacia un equipo. Este tipo de seguidor valora elementos como la estrategia táctica, la habilidad individual de los jugadores y la dinámica colectiva del juego, independientemente de los colores que defiendan. Su interacción social se caracteriza por diálogos constructivos con otros aficionados, donde prevalece el análisis objetivo del deporte sobre las rivalidades tradicionales, representando así una aproximación más reflexiva y analítica al fútbol como fenómeno deportivo y cultural.

Sin embargo, Ibañez (2024) examina cómo el fútbol genera vínculos emocionales transgeneracionales que se integran naturalmente en la vida de los aficionados. Este apego, aunque implica cierta vulnerabilidad, fortalece las relaciones entre seguidores y crea un sentido de pertenencia inquebrantable. La pasión compartida fomenta tanto la camaradería como la competitividad, permitiendo a los aficionados expresar sus identidades individuales y colectivas a través del deporte.

Los aficionados al fútbol desarrollan vínculos afectivos significativos a través de experiencias compartidas, ya sea en el estadio o en reuniones para ver los partidos. Rivera (2021) destacan que estas conexiones trascienden barreras de edad, estatus socioeconómico y creencias, creando una identidad grupal distintiva. Esta dinámica social permite una integración transgeneracional única, donde los miembros comparten y transmiten conocimientos, historias y tradiciones relacionadas con su

equipo, fortaleciendo así el sentido de pertenencia y la continuidad de la cultura futbolística a través de las generaciones.

La experiencia grupal del fútbol trasciende el mero acto de ver partidos, abarcando un rico intercambio de vivencias emocionales que incluye conversaciones sobre victorias y derrotas, jugadores legendarios, momentos históricos y coleccionables del equipo. Pérez et al. (2021) señalan que esta afectividad compartida fortalece la cohesión grupal, motivando al conjunto a mantenerse unido y dinámico en la búsqueda de objetivos comunes. Esta dinámica no solo satisface las necesidades de pertenencia de sus miembros actuales, sino que también atrae a nuevos aficionados, creando un ciclo continuo de empatía y hermandad basado en la pasión compartida por el fútbol.

Carrión y Cepeda (2022) identifican una distinción crucial entre el aficionado pacífico y el fanático radical del fútbol. Mientras el primero promueve la integración social, el segundo se caracteriza por un comportamiento territorial y agresivo, buscando imponer su interpretación de la fidelidad y popularidad sobre otros grupos. Esta radicalización se manifiesta en la búsqueda de privilegios especiales con la organización deportiva, como membresías exclusivas o tratos preferenciales, y puede desencadenar conflictos que alteran la armonía social debido a diferencias en afiliaciones o formas de expresar su pasión por el deporte.

Investigaciones recientes examinan diferentes aspectos del comportamiento de los aficionados al fútbol. Luna et al. (2022) identifican patrones comunes entre seguidores, como el monitoreo constante del equipo y la asistencia a estadios. Castro y Arcos (2021) señalan que la violencia surge como una lucha por la identidad grupal, exacerbada por factores como el desempleo. García et al. (2020) argumentan que estos actos violentos son demostraciones de poder que incluyen el robo de símbolos y enfrentamientos que pueden resultar fatales.

La regulación emocional es la capacidad de los individuos para modular la experiencia y expresión de sus estados afectivos. Este proceso permite a las personas gestionar tanto emociones consideradas positivas como negativas, pudiendo intensificarlas, atenuarlas o mantenerlas según las demandas contextuales (Mikulic, 2021). La manifestación de estas respuestas emocionales está influenciada por el entorno sociocultural y opera tanto a nivel consciente como inconsciente.

Gómez y Acosta (2021) definen la regulación emocional interpersonal como las acciones deliberadas para ayudar a otros a manejar sus emociones, mejorando el bienestar y las relaciones sociales. Este proceso incluye la capacidad de influir en los estados emocionales ajenos. Vizioli (2022) añade que esta habilidad es especialmente importante en situaciones de conflicto emocional, permitiendo gestionar el afecto y desvincularse de emociones cuando sea necesario.

Salirrosas (2024) señala que una adecuada regulación emocional incrementa la capacidad de las personas para afrontar las demandas del entorno mediante emociones positivas. Este manejo emocional facilita, por ejemplo, la integración social en contextos como un grupo de aficionados durante un partido de fútbol en vivo. Las personas con una regulación emocional efectiva demuestran mayor resiliencia, adaptabilidad y capacidad de respuesta ante diversas situaciones. Esta competencia emocional fortalece la toma de decisiones y la búsqueda de soluciones satisfactorias, generando un estado de serenidad, determinación y autoconfianza.

Los jóvenes aficionados al fútbol experimentan emociones intensas que influyen significativamente en su desarrollo. Loayza (2021) señala que las emociones positivas, como la alegría durante los partidos, expanden los patrones de pensamiento y comportamiento, generando recursos para enfrentar adversidades. Por otro lado, Castro et al. (2023) destacan que las emociones negativas como ira, miedo y depresión ante derrotas pueden afectar la salud si no son gestionadas adecuadamente. Gudiño et al. (2024) enfatizan que la regulación emocional en el deporte debe abordar tanto emociones negativas como positivas intensas, siendo crucial para mantener comportamientos apropiados en victoria y derrota.

Trujillo et al. (2022) definen el bienestar psicológico como la valoración subjetiva que realizan las personas sobre diversos aspectos de su vida. Este constructo abarca múltiples dimensiones: la autoaceptación, el establecimiento de vínculos interpersonales positivos, la capacidad de autonomía, la adaptabilidad al entorno, la búsqueda de propósitos significativos y el crecimiento personal orientado al desarrollo pleno del potencial individual.

Aguinada et al. (2021) distinguen dos perspectivas del bienestar: la hedónica, que vincula la felicidad con las experiencias placenteras y los juicios positivos y negativos sobre la vida; y la eudamónica, que sostiene que la felicidad no es equivalente al

bienestar, pues no toda satisfacción de deseos genera bienestar genuino. La perspectiva eudamónica enfatiza la importancia de vivir en consonancia con el verdadero ser, manifestándose cuando las acciones de una persona se alinean con sus valores fundamentales y se realizan con total compromiso.

En el contexto del fútbol juvenil, Zúñiga y Martínez (2024) enfatizan que el bienestar psicológico de los jóvenes aficionados no busca una felicidad constante ante resultados deportivos, sino desarrollar comprensión y aceptación ante victorias y derrotas. Este enfoque alienta a los jóvenes hinchas a no evadir experiencias dolorosas como eliminaciones o derrotas, sino transformarlas en oportunidades de crecimiento que fortalezcan su madurez emocional y resiliencia en el contexto deportivo.

La autoestima en jóvenes aficionados al fútbol, según González et al. (2020), es fundamental para su bienestar psicológico y salud mental, cuya fragilidad puede manifestarse en problemas como conductas violentas en estadios, conflictos entre hinchadas y depresión post-derrotas. Esta valoración personal influye directamente en cómo el joven hincha enfrenta las críticas y resultados adversos de su equipo, donde una autoestima saludable facilita una mejor gestión emocional ante los altibajos del fútbol.

En el ámbito del fútbol juvenil, López et al. (2021) enfatizan que la autoaceptación es clave para el bienestar psicológico de los jóvenes aficionados, manifestándose en una actitud positiva hacia sí mismos independientemente de los resultados de su equipo. Este concepto se refleja en la capacidad del joven hincha para mantener relaciones saludables con seguidores de otros equipos y desarrollar una identidad propia más allá de la pasión deportiva, permitiéndole seleccionar entornos que favorezcan su crecimiento personal sin depender exclusivamente del éxito de su equipo.

Murillo y Rentería (2023) destacan que los jóvenes aficionados al fútbol deben desarrollar una satisfacción vital que trascienda los resultados deportivos, evaluando su vida más allá de las victorias o derrotas de su equipo. Esta perspectiva implica que el bienestar del joven hincha no dependa exclusivamente de las emociones intensas del fútbol, sino que integre una valoración más completa y duradera de su desarrollo personal, diferenciando entre la felicidad momentánea de un triunfo y la satisfacción sostenible con su proyecto de vida.

La presente investigación examina la regulación emocional y el bienestar psicológico en jóvenes integrantes de la barra "Boca del Pozo", aficionados del Club Sport EMELEC, en el Cantón Santa Rosa, El Oro. Este estudio pionero aborda un vacío significativo en la literatura ecuatoriana sobre la relación entre el comportamiento de barras organizadas y la salud psicoemocional de sus miembros, específicamente en contextos locales. La población estudiada comprende principalmente 4 participantes entre 18 y 40 años, cuya presencia activa y disposición en la barra permitieron desarrollar una investigación profunda sobre sus dinámicas emocionales y procesos de adaptación psicológica en el contexto del fútbol.

1.2 Hechos de interés

Castro (2024) evidencia cómo los aficionados en barras bravas exhiben dos comportamientos distintivos: celebraciones festivas que demuestran apoyo y unión en las gradas, y conductas agresivas en las calles para enfrentar a rivales. Truyenque y Muñoz (2021) complementan este análisis identificando que la violencia entre aficionados surge por imitación y contagio comportamental, donde los miembros comparten patrones comunes de asistencia, lenguaje y vestimenta para fortalecer su identidad colectiva.

Castro y Arcos (2021) señalaron en su indagación que los seguidores de distintos clubes utilizan insultos y amenazas como parte de sus comportamientos expresivos. Este tipo de comunicación hostil puede escalar rápidamente, aumentando la posibilidad de que los conflictos trasciendan los límites verbales. De hecho, los aficionados podrían llegar a atacar a sus rivales durante los encuentros futbolísticos, empleando diversos objetos como piedras, palos de madera, varillas, e incluido armas blancas o de fuego. Generando una reacción igualmente agresiva de su rival, lo cual propicia la violencia en el ámbito del fútbol.

En su estudio, Meza y Sánchez (2023) examinan un caso de violencia durante un partido de fútbol en México para analizar la propensión humana hacia la destructividad. Los autores investigan los factores causales de este comportamiento y resaltan cómo la educación puede cultivar la empatía en la sociedad. Su investigación señala dos etapas críticas del desarrollo: la infancia, donde se construye la identidad social, y la adultez, donde la interacción familiar y grupal moldea el desarrollo psicosocial del individuo.

Las actitudes de los aficionados comprenden aspectos cognitivos, emocionales y conductuales, influenciados por experiencias vividas, visitas a escenarios deportivos emblemáticos y la calidad de los servicios ofrecidos durante los encuentros. Además, la nostalgia juega un papel clave en estas actitudes y comportamientos, como revela un estudio realizado con 210 participantes aficionados a la Copa del Golfo Pérsico. Según los resultados, aquellos que disfrutaban los partidos con una actitud positiva tienden a mostrar comportamientos favorables, generando a su vez una sensación de nostalgia en el público (Zare et al., 2020).

Según Olano y Barboza (2023), las entrevistas a exintegrantes de barras bravas revelan tres características distintivas del grupo: originalidad, integración y radicalidad. Estos rasgos, percibidos positivamente, no solo los distinguen de otras agrupaciones, sino que fortalecen su sentido de pertenencia al considerarse únicos y superiores frente a otras barras que apoyan al mismo club deportivo.

