



Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico

ISSN: 2530-3910

Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid

Vaamonde, Alejo García-Naveira
MAD Lions Esports Club: Experiencia profesional del psicólogo del deporte
Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico, vol. 4, núm. 1, 2019, pp. 1-11
Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid

DOI: <https://doi.org/10.5093/rpadef2019a6>

Disponible en: <http://www.redalyc.org/articulo.oa?id=613865231007>

- Cómo citar el artículo
- Número completo
- Más información del artículo
- Página de la revista en redalyc.org



Sistema de Información Científica Redalyc
Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal
Proyecto académico sin fines de lucro, desarrollado bajo la iniciativa de acceso abierto



Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org



MAD Lions Esports Club: Experiencia profesional del psicólogo del deporte

Alejo García-Naveira Vaamonde

MAD Lions E.C., España

RESUMEN: Para la mejora del rendimiento y el cuidado de la salud de los *gamers* se requiere un trabajo interdisciplinar desde una perspectiva integral del entrenamiento (técnica, táctica, física y psicológica), en el que el psicólogo se ha ido integrando progresivamente en los organigramas de los clubes de *esports*. Un claro ejemplo es el de MAD Lions E.C. que, dentro de su equipo de trabajo en el área de rendimiento y salud, cuenta con entrenadores, preparador físico, psicólogos del deporte, fisioterapeuta y nutricionista. En concreto, los psicólogos del deporte realizan entrenamientos psicológicos (presencial y *online*) orientados a optimizar los recursos psicológicos, principalmente, de los entrenadores y los *gamers*. Destacar la labor que se realiza para generar una cultura deportiva de alto rendimiento en el club, conseguir un equilibrio entre la vida personal, los hábitos saludables y el entrenamiento del videojuego, el compaginar los *esports* con los estudios, el entrenamiento en autorregulación emocional y los procesos psicológicos de los equipos. Se concluye que, los *esports* al tener un alto contenido mental, es imprescindible la presencia del psicólogo del deporte, el cual tiene que aprender del sector y las nuevas tecnologías para hacer intervenciones eficaces.

PALABRAS CLAVES: Psicólogo, *esports*, *gamer*, nuevas tecnologías, intervención psicológica.

MAD Lions Esports Club: Professional experience of the sports psychologist

ABSTRACT: Improvement of the performance and health care of gamers requires an interdisciplinary work from a comprehensive perspective of training (technical, tactical, physical, and psychological) in which the psychologist has progressively been integrated into the organizational charts of esports clubs. A clear example is the MAD Lions E.C. club, which includes in its team working in the area of performance and health coaches, physical trainer, sports psychologists, physical therapist, and nutritionist. Specifically, sports psychologists perform psychological training (face-to-face and online) aimed at optimizing the psychological resources, mainly of coaches and gamers. The work done to generate a high performance sports culture in the club, achieve a balance between personal life, healthy habits and video game training, combine sports with studies, training in emotional self-regulation and psychological processes of the teams should be emphasized. It is concluded that, as esports have a high mental content, presence of sports psychologists, who have to learn from the sector and new technologies to make effective interventions, is essential.

KEYWORDS: Psychologist, esports, gamer, new technologies, psychological intervention.

MAD Lions Esports Club: experiência profissional do psicólogo do desporto

RESUMO: Para melhorar o rendimento e os cuidados de saúde dos gamers é necessário um trabalho interdisciplinar a partir de uma perspetiva holística do treino (técnico, tático, físico e psicológico), em que o psicólogo tem sido progressivamente integrado nos organogramas dos clubes de esports. Um exemplo claro é o MAD Lions E.C. que dentro da sua equipa de trabalho na área do rendimento e saúde conta com treinadores, preparador físico, psicólogos do desporto, fisioterapeuta e nutricionista. Especificamente, os psicólogos do desporto realizam treinos psicológicos (presenciais e online), que visam otimizar os recursos psicológicos, principalmente dos treinadores e dos gamers. Destacar o trabalho que se realiza para criar uma cultura de alto desempenho desportivo no clube, alcançar um equilíbrio entre a vida pessoal, os hábitos saudáveis e o treino do videojogo, a conciliação dos esports com os estudos, a formação

Alejo García-Naveira Vaamonde es psicólogo en MAD Lions E. C.

La correspondencia sobre este artículo debe enviarse al autor al email: alejogarcianaveira@gmail.com



Este es un artículo Open Access bajo la licencia <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

de autoregulação emocional e os processos psicológicos das equipas. Conclui-se que os esports, uma vez que têm um alto conteúdo mental, tornam essencial a presença do psicólogo do desporto, o qual tem de aprender sobre o setor e as novas tecnologias para fazer intervenções eficazes.

PALAVRAS-CHAVE: Psicólogo, esports, gamer, novas tecnologias, intervenção psicológica.

Artículo recibido: 24/02/2019 | Artículo aceptado: 29/05/2019

Como psicólogo del deporte (CGPE, 2018), tras 17 años trabajando en el Club Atlético de Madrid (García-Naveira y Jerez, 2012) y 5 años en la Real Federación Española de Atletismo (García-Naveira, 2016), nunca hubiera imaginado llegar a los *esports* (deportes electrónicos, donde se compete en determinados videojuegos), y en concreto, en un club top en España como es MAD Lions E.C.

