



PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del
Ejercicio y la Salud
ISSN: 1409-0724
ISSN: 1659-4436
pensarenmovimiento.eefd@ucr.ac.cr
Universidad de Costa Rica
Costa Rica

COSTA RICA SIN FRONTERAS #17

Aragón V., Ph.D., FACSM, Luis Fernando
COSTA RICA SIN FRONTERAS #17

PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud, vol. 16, núm. 1, 2018
Universidad de Costa Rica, Costa Rica

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=442055665008>

COSTA RICA SIN FRONTERAS #17

Luis Fernando Aragón V., Ph.D., FACSM
Universidad de Costa Rica, Costa Rica

En esta sección se publican los resúmenes en español de artículos que han sido publicados por investigadoras/es de universidades costarricenses en otras revistas en el mundo, con su debida referencia al trabajo original, y con una breve explicación de dónde se realizó la investigación. Los artículos originales han sido publicados en otros idiomas; las revistas tienen consejo editorial y manejan un proceso de revisión por pares.

Los resúmenes corresponden a estudios relacionados con las ciencias del ejercicio y la salud, que se conforman a los criterios generales de la revista, esto es, se trata de "... estudios experimentales o que hagan recomendaciones concretas para solucionar problemas o preguntas relevantes (...) trabajos originales o de meta-análisis." Solicitamos a quienes hayan publicado este tipo de trabajos en otros idiomas que no los hagan saber, para incluir sus resúmenes en futuras entregas de esta sección

PENSAR EN MOVIMIENTO: Revista de Ciencias del Ejercicio y la Salud, vol. 16, núm. 1, 2018

Universidad de Costa Rica, Costa Rica

Redalyc: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=442055665008>

EFECTO DEL FOCO DE ATENCIÓN EN TAREAS DE BALANCE: UNA REVISIÓN SISTEMÁTICA CON METAANÁLISIS

Kim, T., Jimenez-Diaz, J., & Chen, J. (2017). The Effect of Attentional Focus in Balancing Tasks: A Systematic Review with Meta-Analysis. *Journal of Human Sport and Exercise*, 12(2), 463-479. doi:10.14198/jhse.2017.122.22

Propósito: El objetivo del presente estudio fue utilizar la técnica metaanalítica para examinar el efecto del foco de atención en destrezas de balance en el aprendizaje motor. **Métodos:** La revisión de literatura se realizó en 5 bases de datos electrónicas, referencias de otros estudios y revisión de expertos. Los estudios incluidos presentaron ensayos aleatorizados de foco de atención externo (FE) e interno (FI). La evaluación del riesgo se analizó por medio de un instrumento desarrollado por los autores para dicho fin. Se utilizó la diferencia entre medias bajo el modelo de efectos aleatorios para obtener el tamaño de efecto (TE) global. La heterogeneidad se evaluó por medio de la Q estadística y la inconsistencia por medio de I². **Resultados:** Se revisó un total de 790 estudios, 16 de ellos cumplieron los criterios de inclusión, representado 541 hombres y mujeres, y se calculó un total de 17 TE. **Análisis** indicaron que el grupo de FE presentó un mejor desempeño que el grupo de FI en

la fase de adquisición. (TE= 0.48, n= 16, IC95% = 0.07 a 0.90, Q = 68.7, I2=78.2%), en retención (TE= 0.44, n= 17, IC95% = 0.14 a 0.74, Q = 26.1, I2=38.6%) y en transferencia (TE= 1.41, n= 4, IC95% = 1.00 a 1.82, Q = 22, I2= 0%). Conclusión: El efecto global calculado sugiere que el foco de atención externo presenta un mejor resultado en el aprendizaje de destrezas de balance en comparación con el foco de atención interno.

Palabras Clave: Aprendizaje motor; Foco de atención; Balance; Estabilidad; Revisión sistemática.

Este estudio fue realizado durante la pasantía doctoral en la Universidad de A&M, en Texas, Estados Unidos. Colaboradora: Judith Jiménez Díaz.

La revista Journal of Human Sport and Exercise tiene una calificación SJR de Scimago de 0.54.