Un estudio realizado con 210 aficionados brasileños reveló hallazgos significativos que manifiestan que a medida que aumenta el nivel de agresividad, también se incrementa el fanatismo. Además, se encontró una correlación negativa entre la edad y la agresividad: a mayor edad, menor agresividad. Por otro lado, la frecuencia con la que los seguidores buscan noticias sobre su equipo está asociada con un mayor nivel de fanatismo, lo que a su vez se vincula con un incremento en la agresividad (García et al., 2021).

Okumura-Clark et al. (2024) investigaron la relación entre autoestima y comportamiento deportivo en 386 peruanos adultos, solteros y profesionales, sin historial de atención psicológica o psiquiátrica. El estudio, utilizando la Escala de Fanatismo en el Deporte, encontró que los aficionados con alta autoestima desarrollan relaciones constructivas, mientras que aquellos que menosprecian a otros tienden a mostrar agresividad durante partidos de fútbol. Los autores concluyen que la violencia e impulsividad en eventos deportivos surge cuando los individuos carecen de un procesamiento cognitivo adecuado de su entorno.

Por otro lado, Beckdorf (2024) en su estudio refiere que la identidad personal del fanático se vincula de manera positiva con el apego emocional que profesa hacia su amado club. La investigación que se contextualiza en el territorio chileno asume que estos grupos amantes de su equipo o quienes integran una barra, suelen sentir un

especial cariño por la simbología y objetos que representan a su personalidad y reflejan su verdadero yo, llevando establecer un vínculo emocional.

Garcés (2024) investigó los factores psicológicos asociados a la violencia en barras deportivas de Ecuador y Colombia. El estudio identifica elementos clave como el sentido de pertenencia y la búsqueda de emociones intensas. Los miembros se caracterizan por su agresividad, pasión y excitabilidad, mientras que el consumo de sustancias, las rivalidades y las provocaciones actúan como catalizadores de la violencia dentro y fuera del contexto futbolístico.

1.3 Objetivos de la investigación.

Objetivo general

Analizar la relación emocional y bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol.

Objetivos específicos

Identificar la regulación emocional en los jóvenes aficionados al fútbol.

Describir el bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol.

2. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICO- EPISTEMOLOGÍA DEL ESTUDIO

2.1. Descripción del enfoque epistemológico de referencia.

La psicología positiva fundamenta teóricamente este estudio, centrándose en las fortalezas y virtudes humanas que facilitan la superación de adversidades. En el contexto de los jóvenes aficionados al fútbol, las emociones experimentadas adquieren especial relevancia. Cuando los individuos se dedican a actividades que les apasiona, experimentan emociones como satisfacción, disfrute, inspiración y entrega, las cuales contribuyen significativamente a su bienestar y les proporciona ventajas competitivas distintivas (Domínguez e Ibarra, 2017).

Durante la Segunda Guerra Mundial, la investigación científica desafió el enfoque lineal tradicional de salud y enfermedad. Los estudios se orientaron a comprender las características personales que permiten a los individuos mantener un comportamiento adaptativo frente a experiencias extremadamente estresantes, como los abusos y las condiciones límite propias del conflicto bélico. Este cambio de perspectiva impulsó el desarrollo de nuevas líneas de investigación que culminarían con el surgimiento de la psicología positiva, liderada por Martin Seligman, enfocada en comprender las fortalezas y el potencial humano (Rojas y Rodríguez, 2022).

La psicología positiva encuentra sus orígenes en la teoría humanista del siglo XX, con antecedentes en diversas corrientes filosóficas que valoraban la búsqueda de la felicidad. Pioneros como Watson, Terman y posteriormente Maslow cuestionaron el enfoque tradicional de la psicología, enfatizando la importancia del bienestar por encima de la patología mental. Maslow, en 1950, criticó el excesivo énfasis en la salud mental, promoviendo el estudio de las virtudes que conducen a la felicidad. Sus conceptos de autorrealización, junto con las teorías de Rogers sobre el funcionamiento óptimo de la personalidad, se constituyeron como fundamentos esenciales de esta disciplina (Rojas y Rodríguez, 2022).

Martin Seligman, considerado pionero de la psicología positiva, presenta este enfoque en su discurso inaugural como presidente de la Asociación Americana de Psicología. La propuesta se distingue por investigar científicamente las experiencias positivas, las cualidades individuales, las estructuras organizacionales que facilitan el crecimiento personal y las iniciativas que mejoran la calidad de vida, con el objetivo adicional de prevenir la aparición de trastornos psicológicos (Contreras y Esguerra, 2006).

Vázquez et al. (2006) identifican modelos clave en psicología positiva para comprender el funcionamiento humano, destacando tres perspectivas fundamentales: el modelo de las tres vías hacia la felicidad de Seligman, el modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff y el modelo motivacional de Deci y Ryan. En los años 90, Ryff desarrolla una escala de medicina de la salud mental positiva, estructurada en seis dimensiones esenciales. Su modelo enfatiza aspectos como la percepción de control, la calidad de las relaciones interpersonales y la autonomía personal, estableciendo un marco integral para evaluar el bienestar psicológico.

El modelo de las tres vías hacia la felicidad de Seligman propone un enfoque integral del bienestar humano. La primera vía, denominada "*vida placentera*", busca maximizar las emociones positivas para alcanzar la felicidad. La segunda vía, "*compromiso*", se caracteriza por el involucramiento total en actividades que generan un estado de flujo, donde el tiempo parece detenerse. La tercera vía, "*vida con significado*", consiste en utilizar las capacidades personales para servir a otros, generando vitalidad en diversos espacios como familia, trabajo, escuela y comunidad (Lupano y Castro, 2010).

El modelo multidimensional del bienestar psicológico de Ryff ofrece un marco comprensivo para comprender el funcionamiento humano óptimo. Este modelo se basa en seis dimensiones clave: autoaceptación, relaciones positivas con otros, autonomía, dominio del entorno, crecimiento personal y propósito en la vida. Cada dimensión aborda un aspecto esencial de la experiencia psicológica, desde el desarrollo de una valoración positiva de uno mismo hasta la capacidad para establecer relaciones significativas y manejar eficazmente los desafíos del entorno (Rodríguez et al., 2015).

El modelo motivacional de Deci y Ryan, arraigado en la psicología humanista, trasciende la concepción tradicional del bienestar como mera experiencia placentera, postulando que este se sustenta en un funcionamiento psicológico saludable cimentado en la satisfacción integral de necesidades psicológicas esenciales y en un sistema de metas. Intrínsecamente coherente, donde estos sean genuinamente congruentes con los valores personales y las necesidades psicológicas fundamentales (Vázquez et. al, 2006).

La psicología positiva ha integrado un amplio repertorio de técnicas innovadoras como savoring, gratitud, perdón, amabilidad y desarrollo de fortalezas que buscan trascender la mera ausencia de patologías, promoviendo un enfoque proactivo para mejorar el bienestar y la calidad de vida. Este paradigma, enriquecido por las tecnologías positivas, ha

transformado los tratamientos psicológicos tradicionales, incorporando conceptos emergentes como E-Terapia, Terapia Virtual y Terapia Computarizada, que expanden significativamente los horizontes de intervención terapéutica (Guillén et. al, 2017).

Esta psicología profundiza su enfoque terapéutico mediante intervenciones que integran holísticamente las fortalezas individuales con las dificultades, transformando los procesos de promoción, prevención e intervención. Esta perspectiva innovadora concibe al ser humano desde una mirada multidimensional, aprovechando sus recursos personales, sociales y culturales como herramientas estratégicas para comprender, enfrentar y superar los desafíos de manera resiliente (Park et. al, 2013).

2.2 Bases teóricas de la investigación

Hervás y Moral (2017) señalan que los déficits en la regulación emocional están vinculados al desarrollo de trastornos mentales como la depresión, la ansiedad, el abuso de sustancias, los trastornos alimentarios y el trastorno límite de la personalidad, los cuales afectan significativamente la vida cotidiana, familiar y comunitaria. Estas dificultades, caracterizadas por la incapacidad de reconocer, comprender y aceptar emociones negativas, tienen un impacto considerable en el bienestar emocional. Para abordar estas problemáticas, los autores proponen intervenciones centradas en el fortalecimiento de habilidades emocionales, destacando que la capacidad de aceptar y tolerar emociones negativas puede ser beneficiosa, incluso si no se logra transformar dichas emociones.

En esta misma línea, la Inteligencia Emocional puntualiza la habilidad para identificar las propias emociones, comprender las impresiones de los demás, impulsar y gestionar de manera afectiva las relaciones con los otros como consigo mismo. Daniel Goleman afirma que la IE favorece a comprender el papel de las emociones y desarrollar estrategias para procesarlas e interpretarlas. Esto incrementa el éxito personal impulsando una mejora en su vida al potenciar las emociones adaptativas y minimizar aquellas que llevan a situaciones desfavorables (Alonso-Serna, 2019).

A su vez, García y Giménez-Mas (2010) señalan que la Inteligencia Emocional se compone de cinco elementos: autoconciencia (capacidad para reconocer las propias emociones), autogestión (manejo de los impulsos), motivación (tendencias emocionales que orientan hacia metas), empatía (capacidad para comprender las emociones y

necesidades ajenas), y habilidades sociales (capacidad para generar respuestas deseadas sin ejercer control sobre los demás).

Por su parte, el Modelo Proceso de Regulación Emocional propuesto por James Gross (1998) sostiene que las emociones evolucionan a través del tiempo, formando ciclos que implican interacciones entre individuos y en las circunstancias en las que se hallan. Implica una serie de etapas que comienza con un acontecimiento psicológico significativo, que capta la atención y es ajustado por las personas que provocan cambios como respuestas emocionales, fisiológicas y comportamientos que están interconectados (De los Santos, 2022).

Las diversas habilidades que los individuos emplean para manejar sus emociones se organizan en cinco categorías principales: elección del escenario, transformación del escenario, atención desplegada, variación cognitivo y acentuación de la respuesta. Desde este punto de vista, se argumenta que el manejo de las emociones puede generar cambios implícitos, en el tiempo de aparición, la intensidad, cuánto dura o cómo se equilibra la reacción emocional (De los Santos, 2022).

Asimismo, la Competencia Emocional de Saarni está vinculada a la manifestación de la auto eficiencia al expresarse en las interacciones sociales que provocan emociones. Por lo tanto, son capacidades y habilidades que una persona posee para alcanzar los objetivos que se propone. Para lograrlo es necesario el entendimiento de las propias emociones y regularlas de manera que se consigan los resultados esperados, dichos resultados están relacionados con los principios morales de cada individuo, de esta manera, el carácter ético y valores morales afectan las reacciones emocionales (Bisquerra y Pérez, 2007).

Para la adaptación a un entorno en constante cambio y desarrollar como un individuo único, adaptado, eficiente y con mayor autoestima requiere de las competencias emocionales, que son un conjunto cohesionado de habilidades y capacidades, por ello, la autora establece un modelo que se basa en tres teorías donde el eje fundamental es la emoción: modelo interconectado, modelo de adaptación contextual y el modelo socio constructivista. Estos modelos explican cómo las competencias emocionales se forman a través de la percepción, la interacción social y el aprendizaje en contextos significativos (Fragoso-Luzuriaga, 2015).