Mi punto de partida estaba claro: la ignorancia. No tenía conocimiento sobre la industria de los *esports*, el perfil de los *gamers* (jugadores profesionales de videojuegos), entrenadores, muchos de los videojuegos en los que se compete, lo que es un club profesional de *esports*, etc. Por ello, mi primer objetivo era comenzar a saber: entrevistas a entrenadores y jugadores, aprender a jugar y/o comprender los videojuegos en los que compete el club, ver entrenamientos y competiciones, asistir a eventos, revisar la bibliografía existente, etc. En definitiva, tener una apertura a la experiencia y al aprendizaje, movilizarme activamente para ello, vivir el día a día de los entrenadores y *gamers*, integrarme con el resto de profesionales del club, involucrarme en el proyecto en sí, entre otras cuestiones que me ayudasen a “aterriar” en los *esports*.

Además de mi desconocimiento sobre el sector, destacar que el análisis de la base de datos *Web of Science* muestra que entre los años 2007–2017 solo se publicaron 71 artículos relacionados con *esport* (Hulk, 2019). Estos resultados sugieren que este fenómeno aún no está bien reconocido y que el tema es nuevo para los científicos y profesionales, por lo que se requiere profundizar sobre el desarrollo y la evaluación de la experiencia del desempeño humano en los *esports* (Pluss et al., 2019).

A pesar de todo, cabe señalar que estaba convencido de poder contribuir al proyecto e intuía en qué aspectos podría aportar desde la Psicología del Deporte. Partiendo de diferentes trabajos (Cantón, 2016; García-Naveira, 2018b; Pérez-Rubio, González, y Garcés de los Fayos, 2017), al igual que sucede en cualquier otra actividad deportiva y de rendimiento humano, los pilares fundamentales se centran en la mejora del rendimiento y cuidado de la salud de los *gamers*, en el que los entrenadores son la figura clave para llegar a la persona, y desde ahí, movilizarla hacia los objetivos establecidos.

Partiendo de estas primeras reflexiones, desde una vertiente aplicada, cobra un especial interés el desarrollar trabajos que estudien y/o compartan experiencias de la labor del psicólogo del deporte en los *esports*. El objetivo de este trabajo es presentar mi rol profesional y funciones como psicólogo del deporte en MAD Lions E.C., para que sirva de referencia a otros psicólogos/as, profesionales del ámbito y clubes de *esports*.

A continuación, se abordará algunas cuestiones relevantes relacionadas con los *esports* que justifican la integración del psicólogo del deporte dentro del staff de trabajo de los clubes, la estructura y organigrama de MAD Lions E.C. y la experiencia profesional como psicólogo del deporte.

Esports

Los *esports* son una realidad de competición, social, económica, laboral y de entretenimiento, que vive una expansión a nivel mundial (DEV, 2016; Hamari y Sjöblom, 2017; Stanton, 2015). A modo de ejemplificar esta afirmación, la industria del videojuego en el año 2017 fue capaz de generar a nivel mundial 116.000 millones de dólares y hubo 2.200 millones de personas que jugaron a algún videojuego (Newzoo, 2017). Por su parte, los *esports* en el año 2017 generaron un ingreso de 655 millones de dólares y hubo 143 millones de espectadores a nivel mundial (Newzoo, 2018).

Otro dato relevante es que, en enero de 2019, en el navegador de Google se obtuvo 476 millones de resultados escribiendo el término “esport” frente a 239 millones de resultados al escribir el término “ajedrez”, por lo que demuestra que los *esports* están inscrito en la cultura de masas (Hulk, 2019).

Los *esports* surgen de la actividad reglada, competitiva y profesional de determinados videojuegos, siendo estos últimos jugados por ocio y recreación (Bányai, Griffiths, Király y Demetrovics, 2018; Hamari y Sjöblom, 2017; Taylor, 2012). No es lo mismo jugar videojuegos de entretenimiento que entrenar para competir y ser un jugador profesional (García-Lanzo y Chamarro, 2018). Por ejemplo,

una persona puede jugar al FIFA (videojuego de fútbol) por ocio y recreación (p. ej., jugando los fines de semana con sus amigos), pero la organización de competiciones (ligas y torneos con premios establecidos) y la preparación del participante para competir (p. ej., técnico-táctica, física y psicológico), hace que la actividad se profesionalice (p. ej., con contrato laboral y entrenando un total de 4-6 horas diarias durante 5-6 días a la semana).

Actualmente, existen competiciones nacionales e internacionales organizadas por diferentes entidades (p. ej., la Liga de Videojuegos Profesional en España) en formato de liga, copa o evento que se juegan a lo largo de una temporada deportiva. Los principales videojuegos en los cuales se compite mundialmente a nivel individual o en equipo, son, entre otros: *League of Legends*, *Dota 2*, *Counter Strike*, *FIFA* y *Call of Duty* (DEV, 2016).

Independientemente de si los *esports* pueden ser clasificados como deporte, cuestión controvertida y de escasa importancia práctica (Funk, Pizzo y Baker, 2018; Hallmann y Giel, 2018; Sánchez y Remillard, 2018), reúne las características propias de los deportes tradicionales, aspectos que si son relevantes desde lo aplicable y su estudio (Hulk, 2019; ONTIER 2018): (i) hay un rendimiento principalmente mental, aunque en menor medida, también físico; (ii) la participación es organizada e incluye instituciones que lo avalan; (iii) existen competiciones regladas; (iv) hay entrenamientos; (v) están sujetos a normas y (vi) tiene un carácter competitivo.