Fierro (2021) resalta que la regulación emocional desempeña un papel esencial en el desarrollo integral del individuo, particularmente en adultos mayores, al transformar la experiencia del envejecimiento y promover una mejora en su calidad de vida. La educación emocional, entendida como un proceso continuo y permanente, fortalece tanto el desarrollo emocional como cognitivo, contribuyendo a una formación integral de la personalidad. En su estudio, Fierro describe programas basados en psicología positiva que, a través de talleres, han elevado significativamente los niveles de satisfacción personal y reducido síntomas de depresión en adultos mayores.

Desde el enfoque de la psicología positiva, se ha demostrado que el bienestar y la felicidad están estrechamente relacionados con la promoción de la salud psicofísica, contribuyendo a prevenir conductas de riesgo como el abuso de sustancias, las adiciones tecnológicas y diversas formas de violencia, además estos factores están vinculados con la prevención de trastornos como la depresión y suicidio (García-Alandete, 2014). En este sentido, el deporte puede ser un motivo de bienestar en los jóvenes aficionados al fútbol al brindar una identidad propia, sentido de pertenencia y acontecimientos compartidos que fortalecen el apoyo social, sin embargo, la profunda identificación con el equipo puede inducir a emociones negativas.

A nivel nacional, las investigaciones enfocadas en psicología positiva se manifiestan a través de propuesta que enfatizan la relevancia de la regulación emocional y el bienestar psicológico. En este contexto, Caguana y Ponce (2023) realizaron un estudio conformado por 210 alumnos entre ellos un 29% hombres y un 71% mujeres, con edades de 18 a 29 años, empleando dos instrumentos de medición: el Emotion Regulation Questionnaire (ERQ) y la Escala de Bienestar Psicológico de Ryff aplicados a una población de alumnos universitarios. Los resultados de su investigación en Ambato revelaron una correlación significativa: los estudiantes que presentaron altos niveles de reevaluación cognitiva (49,5%) manifestaron mayor bienestar psicológico, mientras que aquellos que mostraron una elevada supresión emocional (62,9%) evidenciaron niveles reducidos de bienestar psicológico.

García et al. (2020) demuestran que los programas de psicología positiva contribuyen significativamente al bienestar psicológico, evidenciando su efectividad en la reducción de síntomas depresivos y mostrando efectos positivos moderados en diversas poblaciones, incluyendo pacientes con ansiedad y depresión, adultos mayores y personas

con enfermedades crónicas. En el contexto del aficionado al fútbol, su fanatismo intenso, lleva a conductas obsesivas, situaciones de violencia, impactando negativamente su bienestar general, por lo tanto, ejecutar programas de psicología positiva ayuda a los jóvenes a manejar sus emociones, promoviendo sus actitudes más saludables y fortaleciendo su bienestar emocional.

La logoterapia de Víctor Frankl revela que el incentivo esencial de cada individuo radica en la indagación de un sentido de vida, adaptándose a cada experiencia y a las situaciones peculiares en las que se encuentra. De tal modo, Frankl determina en su investigación la aplicación de logoterapia mediante terapia no específica que afronta problemáticas como neurosis y depresión, mientras que la terapia específica está diseñada para abordar dificultades relacionadas a la perplejidad y angustia existencial mediante la confrontación (Noblejas de la Flor, 2018). Esta terapia en los jóvenes aficionados al fútbol puede aportar una visión importante en donde la afición a su equipo es un motivo de sentido y propósito de vida, el cual llena vacíos existenciales impactando de manera positiva su bienestar general.

3. PROCESO METODOLÓGICO

3.1. Diseño o tradición de la investigación seleccionada.

El enfoque aplicado en esta investigación es cualitativo, según Espinoza (2020), este paradigma guía el propósito del estudio y genera la comprensión del contexto que rodea el problema y calidad de los hallazgos. Su funcionalidad se destaca en explorar los significados y comportamientos de los individuos como también su relación con las dinámicas propias de la comunidad, su finalidad es la explicación de los problemas sociales, que permite analizar y comprender la realidad tal como se presenta respetando su naturaleza (Piña-Ferrer, 2023).

Los estudios de caso, según Canta y Quesada (2021), establecen bases para futuras investigaciones con poblaciones más amplias, contribuyendo al desarrollo teórico y práctico en ciencias sociales. Este método permite comprender situaciones únicas de manera contextualizada, facilitando análisis individuales o colectivos. Como indican Orkaizagirre y Arroyo (2023), su valor radica en proporcionar una interpretación integral de los diversos factores que influyen en el objeto de estudio, fortaleciendo así los marcos conceptuales existentes. Este enfoque resulta especialmente valioso cuando se busca examinar situaciones donde el contexto juega un papel fundamental.

El alcance de la investigación es descriptivo. Según Guevara et al. (2020), este método permite recopilar información eficazmente dentro del proceso investigativo, siempre que se establezca un objetivo claro y conciso. Su propósito es conocer escenarios, prácticas y actitudes predominantes mediante la descripción precisa de actividades, objetos, procesos y personas involucradas.

De tal manera, el muestreo seleccionado de esta investigación cualitativa es no probabilística y su tipología es por conveniencia porque la muestra y la cantidad de participantes que formarán parte del estudio es elección del investigador en acuerdo al acceso o disponibilidad (Hernández, 2021). Por ello, se enfoca en la participación de jóvenes entre las edades de 18 a 40 años integrantes de la barra “Boca del Pozo” aficionados del Club Sport EMELEC del cantón Santa Rosa provincia de El Oro, comprendida por cuatro colaboradores cuyo fin es la obtención de información sobre su regulación emocional y del estado psicológico de esta comunidad simpatizante al fútbol.

3.2. Proceso de recolección de datos en la investigación.

Según Villarreal-Puga y Cid (2022) la entrevista es una herramienta que permite generar conocimiento mediante la interacción entre el entrevistador y entrevistado que fluyen y se relacionan mutuamente. Por consiguiente, la entrevista de tipo semiestructurada es la adecuada herramienta para investigaciones cualitativas, se destaca por su flexibilidad, de respuestas abiertas a pesar que existe un conjunto de preguntas predefinidas, que reduce la limitación a opciones de respuestas específicas, donde los entrevistados o participantes comparten sus conocimientos, emociones o percepción apoyados de una serie de preguntas pertinentes de acuerdo al estudio de investigación (Lopezosa, et al., 2022).

A partir de este instrumento se recogió información significativa de cómo identifica y comprende lo que sienten los aficionados al futbol cuando su equipo gana o pierde un partido importante, la manera de calmarse cuando una situación futbolística le genera enojo o frustración, así mismo, de cómo maneja sus emociones en el diario vivir, si la afición por el futbol le da un propósito o sentido a su vida y si influye sus relaciones con otros aficionados o amigos futboleros.

Según Fonseca-Hernández y Corona (2021) la guía de observación se compone de una serie de elementos que el evaluador toma en cuenta durante el transcurso de la investigación, los puntos a observar se agrupan en categorías relacionadas al acatamiento de los objetivos y los que estén vinculados con el propósito de estudio. Es importante el rol que cumple el observador durante este proceso, es quién determina si instaura familiaridades o enlaces cercanos o lejanos con el propósito de disminuir alteraciones al contexto y sus participantes. Por ello la organización y proyección deben reflejarse para la generación de veracidad donde la información adquirida, conciba resultados reales y de autenticidad (Del Carmen et al., 2021).

Mediante la guía de observación inició el acopio de información sobre el reconocimiento de las emociones de los participantes al hablar sobre situaciones futbolísticas, si demuestra estrategias de control emocional ante experiencias negativas, así mismo, si tiene interacciones sociales positivas relacionadas con su afición, también si la expresión de emociones es de manera adecuada al interactuar socialmente, si se involucra activamente en grupos comunidades vinculadas al futbol o muestra entusiasmo y compromiso al hablar de su equipo o del futbol en general.

3.3 Sistema de categorización en el análisis de los datos

Tema: Regulación emocional en los jóvenes aficionados al fútbol.		
Categoría y código	Unidades de análisis	Regla y memo
Conciencia emocional	Caso 1: "Cuando el equipo pierde siento coraje, porque lo que deseo es que el equipo siempre gane. Cuando gana es muy distinto siento una emoción de alegría y con más energía". Caso 2: "Cuando gana siento una euforia, una alegría intensa es como topar el cielo y si pierde tengo rabia y tristeza pero es por el amor que le tengo al equipo".	Regla: Es la capacidad de concebir y enunciar las propias emociones y las de los demás (Lane y Smith, 2021). Memo: Es posible identificar en la narrativa que los participantes reconocen y nombran específicamente las emociones que experimentan con relación a los resultados de su equipo de fútbol.
Control emocional	Caso 1: "Hace tiempo fumaba y tomaba alcohol para calmar mi coraje, pero ya luego como tengo mi negocio ahora mi trabajo es mi forma de desestresarme.". Caso 2: "En primer lugar eso no hay como calmar, porque lo que siente un hincha al ver a su equipo cuando pierde es algo que supera los límites, pero a veces me siento a un lado y comienzo a meditar para poder tranquilizarme y poco a poco se va pasando ese enojo."	Regla: se refiere al comportamiento orientado a alcanzar un estado emocional deseado, ajustando adaptativamente las acciones y estímulos para optimizar recompensas y minimizar castigos (Koch et al., 2018). Memo: Es probable observar en la narrativa que los participantes describen estrategias como descarga emocional, que utilizan para gestionar sus emociones intensas.
Expresión emocional adaptativa	Caso 1: "Sí, muchas veces sí, porque si somos del mismo equipo compartimos las mismas ideas y esa locura, es decir, nos abrazamos en los goles y ellos reaccionan de la misma manera." Caso 2: "Sí, por supuesto, cuando uno ve a su equipo en	Regla: es la capacidad de mostrar emociones de forma flexible y adecuada al contexto social (Liu et al., 2024). Memo: Se podría evidenciar en los testimonios, que los participantes describen comportamientos

	buena racha comenta con los compañeros de trabajo, amigos la situación que está pasando con el equipo”.	emocionales diferenciados según el contexto social en el que se encuentran.
--	---	---

Tema: Bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol.		
Categoría y código	Unidades de análisis	Regla y memo
Autoaceptación	Caso 1: "Me siento bien, aunque a veces me cuesta controlar la bronca, pero es parte de ser hincha del equipo que amas." Caso 2: "Sí me siento satisfecho, las emociones las manejo en base al resultado y mientras que no haya algo que empeore la situación lo sé manejar bien"	Regla: La autoaceptación es una actitud positiva hacia uno mismo que implica la conciencia y aceptación de las propias fortalezas y debilidades (Abharini et al., 2023). Memo: Es probable observar, que los participantes expresan una actitud de reconocimiento hacia sus propias expresiones emocionales sobre el rendimiento del equipo.
Propósito en la vida	Caso 1: "Si claro, igual que mi trabajo, pero el fútbol va mucho más allá que solo alentar a mi equipo, es algo que no se puede explicar y me hace sentir bien." Caso 2: “Si, el fútbol es una de las razones para levantarme con emoción, me hace sentir parte de algo más grande."	Regla: implica acciones que están enfocadas en un objetivo y que busca hacer que la vida sea mayormente significativa, buscando una contribución que beneficie a los otros (Molina et al., 2023). Memo: La narración puede manifestar, que los participantes describen al fútbol como un elemento que trasciende, siendo un elemento vital y no un simple entretenimiento.
Relaciones positivas con los demás	Caso 1: "Siempre habido esa discrepancia con hinchas de otros equipos”.	Regla: son aquellas conexiones sociales donde existe el intercambio entre dos o más individuos, al contar con relaciones

	Caso 2: "Me ayudan a sentirme que no estoy solo y comprendido, juntos compartimos alegrías y derrotas."	saludables refiere que el individuo se sienta parte de un grupo (Lacunza y Contini, 2016). Memo: Es probable observar en los testimonios, que los participantes describen diferentes tipos de vínculos sociales en relación con su afición futbolística (hermanad, club, hinchada).
--	---	--

Tema: Jòvenes aficionados al fútbol.		
Categoría y código	Unidades de análisis	Regla y memo
Motivaciòn	Caso 1: "Me motiva a seguir porque se siente una adrenalina única que solo el fútbol me provoca. En mi vida el fútbol es esa afición que me hace olvidar de mis problemas." Caso 2: "La previa de cada partido, reunimos con los amigos del grupo y la pasión compartida con ellos, esto significa mucho ya que de esto depende mi estado de ánimo."	Regla: La motivación es el motor, la fuerza, la energía y el combustible que mueve e impulsa a una persona a lograr un objetivo (Perret, 2016). Memo: Es posible identificar en la narrativa que los participantes describen al fútbol como una fuerza impulsora en sus vidas que genera sensaciones y experiencias particulares.
Nivel de afición	Caso 1: "Todo el tiempo, en todo lo que se pueda utilizar para estar pendiente del equipo, más por televisión es donde a diario sigo a mi equipo." Caso 2: "Siempre, todos los días estoy pendiente, veo las noticias, los partidos y voy al estadio cada vez que puedo."	Regla: Estado emocional y conductual que refleja el grado de compromiso y lealtad de los aficionados hacia un club, evidenciado en su participación en redes sociales (Alsiyabi et al., 2023). Memo: Es probable observar en los testimonios, que los participantes describen un

		seguimiento constante y sistemático de su equipo de fútbol a través de diversos medios y actividades.
Participación o pasiva	Caso 1: "De forma regular, en el sentido de que no es que ya juego todos los días, sino que solo los fines de semana y también lo sigo como espectador, ... un hábito en mi vida." Caso 2: "Todos los días juego y también lo sigo como espectador, porque el fútbol es una pasión, un sentimiento que un hincha lo va a demostrar todos los días."	Regla: La participación implica expresar ideas, asumir responsabilidades y actuar dentro de un grupo, mientras que la pasiva se limita a observar sin compromiso ni iniciativa, siguiendo decisiones ajenas (Pasek de Pinto et al., 2015). Memo: Es posible evidenciar en la narrativa, que los participantes describen diferentes niveles de involucramiento tanto en la práctica como en el seguimiento del fútbol.
Pertenencia a grupo o clubes	Caso 1: "Sí claro, soy un integrante de la barra del CS Emelec la 'Boca del Pozo', ser parte de este grupo va más allá del fútbol ya que compartimos una hermandad." Caso 2: "Sí, soy parte de la barra 'Boca del Pozo', es como mi segunda familia, me da apoyo, identidad y sentido de pertenecer a algo grande."	Regla: la pertenencia a grupos o clubes da seguridad y genera sentimientos como aprobación, acompañamiento, respeto, ser estimado, reconocido y admitido por otros miembros de la comunidad (Ibarra, 2023). Memo: los testimonios podrían evidenciar, que los participantes describen su vinculación formal con organizaciones de hinchas como una experiencia que trasciende el ámbito deportivo.

4. RESULTADO DE LA INVESTIGACIÓN

4.1 Discusión y argumentación teórica de los resultados.

Basándose en la metodología empleada en este estudio, la cual incluyó la implementación de una entrevista semiestructurada y una guía de observación, se consiguió recabar información esencial para el análisis e interpretación de las variables de estudio: regulación emocional y bienestar psicológico. Los datos valiosos obtenidos a través de estos instrumentos resultaron fundamentales para lograr los propósitos establecidos al inicio de la investigación, posibilitando de esta manera realizar un análisis de los resultados encontrados, los cuales se presentarán a continuación.

4.1.1 Regulación emocional en los jóvenes aficionados al fútbol.

La regulación emocional constituye un proceso mediante el cual los individuos ajustan la forma en que experimentan y manifiestan sus emociones, permitiéndoles adaptarse a las diversas exigencias de su entorno social y personal. Según Mikulic (2021), esta capacidad abarca la modulación tanto de emociones agradables como desagradables, posibilitando su intensificación, disminución o mantenimiento según lo requiera la situación. En el ámbito de las interacciones sociales, Gómez y Acosta (2021) subrayan la importancia de la regulación emocional interpersonal, definida como la habilidad consciente de influir en los estados afectivos de otros, favoreciendo así relaciones sociales más saludables y un mayor bienestar general.

La conciencia emocional, es uno de los componentes de la regulación emocional, según Lane y Smith (2021), constituye la habilidad para identificar y expresar tanto las emociones propias como las ajenas, esto se refleja en los entrevistados como: **Caso 1:** "Cuando el equipo pierde siento coraje...cuando gana es muy distinto siento una emoción de alegría y con más energía". En cuanto al **Caso 2:** "Cuando gana siento una euforia, una alegría intensa...si pierde tengo rabia y tristeza, pero es por el amor que le tengo al equipo". **Caso 3:** "...si mi equipo pierde...se me acaba la alegría, si gana quedo con más emoción...". **Caso 4:** "...si mi equipo gana me siento contento...pero si mi equipo pierde...me da rabia, ira, golpeo". Un participante muestra una buena identificación emocional, mientras que el segundo mantiene una conciencia emocional elevada, el tercer participante evidencia una regulación emocional condicionada por su estado anímico previo, y el cuarto caso demuestra una vinculación directa entre los resultados deportivos y su autoestima personal.

El control emocional, es uno de los componentes de la regulación emocional, según Koch et al. (2018), se refiere a las conductas dirigidas hacia el logro de un estado emocional deseado, modificando de manera adaptativa las acciones y estímulos para maximizar beneficios y reducir consecuencias negativas. Los dos primeros participantes reconocen la intensidad del enojo y la frustración que experimentan como hinchas cuando su equipo pierde, el tercer participante muestra una estrategia de aislamiento como mecanismo de control emocional, mientras que el cuarto caso evidencia estrategias mixtas que incluyen tanto el aislamiento como la descarga física mediante los tambores.

Esto se refleja en las entrevistas siguientes: **Caso 1:** "Hace tiempo fumaba y tomaba alcohol para calmar mi coraje...ahora mi trabajo es mi forma de desestresarme". **Caso 2:** "... al ver a su equipo cuando pierde es algo que supera los límites...comienzo a meditar para poder tranquilizarme...". **Caso 3:** "Encerrarme o quedarme solo por un buen tiempo...porque llegaría a explotar". **Caso 4:** "A veces necesito estar solo para que se me pase, otras veces golpeo con fuerza los tambores...".

La expresión emocional adaptativa, es uno de los componentes de la regulación emocional, según Liu et al. (2024), constituye la habilidad para manifestar emociones de manera flexible y apropiada según el entorno social. Esto se refleja en los entrevistados como: **Caso 1:** "...si somos del mismo equipo compartimos las mismas ideas...nos abrazamos en los goles y ellos reaccionan de la misma manera". En cuanto al **Caso 2:** "...cuando uno ve a su equipo en buena racha comenta con los compañeros de trabajo, amigos la situación...". **Caso 3:** "Claro en la casa, con mis hijos, mi mujer y mis amigos, depende mucho del estado de ánimo de los resultados...". **Caso 4:** "...lo grito con los de la barra, unos me entienden, otros piensan que exagero, pero esa es la pasión...".

Un participante muestra una expresión emocional colectiva y positiva, el segundo comunica sus emociones según el contexto adaptándose a la receptividad de los demás, el tercer participante evidencia una expresión emocional condicionada por los resultados deportivos y limitada al ámbito familiar, mientras que el cuarto caso demuestra una expresión emocional intensa dentro de su grupo de pertenencia, aunque reconoce que no todos comparten su nivel de intensidad.

4.1.2 Bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol

El bienestar psicológico se refiere a la percepción subjetiva que las personas tienen sobre la calidad de su vida, integrando elementos como la autoaceptación, la autonomía, las relaciones interpersonales positivas, el dominio del entorno, el propósito vital y el crecimiento personal (Trujillo et al., 2022). Por otro lado, existe una distinción entre dos formas de entender el bienestar: mientras la perspectiva hedónica lo asocia con la obtención de placer y satisfacción momentánea, la visión eudaimónica resalta la importancia de actuar en coherencia con los propios valores y propósitos, generando una sensación de plenitud más duradera (Aguinada et al., 2021).

La autoaceptación, entendida como la capacidad de reconocerse con una actitud favorable tanto en virtudes como en debilidades personales, constituye un aspecto esencial del bienestar psicológico (Abharini et al., 2023). Esta dimensión se evidencia en el **caso 1**, donde el entrevistado afirma: “Me siento bien... es parte de ser hinchita del equipo que amas”. En el **caso 2**, el participante expresa: “Sí me siento satisfecho... lo sé manejar bien”. Por su parte, el **caso 3** declara: “Creo que cincuenta y cincuenta... trato de respirar profundo”. En el **caso 4** “Tranquilo... y cuando hay que ir a ver al fútbol se lo ve nomás”.

Un participante reconoce altibajos emocionales y aplica estrategias simples para mantenerse estable, el otro muestra satisfacción personal y control emocional moderado según el contexto. El tercero reconoce su variabilidad emocional y recurre a estrategias simples de autorregulación, mientras que el cuarto muestra estabilidad basada en la tranquilidad y la integración del fútbol en su vida cotidiana.

El propósito en la vida constituye un elemento fundamental que orienta las acciones del individuo hacia objetivos significativos, buscando generar contribuciones que beneficien a otros y otorguen sentido a la existencia (Molina et al., 2023). Este constructo se manifiesta en los participantes de la siguiente manera: **Caso 1**: "...el fútbol va mucho más allá que solo alentar a mi equipo...me hace sentir bien", mientras que en el **Caso 2**: "...el fútbol es una de las razones para levantarme con emoción, me hace sentir parte de algo más grande". Por su parte, el **Caso 3** expresa: "...prefiero estar en un estadio alentando a mi equipo que estar en fiestas", y el **Caso 4** menciona: "...veo a mi equipo ganar...me da un orgullo y me cambia el ánimo".