Donde existe una característica y diferencia significativa es en el espacio donde se realizan cada una de estas actividades (Baltezarević y Baltezarević, 2018; Thiel y John, 2019). El espacio en el que tiene lugar un deporte tradicional, está relacionado con el mundo real (p.ej., un campo de fútbol), mientras que los deportes electrónicos han encontrado su arena en el mundo cibernético (p.ej., ordenadores). Esta diferencia tiene una relevancia aplicada, por lo que comprender qué es la propia actividad y el perfil del *gamer*, facilitará un análisis de sus necesidades y demandas para que sean cubiertas en la preparación y entrenamientos de los jugadores profesionales.

Desde una perspectiva del rendimiento, diferentes autores (Hilvoorde y Pot, 2016; Kari y Karhulahti, 2016; Railsback y Caporusso, 2019) definen a los *esports* como un tipo de deporte donde las personas desarrollan y entrenan las capacidades cognitivas (p. ej., tiempo de reacción y toma de decisiones), habilidades mentales (p. ej., motivación y autoconfianza), capacidades físicas (p. ej., la resistencia para contrarrestar la fatiga, ya que algunas eliminatorias o partidos pueden durar entre 2-4 horas seguidas), lo técnico-táctico (p. ej., la estrategia), la psicomotricidad (p. ej.,

óculo-manual) y los valores tradicionales (p. ej., trabajo en equipo y superación), con el uso de las tecnologías.

Varios de estos videojuegos se integran en clubes profesionales constituidos legalmente con jugadores, staff técnico y directiva, generando diferentes puestos de trabajo —entrenadores, preparadores físicos, psicólogo del deporte, nutricionistas, fisioterapeutas, asesores de imagen, youtubers, marketing, publicidad, etc.— (García-Lanzo y Chamarro, 2018; MAD Lions E.C., 2019). Estos clubes buscan una productividad empresarial y un desempeño deportivo, con las consiguientes retransmisiones de las competiciones —p. ej., Twitch— (Gerber, 2017).

Y en relación al tema en cuestión, como se ha ido describiendo en este trabajo, los *esports* tienen un fuerte contenido psicológico que requiere ser entrenado (p.ej., capacidades cognitivas, habilidades psicológicas y valores) dentro una preparación interdisciplinar de entrenamiento (García-Naveira, Jiménez, Teruel y Suárez, 2018). En este sentido, el rol y funciones del psicólogo del deporte cobra un especial interés como especialista del área dentro de un organigrama del club.

MAD Lions E. C.

MAD Lions E.C. es un club profesional de *esports*, creado hace casi 2 años (julio de 2017), y es actualmente uno de los clubes más importantes del ámbito nacional, en el cual, durante el año 2018, ha sido el club más laureado de España, ganado la mayoría de las competiciones en diferentes videojuegos (ver Tabla 1).

Actualmente, el club compite en los videojuegos *League of Legends*, *Counter Strike*, *FIFA* y *Clash Royale*. Dado la evolución constante del sector (p.ej., personas que cambian de práctica habitual de videojuego, nuevas personas que se integran o la creación de nuevos videojuegos), además, se ha ampliado a los videojuegos *Fortnite* y *Brawl Stars* y se ha eliminado el *Call of Duty*.

MAD Lions E.C. es el primer club de *esports* que emula el modelo de los mejores clubes de fútbol a nivel mundial (Real Madrid, Barcelona, Manchester United, Bayern Munich., PSG, Juventus, etc.). Por ello, hay diferentes áreas de trabajo y desarrollo orientadas a la afición, imagen del club, competición y gestión. Todo ello, desde unos valores bien establecidos (profesionalidad, respeto, honor, deportividad, esfuerzo y disciplina) que genera una cultura que marca el hacer diario de cada uno de los trabajadores del club.

El club cuenta con un organigrama con diferentes áreas para dar respuesta a las necesidades empresariales, de imagen y comunicación y deportivas (ver Figura 1). En concreto,

Tabla 1. Resultados de los diferentes equipos de MAD Lions E.C. durante la temporada 2018

Trophies				
		Current champion twice in a row		Current champion
		Semifinalist		Current Champion
		Current champion		Current champion
				Current champion
		Selected		Qualified
				Current champion
		Semifinalist		Semifinalist
		Current champion		

Tabla elaborada a partir de MAD Lions E.C., 2019.

dentro del área de rendimiento y salud se encuentra el equipo interdisciplinar de trabajo (psicólogo del deporte, preparador físico, nutricionista y fisioterapeuta), el *staff* deportivo (entrenador principal, segundo entrenador y data scientist) y los *gamers* (ver Figura 2).

Cabe destacar que el club cuenta con equipos filiales o segundos equipos (*academy*) de composición mixta (hombres y mujeres) en los videojuegos *League of Legends* y *Clash Royale*. También tiene equipo de *League of Legends* en los países de México y Colombia.

Por último, reseñar que parte de los *gamers* residen y entrenan en el Centro de Alto Rendimiento (CAR) de MAD Lions E.C. (equipo de *League of Legends*, el jugador de FIFA y 2 jugadores de *Fortnite*), que se sitúa en Madrid, mientras que otros lo hacen de forma remota desde sus casas. El CAR cuenta con habitaciones para dormir, salas de entrenamiento por videojuego, gimnasio, sala de reuniones, oficinas, salón-comedor (donde comemos a diario junto a los residentes), cocina, pista de pádel, piscina, etc. Todo integrado en un complejo residencial-deportivo de 1.200 metros cuadrados.

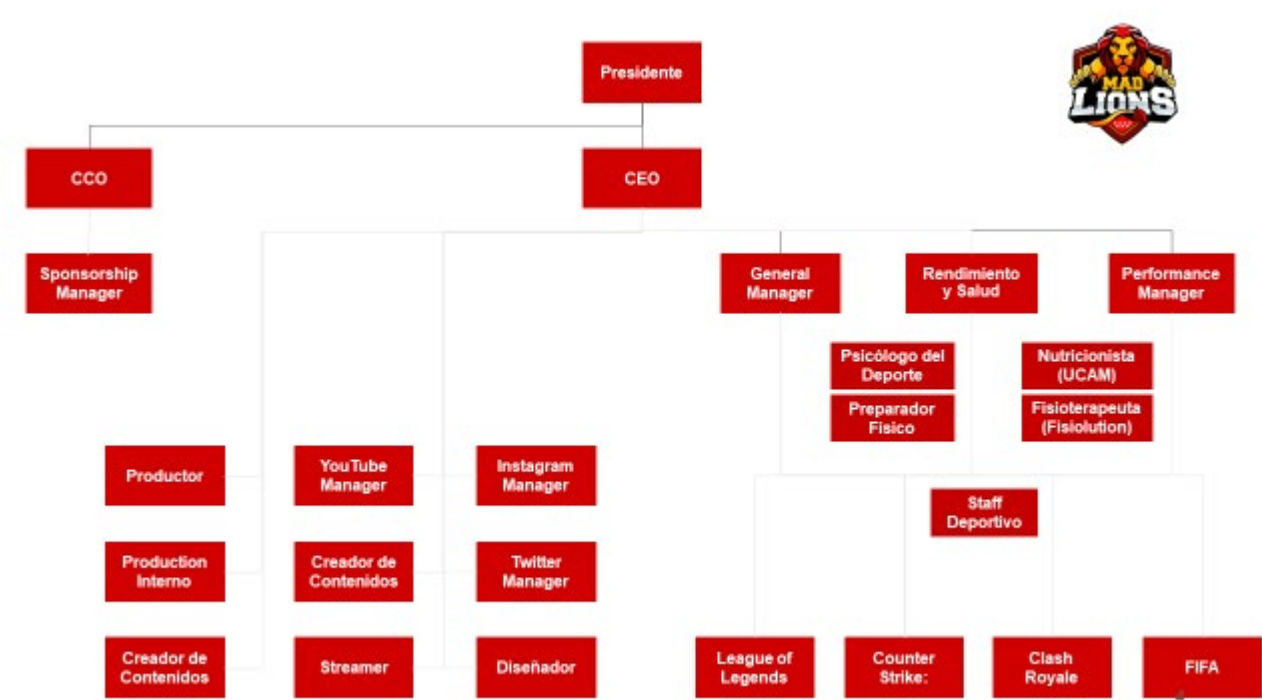


Figura 1. Organigramma de MAD Lions E.C. (a partir de MAD Lions E.C., 2019).