La presencia del propósito en la vida se evidencia claramente en todos los participantes, quienes encuentran en el fútbol una fuente de significado que trasciende la mera actividad recreativa. Los casos 1 y 2 demuestran una conexión profunda con el deporte como elemento identitario y de pertenencia, mientras que los casos 3 y 4 revelan cómo esta pasión funciona como regulador emocional y alternativa constructiva frente a otras actividades, sugiriendo que el fútbol opera como un ancla existencial que proporciona estabilidad y propósito en sus vidas cotidianas.

Las relaciones positivas con los demás se caracterizan por constituir vínculos sociales donde se produce intercambio mutuo entre individuos, y cuando estas conexiones son saludables, permiten que la persona experimente sentido de pertenencia grupal (Lacunza y Contini, 2016). Esto se refleja en los testimonios: **Caso 1**: "Siempre habido esa discrepancia con hinchas de otros equipos", **Caso 2**: "Me ayudan a sentirme que no estoy solo...juntos compartimos alegrías y derrotas", **Caso 3** señala: "...si otros hinchas vienen a provocarme no podré controlarme...hasta el punto de que...podemos irnos de golpes", **Caso 4** expresa: "...cada uno, con su equipo, nos llevamos bien...trato de estar con los hinchas de mí mismo equipo".

Las relaciones positivas con los demás muestran variabilidad significativa entre los participantes. El Caso 2 evidencia vínculos saludables caracterizados por apoyo emocional y sentido de pertenencia dentro de su comunidad futbolística. El Caso 4 demuestra una aproximación madura y pacífica hacia las diferencias, manteniendo relaciones cordiales mientras busca la compañía de personas afines. Por el contrario, los Casos 1 y 3 revelan dificultades en el manejo de las relaciones interpersonales, especialmente con seguidores de equipos rivales, donde las discrepancias pueden escalar hacia confrontaciones, sugiriendo limitaciones en sus habilidades sociales y control emocional dentro del contexto futbolístico.

4.1.3 Jóvenes aficionados al fútbol

La motivación constituye la fuerza impulsora que energiza y dirige a las personas hacia el logro de sus objetivos, funcionando como el combustible que sostiene la acción humana (Perret, 2016). Esta dimensión se manifiesta en los participantes de la siguiente manera: **Caso 1**: "...se siente una adrenalina única que solo el fútbol me provoca...me hace olvidar de mis problemas", **Caso 2** expresa: "La previa de cada partido...la pasión compartida...de esto depende mi estado de ánimo". El **Caso 3** menciona: "Los colores, la pasión...es parte

de mi rutina e identidad", **Caso 4** señala: "...me ha gustado el fútbol...para mí el fútbol es lo más grande que existe...me gusta como mi equipo gana".

La motivación hacia el fútbol se presenta de forma intensa en todos los participantes. El Caso 1 revela una motivación emocional-evasiva, utilizando el deporte como escape y generador de sensaciones únicas. El Caso 2 demuestra motivación social-afectiva, centrada en la experiencia compartida y su impacto anímico. El Caso 3 evidencia motivación identitaria, donde el fútbol constituye un componente esencial de su personalidad. El Caso 4 muestra motivación intrínseca basada en el placer genuino por el deporte y la satisfacción del éxito de su equipo.

El nivel de afición constituye un estado emocional y conductual que evidencia el grado de compromiso y lealtad de los seguidores hacia su club, manifestándose especialmente a través de su participación activa en diversas plataformas digitales (Alsiyabi et al., 2023). Esto se refleja en los testimonios de los participantes: **Caso 1**: "Todo el tiempo...más por televisión es donde a diario sigo a mi equipo", mientras que el **Caso 2** expresa: "Siempre, todos los días estoy pendiente...voy al estadio cada vez que puedo". Por su parte, el **Caso 3** menciona: "A diario, en todos lados...con más frecuencia lo sigo por las redes", el **Caso 4** señala: "Casi todos los días...cuando me toca trabajo...veo en el teléfono".

El nivel de afición se manifiesta de manera consistentemente alta en todos los participantes, en los Casos 1 y 2 demuestran la mayor intensidad, con seguimiento constante a través de múltiples medios y asistencia física cuando es posible. Los Casos 3 y 4 muestran adaptabilidad en su consumo, priorizando las redes sociales y dispositivos móviles para mantener su conexión con el equipo, lo que refleja cómo las obligaciones laborales no disminuyen su nivel de compromiso, sino que modifican las formas de expresión de su afición.

La participación activa implica la expresión de ideas, asunción de responsabilidades y actuación comprometida dentro de un colectivo, mientras que la participación pasiva se caracteriza por la observación sin involucramiento directo ni toma de iniciativas, limitándose a seguir decisiones externas (Pasek de Pinto et al., 2015). Esto se aprecia en los entrevistados de la siguiente manera: **Caso 1**: "...solo los fines de semana y también lo sigo como espectador...un hábito en mi vida", el **Caso 2**: "Todos los días juego y también lo sigo como espectador...un hincha lo va a demostrar todos los días". Por su parte, el **Caso 3** expresa: "...por motivos de salud ahora ya solo lo sigo como

espectador...me permite conectar con el juego", y el **Caso 4**: "A veces juego...Me llena más alentar con la barra y sentir como el estadio se vuelve una caldera".

Los participantes evidencian diferentes modalidades de participación en el fútbol. El Caso 1 combina participación limitada con predominio de la modalidad pasiva como espectador habitual. El Caso 2 demuestra la mayor participación, manteniendo práctica diaria junto con seguimiento constante como aficionado. El Caso 3 ha transitado de participación a exclusivamente pasiva debido a limitaciones de salud, adaptando su forma de conexión con el deporte. El Caso 4 presenta participación mixta con preferencia por la modalidad pasiva activa, priorizando el apoyo emocional desde las tribunas por encima de la práctica deportiva directa.

La pertenencia a grupos o clubes proporciona seguridad emocional y genera sentimientos de aprobación, acompañamiento, respeto y reconocimiento por parte de otros miembros de la comunidad (Ibarra, 2023). Esto se aprecia en la mayoría de los participantes: **Caso 1**: "...soy un integrante de la barra del CS Emelec la 'Boca del Pozo'...compartimos una hermandad", el **Caso 2** expresa: "...es como mi segunda familia, me da apoyo, identidad y sentido de pertenecer a algo grande". El **Caso 3** menciona: "...soy líder de la barra 'Boca del pozo'", y el **Caso 4** señala: "...soy de la Boca del Pozo y esto influye de una manera excepcional".

La pertenencia a un grupo se refleja en todos los participantes, quienes además forman parte de la misma barra organizada. Los Casos 1 y 2 revelan una integración profunda, experimentando vínculos fraternales y familiares que trascienden el ámbito deportivo, obteniendo apoyo emocional e identitario. El Caso 3 demuestra el mayor nivel de compromiso al ocupar una posición de liderazgo, lo que sugiere reconocimiento y respeto dentro del grupo. El Caso 4 expresa satisfacción con su pertenencia, aunque de manera menos elaborada, indicando una experiencia positiva pero posiblemente menos profunda.

CONCLUSIONES

- La presente investigación permitió analizar la relación entre la regulación emocional y el bienestar psicológico en jóvenes aficionados al fútbol, revelando que la pasión por este deporte influye significativamente en sus emociones cotidianas y en su percepción de bienestar. Se identificó que el vínculo afectivo con su equipo puede generar tanto emociones positivas como negativas, las cuales, si son gestionadas adecuadamente, fortalecen aspectos como la autoaceptación, el propósito de vida y las relaciones interpersonales. Así, se concluye que el fútbol, más allá de ser entretenimiento, cumple un rol estructurante en la vida emocional y psicológica de estos jóvenes.
- La investigación permitió identificar diversas formas de regulación emocional en los jóvenes aficionados al fútbol, observándose que las emociones como la euforia, el enojo o la tristeza están directamente relacionadas con los resultados de su equipo. Los participantes demostraron estrategias tanto adaptativas como desreguladoras, desde la meditación, el trabajo o el aislamiento, hasta conductas impulsivas. Se concluye que, si bien los jóvenes reconocen y expresan sus emociones, la capacidad de gestionarlas adecuadamente varía según su entorno, nivel de afición y experiencias personales ligadas al fútbol.
- Por último, lo largo del estudio se logró describir el bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol, resaltando aspectos como la autoaceptación, el propósito en la vida y las relaciones positivas con los demás. Se identificó que su vínculo con el equipo influye directamente en su autoestima, motivación y sentido de pertenencia. Para muchos, el fútbol representa una fuente de estabilidad emocional y una vía para fortalecer la identidad personal y social. No obstante, también se observaron afectaciones cuando su bienestar depende en exceso de los resultados deportivos o cuando surgen conflictos con hinchas de otros equipos.

RECOMENDACIONES

- Se recomienda implementar programas de educación emocional en espacios deportivos y comunitarios dirigidos a jóvenes hinchas, con el fin de fortalecer habilidades como la autorregulación, el control de impulsos y la gestión de emociones intensas durante situaciones de frustración o euforia vinculadas al fútbol.
- Es pertinente que las instituciones educativas incluyan en su currículo talleres sobre bienestar psicológico enfocados en la construcción de la autoestima, el propósito vital y las relaciones interpersonales, aprovechando el interés de los jóvenes por el deporte como herramienta motivacional.
- Se sugiere que los grupos de hinchas organizados, como las barras deportivas, promuevan espacios de reflexión y convivencia que fortalezcan la identidad grupal desde una perspectiva positiva, evitando conductas agresivas o excluyentes que afecten la salud mental de sus integrantes.
- Para futuras investigaciones, se recomienda ampliar el número de participantes e incluir barras de distintos equipos y contextos socioculturales, lo cual permitirá comprender con mayor profundidad las diferencias individuales y grupales en la regulación emocional y el bienestar psicológico de los aficionados al fútbol.

Referencias bibliográficas.