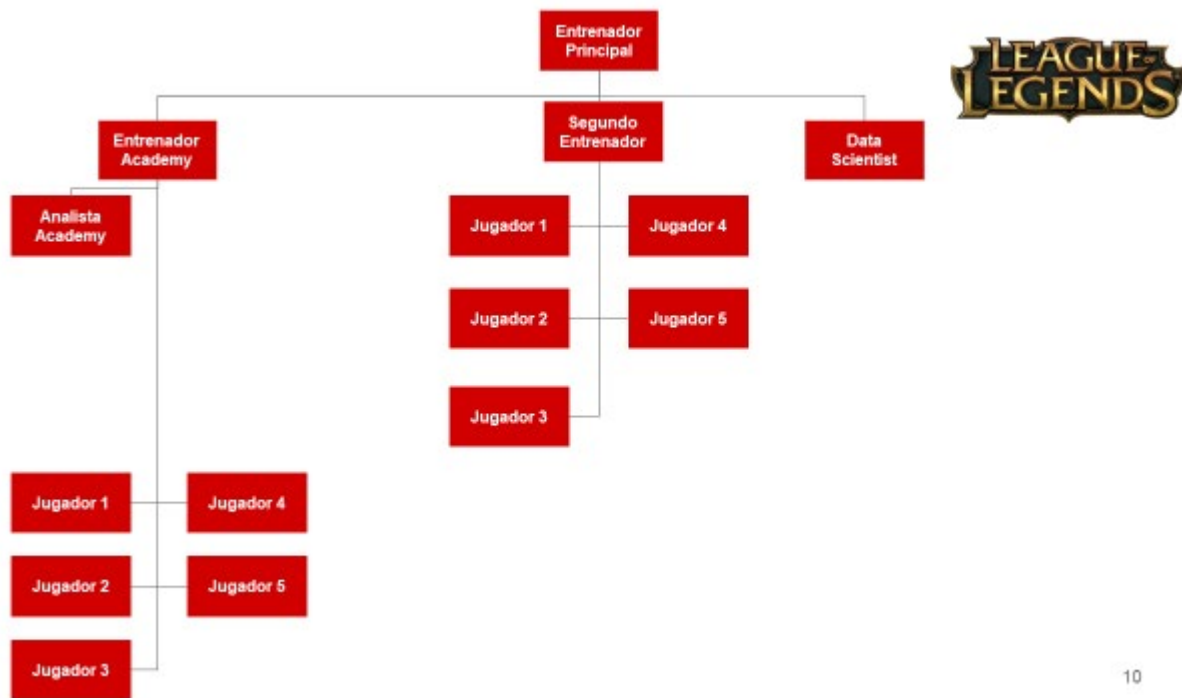


Figura 2. Staff deportivo y jugadores del *League of Legends* (a partir de MAD Lions E.C., 2019).

Experiencia profesional

El área de Psicología del Deporte cuenta con un psicólogo del deporte (Alejo García-Naveira, a jornada completa) y una psicóloga en prácticas del Máster de Psicología del Deporte de la Universidad Autónoma de Madrid (Martina Cubric, a media jornada). Partiendo de diferentes autores (Cantón, 2016; García-Naveira, 2010, 2016), los objetivos principales que se persiguen son: la mejora del rendimiento, el logro de resultados, desarrollo de equipos de alto rendimiento, la salud y el bienestar, el crecimiento personal y el desarrollo del club como organización. Para ello, se realizan funciones de evaluación-intervención psicológica, asesoramiento, orientación, investigación, etc., analizando y dando respuesta a las diferentes necesidades psicológicas de los equipos, *gamers* y entrenadores.

Se parte de una filosofía centrada en el *gamer* en el que se busca personas competentes para la vida y competitivos para los *esports*. En concreto, el club tiene el siguiente eslogan como referente: “crece como persona y evoluciona como *gamer*” (Bouzas, 2018). A través de los *esports* y la preparación psicológica (García-Naveira et al., 2018; Hulk, 2019; Thiel y John, 2019) se entrena a los *gamers* en valores (p. ej., compromiso, responsabilidad, esfuerzo y disciplina), las capacidades cognitivas (p. ej., agilidad mental, toma de decisiones y tiempo de reacción) y habilidades psicológicas (p. ej., motivación, concentración, control del estrés, confianza, comunicación y cohesión), entre otras.

A modo de ejemplificar, y reducir las comparaciones y debates, desde un punto de vista aplicado, los *gamers* deben

poder mantener altos niveles de atención y tomar decisiones importantes bajo la presión de la situación competitiva, subrayando las similitudes psicológicas entre los deportes electrónicos y los deportes tradicionales (García-Lanzo y Chamarro, 2018; Railsback y Caporusso, 2019; Thiel y John, 2019). Además, como indican estos autores, el conocimiento táctico específico del videojuego tiene un papel decisivo con respecto al éxito en las competiciones de *esports*. Estas y otras cuestiones requieren un entrenamiento psicológico sistematizado adaptado a la demanda del videojuego y el perfil del *gamer*.

Realizando una valoración general del trabajo realizado, aspectos que se irán describiendo en apartados posteriores, uno de los retos en los que más se tiene que incidir desde la Psicología del Deporte en los *esports* son: a) generar una cultura deportiva de alto rendimiento en los clubes, equipos y *gamers*, tanto en entrenamiento en valores (p.ej., trabajo, constancia y superación) como en la preparación deportiva interdisciplinar (p.ej., entrenamiento psicológico y físico); b) conseguir un equilibrio entre la vida personal (p.ej., generar alternativas de ocio fuera de los videojuegos y ampliar el círculo social y de amistades), los hábitos saludables (p. ej., alimentación y descanso) y el entrenamiento del videojuego (p.ej., establecer entrenamientos de mayor calidad y definir las horas óptimas de dedicación, tanto a nivel individual como en equipo); c) desarrollar carreras duales (compaginar estudios y *esports*); d) autorregulación emocional para afrontar la baja tolerancia a la frustración ante el error o el fracaso y la sobre estimulación por el elevado número de horas de exposición al videojuego, por lo que el organismo suele estar

estresado y e) optimizar los procesos de equipos (p. ej., comunicación, cohesión, coordinación y cooperación).

El día a día

Dentro de mi quehacer, el contacto con los *gamers* y entrenadores es a diario (principalmente de lunes a viernes). Dentro de la organización y planificación psicológica de la temporada, en relación a los *gamers* (tanto para los que están residiendo en el CAR como en sus hogares), aunque la “la puerta está abierta” siempre que se necesite para atender cualquier necesidad, se establece una sesión individual cada 15 días (45-60 minutos cada una), presencial u online (para los *gamers* que están fuera del CAR). Algunos temas que se han tratado son: mejora de la concentración durante los partidos, el tener un mayor autocontrol cuando se falla o juega mal, compaginar los estudios con los *esports*, situaciones personales o familiares, etc.

En los *esports* que son de equipo (p. ej., *League of Legends* y *Counter Strike*), adicionalmente, se establece un trabajo grupal durante la pre temporada (p. ej., 4 sesiones de 60 minutos, repartidas una a la semana durante un mes) para desarrollar equipos de alto rendimiento (p. ej., actividades de conocimiento personal y deportivo del compañero, definición de la identidad, rol individual y valores del equipo, establecimiento de metas, trabajo en equipo y comunicación) y en diferentes momentos de la temporada, en el que se refuerza el trabajo realizado o se resuelven cuestiones internas (p. ej., bajo rendimiento grupal e individual o mejora de la comunicación) o afrontan situaciones específicas (p. ej., tras una clasificación a un evento o eliminación de una competición). Debido a la distancia física de alguno de los equipos, ciertas actividades se realizan de forma online, al igual que la monitorización de algunos entrenamientos.

Respecto a los entrenadores, son la piedra angular de los proyectos deportivos y llave del alto rendimiento de los equipos (García-Naveira y Jerez, 2012). Por ejemplo, los objetivos del entrenador son ayudar a los *gamers* a analizar su juego, idear la estrategia y táctica del equipo, asignar los roles en el videojuego, animar al equipo, contribuir a desarrollar las habilidades de los *gamers* y buscar nuevos miembros del equipo para cuando se requiera (Khromov et al., 2018). El psicólogo puede entrenar al entrenador para que mejore su rendimiento, liderazgo y gestión de estas cuestiones, sin olvidar que el entrenador tiene su propio proyecto personal y profesional (p. ej., progresar y conseguir objetivos) que hay que atender.

Con los entrenadores se establece una reunión semanal de una hora de duración durante la temporada (presencial u

online según dónde resida). Así con cada uno de los equipos, en el que se establece un día y una hora a la semana de trabajo (p. ej., *Clash Royale* los martes de 15.00 a 16.00 horas). Se revisa la planificación semanal de entrenamiento, resolución de conflictos, toma de decisiones, la situación personal y deportiva de cada *gamer*, etc. Estos encuentros representan un espacio de comunicación, *feedback*, reflexión, aprendizaje y seguimiento de los equipos.

Destacar que, en este contexto tecnológico, dado la distancia geográfica entre los componentes del club (p. ej., entrenador-*gamer*, psicólogo del deporte-*gamer*/ entrenador) y la esencia propia del sector, es habitual utilizar las redes sociales (p. ej., *Twitter* y *WhatsApp*) y medios tecnológicos para la comunicación interna y el trabajo diario (p. ej., *Discord* y *Skype*), o para ver la competición de los equipos (p. ej., *Twitch*). Es por ello que el psicólogo tiene que adaptarse y aprender a utilizarlos. Para un correcto uso de los medios tecnológicos en la intervención psicológica, ver los materiales creados por los colegios de psicólogos de “Competencias del psicólogo para la prestación de servicios profesionales de Telepsicología” (COPM 2017), “Buenas prácticas de protección de datos en Psicología en internet” (COPM, 2018) y “Guía para la práctica de la Telepsicología” (CGPE, 2013).

En relación a los equipos que entrenan y compiten de forma remota (cada *gamer* desde su casa), como puede ser *Counter Strike* y *Clash Royale*, cada 2-3 meses se organiza una *bootcamp* en el CAR, en la que los *gamers* y entrenadores están concentrados durante 10-15 días en las instalaciones. Esta cuestión no es nueva en el deporte tradicional (p. ej., fútbol), en el que se busca una preparación y/o puesta a punto del trabajo psicológico y otras áreas (p. ej., técnico-táctico y físico) durante las concentraciones deportivas -pretemporada, tras el parón navideño y/o previa a la competición- (Ramírez y Rodríguez, 2015).

Los objetivos de las *bootcamp* son optimizar el rendimiento de los equipos, sistematizar el método de trabajo, reforzar la identidad y valores del equipo/ club, asentar hábitos saludables, potenciar la cohesión de equipo, tener mayor cercanía con los *gamers* y entrenadores, etc. De esta forma, debido la distancia habitual, es un excelente medio para establecer estas cuestiones, y así, posteriormente la continúen desde sus casas. Además, las *bootcamp* también se utiliza como preparación o intensificador (con una dedicación de más horas de entrenamiento) previa de los grandes eventos o competiciones (p. ej., *Gamergy*).

Destacar que todos los jugadores y entrenadores fueron evaluados a nivel psicológico a través de la metodología habitual que se utiliza en Psicología del Deporte (Ezquerro, 2015), como por ejemplo, entrevista individualizada (semiestructurada), test y cuestionarios en formato online (p. ej., el

NEO FFI de personalidad y CPRD de habilidades psicológicas), observación (en el día a día, entrenamientos y competición), autorregistros (p.ej., hábitos y horarios diarios) y medidas psicofisiológica (p.ej., frecuencia cardíaca durante los entrenamientos y partidos).

Además, dentro de las tareas diarias de los entrenadores, está el cumplimiento de unas plantillas de evaluación y seguimiento semanal de los *gamers*, cuestión documentada en los deportes tradicionales (García-Naveira, 2018b). A diario, al finalizar el entrenamiento o partido, el entrenador tiene que valorar subjetivamente (en una escala de 0 a 10) unos ítems en relación al rendimiento individual (p.ej., nivel de rendimiento, autocontrol y disciplina) y grupal (p.ej., comunicación, cooperación y trabajo en equipo). Estos ítems fueron definidos entre el director deportivo, responsable de rendimiento y los psicólogos, tras 2 reuniones de 45 minutos cada una, en el cual se debatieron los aspectos más relevantes a registrar.