- Abharini, A., Rusmana, N., & Budiman, N. (2023). The Development of Self-Acceptance in Adolescents (Descriptive Study of Grade XI High School Student in Subang). *G-Couns: Jurnal Bimbingan Dan Konseling*, 8(01), 506–513. <https://doi.org/10.31316/gcouns.v8i01.5512>
- Alsiyabi, I., Said, O. F. M., Zakaria, J., Muszali, R., & Al-Fathi, Y. (2023). Instrumento de validez y confiabilidad del abanico: Interacción con clubes deportivos en redes sociales en Omán. *International Journal of Academic Research in Business & Social Sciences*, 13(12), 3355-3371. <https://doi.org/10.6007/IJARBSS/v13-i12/20193>
- Aguinada, I., Herrero-Fernández, D., & Santamaria, T. (2021). Factor protector de las estrategias de afrontamiento y la cohesión de grupo sobre el bienestar psicológico ante situaciones de ansiedad competitiva en futbolistas. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 21 (1), 86-101. <https://doi.org/10.6018/cpd.414281>
- Alonso-Serna, D. K. (2019). Inteligencia Emocional, Daniel Goleman. *Con-Ciencia Serrana Boletín Científico De La Escuela Preparatoria Ixtlahuaco*, 1(1). Recuperado a partir de <https://repository.uaeh.edu.mx/revistas/index.php/ixtlahuaco/article/view/3677>
- Beckdorf, M. (2024). *De la cancha al corazón: El rol del self-Expressive brand en el apego emocional y la Vivencia de experiencias memorables en Aficionados de Equipos de Fútbol Chileno* [Tesis de maestría, Universidad de Chile] Repositorio Académico. <https://repositorio.uchile.cl/handle/2250/201788>
- Bisquerra Alzina, R., & Pérez Escoda, N. (2007). *Las competencias emocionales. Educación XX1*, 10(1), 61-82. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=70601005>
- Caguana, L., & Ponce, R. (2023). Regulación emocional y bienestar psicológico en estudiantes universitarios. *LATAM Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, 4(1), 550-587. <https://doi.org/10.56712/latam.v4i1.275>
- Canta Honores, J., y Quesada Llanto, J. (2021). El uso del enfoque del estudio de caso: Una revisión de la literatura. *Horizontes, Revista de Investigación en Ciencias de la Educación*, 5 (19), 775-786. <https://doi.org/10.33996/revistahorizontes.v5i19.236>

- Carrión, F. & Cepeda, P. (2022). La espacialidad de la violencia del fútbol. *Cuestiones Criminales*, 5 (9), 219- 245. <https://www.flacsoandes.edu.ec/node/63291>
- Castro, J. (2020). Sobre el ritual, la violencia, la identidad y el aguante entre los hinchas del fútbol estado actual de la investigación social. *Ciencia y Sociedad*, 45(3), 65-83. <https://doi.org/10.22206/cys.2020.v45i3.pp65-83>
- Castro, J. (2024). “Estar presente” en la tribuna y en las calles con barras bravas de Bogotá: El trabajo de campo etnográfico de un hincha-investigador. *Jangwa Pana*, 23(2), 1-15. <https://doi.org/10.21676/issn.1657-4923>
- Castro, J., & Arcos Parra, M. (2021). Los rituales deportivos y la violencia entre los hinchas de una barra brava de Bogotá. *Revista Logos Ciencia y Tecnología*, 13 (1), 36-46. <https://doi.org/10.22335/rlct.v13i1.1290>
- Castro-Paniagua, W., Chávez-Epiquén, A., & Arévalo-Quijano, J. (2023). Inteligencia emocional: Asociación con las emociones negativas y desempeño laboral en personal docente universitario. *Revista Electrónica Educare*, 27 (1), 1-17. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8713483>
- Contreras, F., & Esguerra G. (2006). Psicología positiva: una nueva perspectiva en psicología. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 2 (2), 311-319. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=67920210>
- Del Carmen González Vega, Luis Ernesto Vázquez Arellano, & Jesús Manuel Ramos García. (2021). La Observación en el Estudio de las Organizaciones. *New Trends in Qualitative Research*, 5, 71–82. <https://doi.org/10.36367/ntqr.5.2021.71-82>
- De los Santos, D. A. (2022). Regulación emocional y terapias psicológicas empíricamente apoyadas: Confluencias, complementariedades y divergencias. *Análisis y Modificación de Conducta*, 48(177), 35-72. <https://doi.org/10.33776/amc.v48i177.5467>
- Domínguez, R., & Ibarra, E. (2017). La psicología positiva: Un nuevo enfoque para el estudio de la felicidad. *Razón y Palabra*, 21 (96), 660-679. <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=199551160035>
- Espinoza Freire, E., (2020). La investigación cualitativa, una herramienta ética en el ámbito pedagógico. *Revista Conrado*, 16(75), 103-110. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1990-86442020000400103

- Fierro, L. (2021). *Diseño de un programa de desarrollo emocional dirigido a personas adultas mayores institucionalizados como medida de promoción de la salud* [Tesis de Maestría, Universidad Politécnica Salesiana Ecuador] Repositorio Institucional. <https://dspace.ups.edu.ec/handle/123456789/20426>
- Fonseca-Hernández, M., y Corona-Martínez, L. (2021). La evaluación del pase de visita como actividad docente asistencial: propuesta de guía de observación. *Medisur*, 19 (3), 413. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=180068641009>
- Fragoso-Luzuriaga, R. (2015). Inteligencia y competencias emocionales en educación superior, ¿un mismo concepto? *Revista iberoamericana de educación superior*, 6 (16), 110-125. https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-28722015000200006
- Garcés, D. (2024). *Revisión Sistemática: Comportamiento De Las Barras Bravas En El Fútbol, Desde La Psicología Jurídica* [Tesis de maestría, Pontificia Universidad Católica del Ecuador] PUCE. <https://repositorio.puce.edu.ec/items/eb78e15e-1637-4bde-b201-f20c79d29f91>
- García, D., Soler, M., Archard, L., & Cobo, R. (2020). Programa de psicología positiva sobre el bienestar psicológico aplicado a personal educativo. *Revista Electrónica Educare*, 24(1), 1-24. https://www.scielo.sa.cr/scielo.php?pid=S1409-42582020000100370&script=sci_arttext
- García, G., Da Silva, M., & Silva, M. (2021). Associations between sociodemographic and behavioural variables, fanaticism and aggressiveness of soccer fans. *Ciencias Psicológicas*, 15 (2), 1-16. <https://doi.org/10.22235/cp.v15i2.2390>.
- García, G., López, M., & Yáñez, S. (2020). Identidad juvenil y fútbol: la ritualidad convertida en violencia con los medios de comunicación. *Razón y palabra*, 24 (109), 581- 604. <https://doi.org/10.26807/rp.v24i109.1285>
- García-Alandete, J. (2014). Psicología positiva, bienestar y calidad de vida. *En claves del pensamiento*, 8(16), 13–29. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6070320>
- García, M., y Giménez-Mas, S. (2010). La inteligencia emocional y sus principales modelos: propuesta de un modelo integrador. *Espiral. Cuadernos del*

Profesorado, 3 (6), 43-52.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3736408>

- Gómez-Rivera, Y., & Acosta-Silva, D. (2021). Ayudar y recibir ayuda de otros: precisiones sobre la regulación emocional interpersonal. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 17 (2), 1-15. <https://doi.org/10.15332/22563067.7080>
- González, N., Torres, M., & Morelato, G. (2020). Apoyo social, autoestima y bienestar psicológico en escolares. El caso de México y Argentina. *Acta de investigación*, 10 (2), 65-79. <https://ri.conicet.gov.ar/handle/11336/141899>
- Gudiño, C., Pérez, C., Velasco, W., Realpe, Z., & Mantilla, I. (2024). Regulación emocional en basquetbolistas en proceso de formación deportiva, categoría infantil. *Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades*, V (2), 62-76. <https://doi.org/10.56712/latam.v5i2.1858>
- Guevara Alban, G., Verdesoto Arguello, A., y Castro Molina, N. (2020). Metodologías de investigación educativa (descriptivas, experimentales, participativas, y de investigación-acción). *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 4 (3), 163-173. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7591592>
- Guillén, V., Botella, C., & Baños, R. (2017). Psicología clínica positiva y tecnologías positivas. *Papeles del Psicólogo / Psychologist Papers*, 38 (1), 19-25. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=77849972011>
- Hernández González, O. (2021). Aproximación a los distintos tipos de muestreo no probabilístico que existen. *Revista Cubana de Medicina General Integral*, 37 (3), 1-3. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S086421252021000300002
- Hervás, G., & Moral, G. (2017). Regulación emocional aplicada al campo clínico. *FOCAD*, 1, 3-40. <https://www.ucm.es/data/cont/docs/1368-2018-05-11-FOCAD%20FINAL%20COMPLETO.pdf>
- Ibañez, J. (2024). Factores que Intervienen en la Formación de Apegos Emocionales. *Ciencia Latina Revista Científica Multidisciplinar*, 8(5), 2957-2984. https://doi.org/10.37811/cl_rcm.v8i5.13756

- Ibarra, J. (2023). Identidad y Pertenencia – Factores que Determinan el Presente y El Futuro del Devenir Social, Observados Desde la Complejidad. *593 Digital Publisher CEIT*, 8 (5), 157-170. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=9124287>
- Koch, S. B. J., Mars, R. B., Toni, I., & Roelofs, K. (2018). Emotional control, reappraised. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*, 95, 528–534. <https://doi.org/10.1016/j.neubiorev.2018.11.003>
- Lane, R., and Smith, R. (2021). Levels of Emotional Awareness: Theory and Measurement of a Socio-Emotional Skill. I. *Journal of Intelligence*, 9 (42), 2-35. <https://eric.ed.gov/?id=EJ1312486>
- Lacunza, A. B., & Contini, E. N. (2016). Relaciones interpersonales positivas: los adolescentes como protagonistas. *Psicodebate*, 16(2), 73-94. <https://doi.org/10.18682/pd.v16i2.598>
- Liu, Y., Chai, X., Sang, B., and Zhang, S. (2024). Differences in the effect of adolescents' strategies for expressing academic emotions on academic emotions and peer acceptance in competitive and cooperative situations. *Front. Psychol.*, 15 (1407885), 1-11. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2024.1407885>
- Loayza, J. (2021). Felicidad, emociones positivas, evaluación cognitiva y afrontamiento en estudiantes universitarios de Lima Metropolitana. *Actualizaciones en Psicología*, 35 (130), 35-48. <https://doi.org/10.15517/ap.v35i130.37198>
- Londoño-Galeano, D., Arboleda-Ariza, J. C., & Prosser Bravo, G. (2020). Las violencias desde el espectador de fútbol: habitus del aficionado, el hincha y el barrista. *Quaderns de Psicologia*, 22(3), e1533. <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1533>
- López-Casanova, M., Nadal-García, I., Larroz-Rábanos, N., & Juan-Morera, B. (2021). Análisis del bienestar psicológico en la práctica coral inclusiva. *Per Musi*, 41, 1-16. <https://doi.org/10.35699/2317-6377.2021.35188>
- Lopezosa, Carlos; Codina, Lluís; Pere Freixa (2022) *ATLAS.ti para entrevistas semiestructuradas: guía de uso para un análisis cualitativo eficaz*. Barcelona: DigiDoc Research Group (Pompeu Fabra University), DigiDoc Reports, 2022 RTI11/2022 <https://repositori.upf.edu/items/a4b078bf-46e9-4b79-b54b145381ae453e>