Toda esta información y datos, salvando el secreto profesional y la confidencialidad (código deontológico) sirve para desarrollar perfiles psicológicos individuales, realizar trabajos específicos y seguimiento de cada *gamer* y entrenador.

Por último, es necesario comprender el trabajo psicológico desde una perspectiva interdisciplinar, global e integral de la preparación de los *gamers*. Por ejemplo, se busca el entrenamiento multitarea y estimulación transversal cognitiva del cerebro (activación de más de una región): el entrenamiento "in game" (p.ej., se busca más calidad que cantidad: 4 horas en equipo y 2 horas individuales), el entrenamiento psicológico e intelectual (p. ej., 4-5 días a la semana de estudios: 2-4 horas al día; 4-5 días a la semana de lectura: 1 hora diaria; 4-5 días a la semana de idiomas: 1 hora diaria; y Psicología del Deporte: 1 hora a la semana o cada 15 días), la actividad física (p. ej., 3-5 días semanales, en sesiones de 1 hora) y el descanso nocturno (p. ej., 8-9 horas diarias, dentro del horario establecido por la normativa del club). Así mismo, se lleva un cuidado de la alimentación (cantidad y variedad) y control del peso del *gamer*.

Destacar que, como norma general, el entrenamiento psicológico e intelectual, la actividad física y el entrenamiento transversal, se realiza en el turno de la mañana (p.ej., 10.00 a 14.00 horas). En el turno de la tarde se integra el entrenamiento "in game", tanto el grupal como el individual (p.ej., 15.00 a 21.00 horas). Es por ello que, dentro de las funciones que se realizan de organización y planificación deportiva, es importante el establecimiento y evaluación de la carga mental, que representa las diferentes áreas de entrenamiento repartidas en cada sesión y semana, así como su impacto sobre el deportista (Tassi, Rivera y Morilla, 2018).

Otras acciones relacionadas

El desarrollo cultural de una institución requiere su tiempo, trabajo y transformación (Pereda y Berrocal, 2001). Se ha hablado de identidad, valores, estructura y organigrama, rol y funciones, objetivos comunes de trabajo, etc., desde un punto de vista humano y de rendimiento organizacional en cada uno de los estamentos del club. Por ello, se destacan dos cuestiones relevantes dentro de esta línea de trabajo: el decálogo del *gamer*, la normativa de MAD Lions E.C y el proceso de selección de trabajadores (*gamers* y entrenadores).

Tras realizar 5 sesiones de trabajo de 1 hora de duración cada una entre entrenadores, responsable de rendimiento y psicólogos del deporte, en un formato de grupo de discusión, se sentaron la base para crear el decálogo del *gamer* de MAD Lions E.C. (ver Bouzas, 2018), con 10 aspectos necesarios para llegar a ser profesional o que todo *gamer* profesional requiere: profesionalidad, trabajo, respeto y educación, imagen, espíritu de equipo, fortaleza mental, espíritu ganador, pasión, progreso y juego limpio. Posteriormente, se realizó un taller por equipo en formato de grupo de discusión, de 1 hora de duración, a través de una presentación en *power point*, en una sala de reuniones con ordenador, para presentar el decálogo y ejemplificar cada una de estos valores con referentes del deporte tradicional y los *esports*. Al finalizar, se hizo entrega de un decálogo a cada *gamer* (también se les envió por mail) y se colocó un ejemplar en un tablón de corcho que hay junto a la sala de entrenamiento, donde suele haber información relevante para ellos. Este taller se adaptó con los equipos que están de forma remota, siguiendo la misma estructura y contenido a través de una videoconferencia.

Otro referente organizacional en el que se ha colaborado, ha sido en la creación, puesta en funcionamiento y seguimiento de unas Normas internas de trabajo y convivencia para todos los trabajadores del club. Algunos puntos que integra la normativa son: las obligaciones en relación al uso del CAR, principios relacionados con el rendimiento, cuidado de la salud, cuidado de la imagen, uso de redes sociales, jugabilidad, desplazamientos y competición, infracciones disciplinarias, etc. Posteriormente, siguiendo la línea de trabajo del decálogo, se realizó un taller por equipo de una hora de duración (presencial y *online*), en el cual se presentó el documento y se hizo especial hincapié en el apartado de régimen disciplinario, en el caso que no se cumpliera la normativa.

Por último, destacar la colaboración junto a la dirección deportiva en el proceso de selección de nuevos entrenadores y *gamers*. Para ello, se siguió un modelo de análisis de competencias (Pereda y Berrocal, 2001). En primer lugar, se desarrolló un perfil ideal para cada puesto de trabajo a cubrir como referencia (p.ej., rango de edad, estudios, experiencia y

nivel en el videojuego). En segundo lugar, se realizó un proceso de evaluación (entrevistas semiestructurada por pares a cada candidato: dirección deportiva y psicólogos; aplicación de una batería de test: personalidad y habilidades psicológicas; y en el caso de los entrenadores, la realización de una prueba situacional: estancia de una semana en el CAR gestionando al equipo o rindiendo en el videojuego). En tercer lugar, se realizó una toma de decisión final conjunta entre las partes.