- Luna, A., Nieto, W., & Melo, D. (2022). Hinchas del futbol en Ecuador: entre la fidelidad y la deslealtad. *Razón y palabra*, 26 (114), 485-502. <https://doi.org/10.26807/rp.v26i114.1864>
- Lupano, M., & Castro, A. (2010). Psicología positiva: Análisis desde su Surgimiento. *Ciencias Psicológicas*, 4 (1), 43-56. http://www.scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1688-42212010000100005
- Meza, N., & Sánchez, R. (2023). Comportamiento colectivo – grupal violento tendiente a la deshumanización, despersonalización y desdignificación de los otros. *Revista CoPaLa. Construyendo Paz Latinoamericana*, 8 (17), 130-144. <https://doi.org/10.35600/25008870.2023.17.0257>
- Mikulic, I. (2021). Perfiles de regulación emocional y su asociación con la ansiedad y depresión. *Anuario de Investigaciones*, 28 (1), 43-50. <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=369170422004>
- Molina, M., Celsi, Ig., y Schmidt, V. (2023). Propósito vital y experiencias positivas en actividades de disfrute en adolescentes de Buenos Aires. *Actualidades en Psicología*, 37 (135), 1-14. <http://dx.doi.org/10.15517/ap.v37i135.50767>
- Noblejas de la Flor, M. (2018). Logoterapia, fundamentos y líneas de intervención. *Revista de Psicoterapia*, 29 (109), 69-87. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=6387069>
- Murillo, J., & Rentería, M. (2023). Bienestar subjetivo y satisfacciones de dominios en estudiantes universitarios colombianos. *Interdisciplinaria*, 40 (2), 215-229. <https://doi.org/10.16888/interd.2023.40.2.15>
- Okumura-Clark, A., Ospina-Valencia, S., Traverso-Madrid, O., & Prieto-Molinari, D. (2024). Primera versión en español de la Escala de Fanatismo en el Deporte: Análisis psicométrico en adultos peruanos. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 24 (3), 162-181. <https://doi.org/10.6018/cpd.582231>
- Olano-Ferreya, M., & Barboza-Palomino, M. (2023). Construcción y valoración de la pertenencia a una barra brava de fútbol. Las voces de los exintegrantes. *Quaderns de Psicologia*, 25 (2), 2-20. <https://doi.org/10.5565/rev/qpsicologia.1912>

- Orkaizagirre Gòmara, A., y Arroyo Rodríguez, A. (2023). Píldora metodológica: El Estudio de Caso como diseño de investigación cualitativa en Enfermería. *Hygia de Enfermería*, 40(3), 123-125. <https://revistahygia.es/pdf/40-3/Hygia-de-Enfermeria-2023-volumen-40-tomo-3-pp-123-125.pdf>
- Park, N., Peterson, C., & Sun, J. (2013). La Psicología Positiva: Investigación y aplicaciones. *Terapia Psicológica*, 31 (1), 11- 19. <http://dx.doi.org/10.4067/S0718-48082013000100002>
- Pasek de Pinto, E., Àvila de Vanegas, N., y Matos de Rojas, Y. (2015). Concepciones sobre participación social que poseen los actores educativos y sus implicaciones. *Paradigma*, 36(2), 99-121. https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1011-22512015000200006
- Pérez Cáceres, J., Bohórquez Gómez-Millán, M. R., & Arias Velarde, M. Ángeles. (2021). Relación entre la cohesión grupal y la ansiedad competitiva en fútbol de iniciación. *informacio psicologica*, (121), 106–117. <https://doi.org/10.14635/IPSIC.2021.121.9>
- Perret, R. (2016). El secreto de la motivación (1er ed.). <https://bibliotecavirtualcunori.wordpress.com/2018/11/13/el-secreto-de-la-motivacion/>
- Piña-Ferrer, L., (2023). El enfoque cualitativo: Una alternativa compleja dentro del mundo de la investigación. *Revista Arbitrada Interdisciplinaria KOINONIA*, 8(15), 1-3. <https://doi.org/10.35381/r.k.v8i15.2440>
- Rivera Guerrero, E. (2021). La construcción de la pasión por el futbol.: El caso de los Leones Negros de la UdeG. *Culturales*, 9, 1–34. <https://doi.org/10.22234/recu.20210901.e597>
- Roja, G., & Rodríguez, I. (2022). Coincidencias y controversias entre la psicología positiva y la psicología de la salud. *Humanidades Médicas*, 22 (3), 704-728. http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1727-81202022000300704
- Rodríguez, Y., Negrón Cartagena, N., Maldonado Peña, Y., Quiñones Berrios, A., & Toledo Osorio, N. (2015). Dimensiones de bienestar psicológico y apoyo social percibido con relación al sexo y nivel de estudio en universitarios. *Avances en*

- Salirrosas, R. (2024). Regulación emocional y satisfacción con la vida: el rol predictor de las actitudes al Covid-19. *Revista Eugenio Espejo*, 18 (1), 58-71.
<https://doi.org/10.37135/ee.04.19.06>
- Trujillo, T., Maestre, M., Preciado, K., Ortin, F., López, A., & López, J. (2022). Bienestar psicológico, fortaleza mental y vitalidad subjetiva en deportistas con discapacidad. *Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación*, 45, 1165-1173. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8480230>
- Truyenque, R., & Muñoz, F. (2021). Pasión y actos delictivos en las barras bravas de fútbol. *Ciencia y Desarrollo*, 24 (4), 8-16.
<http://dx.doi.org/10.21503/cyd.v24i4.2307>
- Vázquez, C., Hervàs, G., & Ho, S. (2006). Intervenciones clínicas basadas en la psicología positiva: fundamentos y aplicaciones. *Psicología Conductual*, 14 (3), 401-432. <https://www.behavioralpsycho.com/producto/intervenciones-clinicas-basadas-en-la-psicologia-positiva-fundamentos-y-aplicaciones/>
- Villarreal-Puga, J., & Cid García, M. (2022). La Aplicación de Entrevistas Semiestructuradas en Distintas Modalidades Durante el Contexto de la Pandemia. *Revista Científica Hallazgos21*, 7(1), 52- 60.
<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8474986>
- Vizioli, N. (2022). Psicoterapia para la regulación emocional desde un enfoque transdiagnóstico: revisión de ensayos clínicos aleatorizados. *Psicogente*, 25 (47), 1-19. <https://doi.org/10.17081/psico.25.47.4895>
- Zare, S., Zarei, A., & Tejari, F. (2020). Analysis of nostalgia sport tourism in football fans of Persian Gulf Pro League. *Revista Euroamericana de Ciencias del Deporte*, 9 (2), 103-108. <https://doi.org/10.6018/sportk.431191>
- Zúniga, C., & Martínez, R. (2024). Bienestar psicológico en estudiantes universitarios de Psicología de Honduras. *Academo*, 11(1), 38-50.
<https://doi.org/10.30545/academo.2024.ene-abr.5>

Anexos

Anexo A



Universidad técnica de Machala
Facultad de ciencias Químicas y de la salud
Carrera de Psicología Clínica

Consentimiento Informado

Por favor, lea atentamente este documento. Si tiene dudas, consulte al investigador antes de firmar. El objetivo de esta investigación es analizar la relación emocional y bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol en el Cantón Santa Rosa - Provincia de El Oro, para la realización de una tesis de pregrado en Psicología clínica. Si acepta participar, se le aplicará una entrevista para identificar y describir la regulación emocional en los jóvenes aficionados al fútbol. La duración estimada es de 25 minutos.

La entrevista no presenta riesgos para su integridad. Si se siente incómodo/a, puede abandonar sin consecuencias. No habrá remuneración por su participación. Esta investigación beneficiará a la sociedad al revelar cómo el fútbol influye en la gestión emocional de los jóvenes y su impacto en el bienestar psicológico, información útil para desarrollar programas que promuevan hábitos saludables de afición deportiva.

La información que se obtenga de la entrevista es confidencial y ni su nombre o cualquier otro dato identificativo será conocido por nadie, a excepción del investigador. En la presente tesis de pregrado, los/las participantes serán referidos/as solo por códigos, sin ningún tipo de dato individual que permita identificarlo/a a usted o al resto de los/las participantes. Por favor, firme a continuación si está de acuerdo con lo anteriormente expuesto y decide participar voluntariamente en esta investigación

Nombre: _____

Firma: _____

Anexo B



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA
Calidad, Pertinencia y Calidez
FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA

Tema de Investigación: Regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes aficionados al fútbol.

Objetivo de la Investigación: Analizar la relación emocional y bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol.

ENTREVISTA PERSONAL ESTRUCTURADA

1. ¿Cómo identificas y comprendes lo que estás sintiendo cuando tu equipo gana o pierde un partido importante?
.....
.....
.....
2. ¿Qué haces normalmente para calmarte cuando una situación futbolística te genera enojo o frustración?
.....
.....
.....
3. ¿Sueles expresar lo que sientes en torno al fútbol con otras personas?
¿Cómo reaccionan los demás?
.....
.....
.....
4. ¿Qué tan satisfecho estás contigo mismo y cómo manejas tus emociones en el día a día?
.....
.....
.....
5. ¿Sientes que tu afición por el fútbol te da un propósito o un sentido en tu vida? ¿Por qué?

-
-
-
6. ¿Cómo influyen tus relaciones con otros aficionados o amigos futboleros en tu bienestar emocional?
-
-
-
7. ¿Qué te motiva a seguir o a participar en el fútbol? ¿Qué significa para ti esta afición en tu vida diaria?
-
-
-
8. ¿Con qué frecuencia sigues los partidos o actividades relacionadas con el fútbol (en TV, redes, estadio, etc.)?
-
-
-
9. ¿Juegas fútbol de forma regular o solo lo sigues como espectador? ¿Por qué prefieres esa forma de vivir el fútbol?
-
-
-
10. ¿Formas parte de algún grupo, club, barra o comunidad relacionada con el fútbol? ¿Cómo influye eso en tu vida?
-
-
-

Anexo C



UNIVERSIDAD TÉCNICA DE MACHALA
Calidad, Pertinencia y Calidez
FACULTAD DE CIENCIAS QUÍMICAS Y DE LA SALUD
CARRERA DE PSICOLOGÍA CLÍNICA



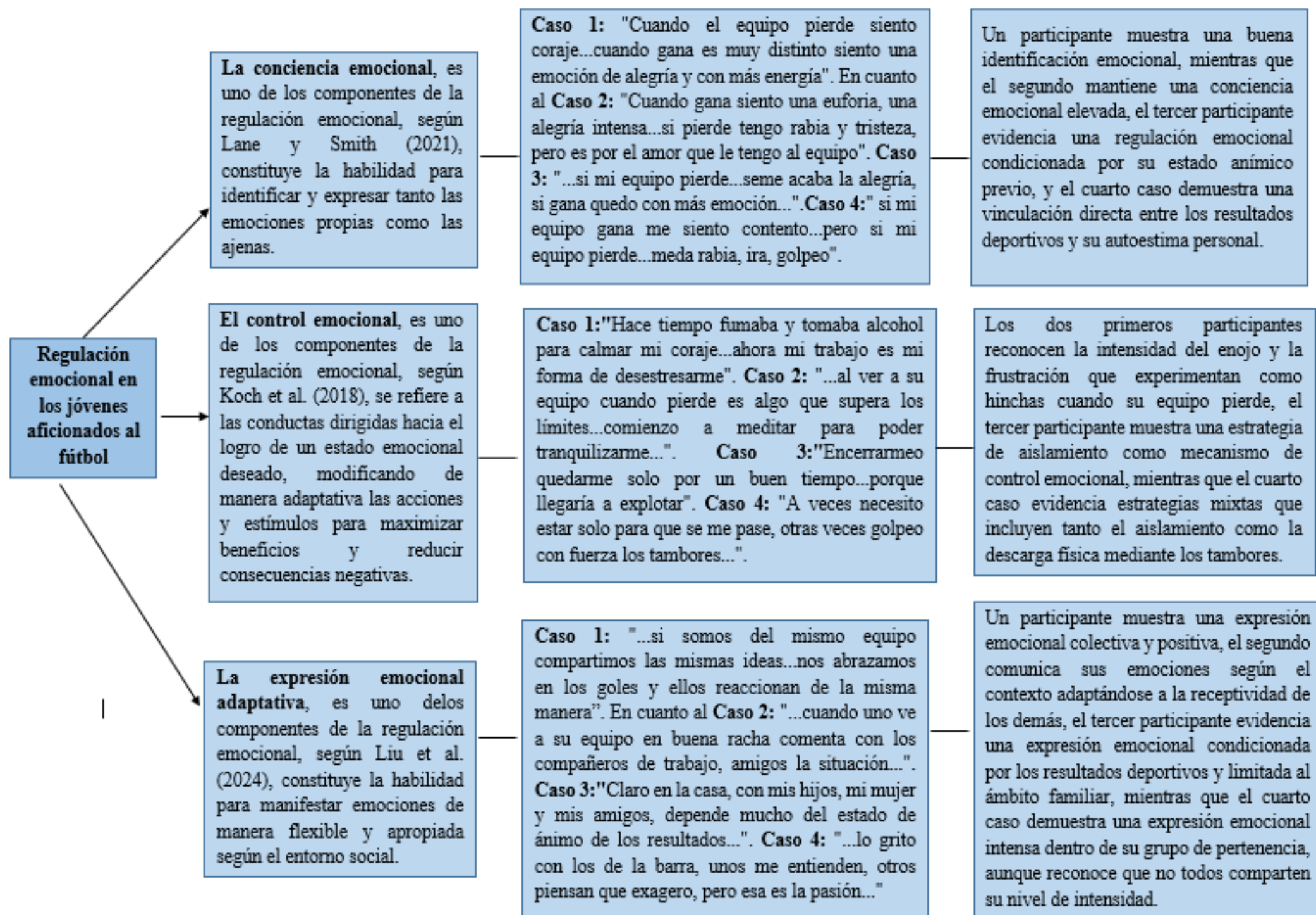
Tema de Investigación: Regulación emocional y bienestar psicológico en jóvenes aficionados al fútbol.

Objetivo de la Investigación: Analizar la relación emocional y bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol.

GUÍA DE OBSERVACIÓN ESTRUCTURADA

No.	Indicadores	sí	no	Observaciones
1	Reconoce con claridad sus emociones al hablar sobre situaciones futbolísticas.			
2	Demuestra estrategias de control emocional ante experiencias negativas. (derrotas, críticas).			
3	Expresa emociones de manera adecuada al interactuar socialmente.			
4	Se muestra satisfecho consigo mismo al hablar de sus emociones.			
5	Muestra sentido de propósito o motivación vinculada a su afición por el fútbol.			
6	Tiene interacciones sociales positivas relacionadas con su afición al fútbol.			
7	Expresa su motivación con euforia hacia el fútbol.			
8	Participa frecuentemente en actividades futbolísticas.			

9	Se involucra activamente en grupos o comunidades vinculadas al fútbol.			
10	Muestra entusiasmo y compromiso al hablar de su equipo o del fútbol en general.			



Bienestar psicológico en los jóvenes aficionados al fútbol

La autoaceptación, entendida como la capacidad de reconocerse con una actitud favorable tanto en virtudes como en debilidades personales, constituye un aspecto esencial del bienestar psicológico (Abharini et al., 2023).

Caso 1, donde el entrevistado afirma: "Me siento bien...Es parte de ser hincha del equipo que amas". En el **caso 2**, el participante expresa: "Sí me siento satisfecho....lo sé manejar bien". Por su parte, el **caso 3** declara: "Creo que cincuenta y cincuenta...trato de respirar profundo". En el **caso 4** "Tranquilo...y cuando hay que ir a ver al fútbol selo ve nomás".

Un participante reconoce altibajos emocionales y aplica estrategias simples para mantenerse estable, el otro muestra satisfacción personal y control emocional moderado según el contexto. El tercero reconoce su variabilidad emocional y recurre a estrategias simples de autorregulación, mientras que el cuarto muestra estabilidad basada en la tranquilidad y la integración del fútbol en su vida cotidiana.

El propósito en la vida constituye un elemento fundamental que orienta las acciones del individuo hacia objetivos significativos, buscando generar contribuciones que benefician a otros y otorguen sentido a la existencia (Molina et al., 2023)

Caso 1: "...el fútbol va mucho más allá que solo alentar a mi equipo...me hace sentir bien", mientras que en el **Caso 2**: "...el fútbol es una de las razones para levantarme con emoción, me hace sentir parte de algo más grande". Por su parte, el **Caso 3** expresa: "...prefiero estar en un estadio alentando a mi equipo que estar en fiestas", y el **Caso 4** menciona: "...veo a mi equipo ganar...me da un orgullo y me cambia el ánimo".

Los casos 1 y 2 demuestran una conexión profunda con el deporte como elemento identitario y de pertenencia, mientras que los casos 3 y 4 revelan cómo esta pasión funciona como regulador emocional y alternativa constructiva frente a otras actividades, sugiriendo que el fútbol opera como un ancla existencial que proporciona estabilidad y propósito en sus vidas cotidianas.

Las relaciones positivas con los demás se caracterizan por constituir vínculos sociales donde se produce intercambio mutuo entre individuos, y cuando estas conexiones son saludables, permiten que la persona experimente sentido de pertenencia grupal (Lacunzay Contini, 2016).

Caso 1: "Siempre habido esa discrepancia con hinchas de otros equipos", **Caso 2**: "Me ayudan a sentirme que no estoy solo...juntos compartimos alegrías y derrotas", **Caso 3** señala: "...si otros hinchas vienen a provocarme no podré controlarme...hasta el punto de que...podemos irnos de golpes", **Caso 4** expresa: "...cada uno, con su equipo, nos llevamos bien...trato de estar con los hinchas de mí mismo equipo".

El **Caso 2** evidencia vínculos saludables caracterizados por apoyo emocional y sentido de pertenencia dentro de su comunidad futbolística. El **Caso 4** demuestra una aproximación madura y pacífica hacia las diferencias, manteniendo relaciones cordiales mientras busca la compañía de personas afines. Por el contrario, los Casos 1 y 3 revelan dificultades en el manejo de las relaciones interpersonales, especialmente con seguidores de equipos rivales, donde las discrepancias pueden escalar hacia confrontaciones, sugiriendo limitaciones en sus habilidades sociales y control emocional dentro del contexto futbolístico.

**Jóvenes
aficionados
al fútbol**

La motivación constituye la fuerza impulsora que energiza y dirige a las personas hacia el logro de sus objetivos, funcionando como el combustible que sostiene la acción humana (Perret, 2016).

El nivel de afición constituye un estado emocional y conductual que evidencia el grado de compromiso y lealtad de los seguidores hacia su club, manifestándose especialmente a través de su participación activa en diversas plataformas digitales (Alsiyabi et al., 2023)

La participación activa implica la expresión de ideas, asunción de responsabilidades y actuación comprometida dentro de un colectivo, mientras que la participación pasiva se caracteriza por la observación sin involucramiento directo ni toma de iniciativas, limitándose a seguir decisiones externas (Pasek dePinto et al., 2015).

La pertenencia a grupos o clubes proporciona seguridad emocional y genera sentimientos de aprobación, acompañamiento, respeto y reconocimiento por parte de otros miembros de la comunidad (Ibarra, 2023).

Caso 1: "...se siente una adrenalina única que solo el fútbol me provoca...me hace olvidar de mis problemas", **Caso 2** expresa: "La previa de cada partido...la pasión compartida...de esto depende mi estado de ánimo". El **Caso 3** menciona: "Los colores, la pasión...es parte de mi rutina e identidad", **Caso 4** señala: "...me ha gustado el fútbol...para mí el fútbol es lo más grande que existe".

Caso 1: "Todo el tiempo...más por televisión es donde a diario sigo a mi equipo", mientras que el **Caso 2** expresa: "Siempre, todos los días estoy pendiente...voy al estadio cada vez que puedo". Por su parte, el **Caso 3** menciona: "A diario, en todos lados...con más frecuencia lo sigo por las redes", el **Caso 4** señala: "Casi todos los días...cuando me toca trabajo...veo en el teléfono".

Caso 1: "...solo los fines de semana y también lo sigo como espectador...un hábito en mi vida", el **Caso 2:** "Todos los días juego y también lo sigo como espectador...un hincha lo va a demostrar todos los días". Por su parte, el **Caso 3** expresa: "...por motivos de salud ahora ya solo lo sigo como espectador...me permite conectar con el juego", y el **Caso 4:** "A veces juego...Me llena más alentar con la barra y sentir como el estadio se vuelve una caldera"

Caso 1: "...soy un integrante de la barra del CS Emelec la 'Boca del Pozo'...compartimos una hermandad", el **Caso 2** expresa: "...es como mi segunda familia, me da apoyo, identidad y sentido de pertenecer a algo grande". El **Caso 3** menciona: "...soy líder de la barra 'Boca del pozo'", y el **Caso 4** señala: "...soy de la Boca del Pozo y esto influye de una manera excepcional".

El **Caso 1** revela una motivación emocional-evasiva, utilizando el deporte como escape y generador de sensaciones únicas. El **Caso 2** demuestra motivación social-afectiva, centrada en la experiencia compartida y su impacto anímico. El **Caso 3** evidencia motivación identitaria, donde el fútbol constituye un componente esencial de su personalidad. El **Caso 4** muestra motivación intrínseca basada en el placer genuino por el deporte y la satisfacción del éxito de su equipo.

En los **Casos 1 y 2** demuestran la mayor intensidad, con seguimiento constante a través de múltiples medios y asistencia física cuando es posible. Los **Casos 3 y 4** muestran adaptabilidad en su consumo, priorizando las redes sociales y dispositivos móviles para mantener su conexión con el equipo, lo que refleja cómo las obligaciones laborales no disminuyen su nivel de compromiso, sino que modifican las formas de expresión de su afición.

El **Caso 1** combina participación limitada con predominio de la modalidad pasiva como espectador habitual. El **Caso 2** demuestra la mayor participación, manteniendo práctica diaria junto con seguimiento constante como aficionado. El **Caso 3** ha transitado de participación a exclusivamente pasiva debido a limitaciones de salud, adaptando su forma de conexión con el deporte. El **Caso 4** presenta participación mixta con preferencia por la modalidad pasiva activa, priorizando el apoyo emocional desde las tribunas por encima de la práctica deportiva directa.

Los **Casos 1 y 2** revelan una integración profunda, experimentando vínculos fraternales y familiares que trascienden el ámbito deportivo, obteniendo apoyo emocional e identitario. El **Caso 3** demuestra el mayor nivel de compromiso al ocupar una posición de liderazgo, lo que sugiere reconocimiento y respeto dentro del grupo. El **Caso 4** expresa satisfacción con su pertenencia, aunque de manera menos elaborada, indicando una experiencia positiva pero posiblemente menos profunda.