La competición presencial

Además del trabajo diario de los psicólogos, otro contexto de actuación son las competiciones presenciales (escenario con público, en el que, además, está el equipo rival), momento crucial dentro de los *esports* dado que se suele definir quién queda campeón del evento. Esta labor del psicólogo también está presente en los deportes tradicionales (Roffé, 2016).

Las competiciones presenciales surgen cuando el equipo se ha clasificado de forma *online* (competición habitual) en una determinada ronda (p.ej., semifinales). El rendimiento individual o de equipo puede que fluctúe ya que los jugadores suelen estar acostumbrados a jugar desde su casa o en el CAR. Aunque la experiencia en eventos presenciales es un valor añadido (partiendo de la juventud de los *gamers*), se requiere una preparación psicológica en escenarios no habituales y con público, debido a que son variables extrañas y es necesario habituar al *gamer* ante esta situación, p. ej., utilizando la práctica imaginada, (Ezquerro, 2015).

Por todo esto, los psicólogos suelen viajar con los equipos, colaborando con el resto del *staff* deportivo en la gestión de los *gamers*, así como el acompañamiento en general e intervención psicológica durante los diferentes momentos de la competición (estancia, pre-partido, partido y pos partido).

Destacar la planificación y establecimiento de rutinas comportamentales pre partido (p.ej., a qué hora desayunar y comer, charla técnica con el entrenador, calentamiento con el videojuego, etc.), así como la activación física y psicológica en los momentos previos del mismo (p.ej., ejercicios de estiramiento y aplicación de diferentes ejercicios relacionados con el uso de la memoria a corto-medio plazo, toma de decisiones o tiempo de reacción).

Salud, formación y acción social

Aunque no es una responsabilidad directa del Área de Psicología del Deporte, se realiza una labor transversal de apoyo en cuestiones tan importantes para el club como son la

salud y formación de los *gamers*, así como el contribuir a la sociedad con determinadas acciones.

A nivel de salud, destacar que MAD Lions E.C. es el primer club de España que realiza un reconocimiento médico integral a los *gamers*. Prueba de ello ha sido el acuerdo de colaboración con MAPFRE (2019). Además, el club tiene un convenio con la empresa Fisiolution para que los *gamers* reciban servicio de fisioterapia, centrado en la educación, prevención y tratamiento de las lesiones (Serra, 2019).

A nivel de formación, hay un convenio de colaboración con la Universidad Católica de Murcia, siendo este el primer convenio entre un club de *esports* y una universidad (UCAM, 2017). La alianza se centra en prácticas para estudiantes, becas para *gamers* e investigación en *esports*.

A nivel social, se ha realizado un convenio con la Policía Nacional (2019) para desarrollar una guía de seguridad para *gamers*, con la que pretenden reforzar la seguridad de los aficionados a los *esports* y videojuegos y, así, evitar que se conviertan en víctimas de ciberacosos, *grooming* o estafas, entre otros delitos.

Conclusiones

Los *esports* son una actividad humana de rendimiento (se considere técnicamente o no como deporte), con un alto contenido mental (como, por ejemplo, el ajedrez), un ámbito de actuación y una oportunidad laboral para el psicólogo del deporte. El psicólogo del deporte tiene mucho que aportar en la mejora del rendimiento, la educación, formación y el cuidado de la salud a través del entrenamiento psicológico, aunque, al mismo tiempo, tiene bastante que aprender, y para ello, necesita conocer el contexto de los *esports*, los videojuegos y el perfil de los *gamers* y entrenadores para realizar intervenciones más eficaces.

A pesar de ello, se puede decir que existen más similitudes que diferencias entre los de los *esports* y los deportes tradicionales al realizar un trabajo psicológico. Al fin y al cabo, se trabaja con personas (*gamer/* entrenador) que tienen sus propias necesidades psicológicas a cubrir como cualquier otro deportista (p.ej., motivación, concentración, control del estrés, confianza, etc.). Lo que varía es la actividad (demanda y rendimiento en un videojuego), el perfil del *gamer/* entrenador (p.ej., en algunos casos, sufren estrés competitivo, fatiga mental, baja tolerancia a la frustración, falta de esfuerzo y trabajo, etc.) y la interacción bidireccional que se da entre ambos (persona-videojuego), por lo que se requiere adaptar la labor del psicólogo del deporte a los requerimientos concretos de los deportes electrónicos (p.ej., aplicar estrategias psicológicas de control del nivel de ac-

tivación y diálogo interno previo a una partida, ante el fallo dentro del videojuego o tras una derrota, teniendo que jugar otra partida a continuación).

La experiencia en MAD Lions E.C. ha sido muy positiva tanto en lo personal como en lo profesional. Se ha conseguido desarrollar un método de trabajo eficaz en el crecimiento de las personas y desarrollo del talento de los *gamers*/ entrenadores. En palabras de un *gamer* que ficho nuevo en la segunda temporada: “he decidido venir a MAD Lions E.C. porque sacáis lo mejor de cada uno”. Y esto es mérito de todos, desde la directiva por tener un proyecto bien establecido hasta los diferentes profesionales que realizan un trabajo interdisciplinar con unos valores y fundamentos bien establecidos.

Como reflexión personal y desde mi experiencia, al intervenir como psicólogo del deporte, existen algunos retos a conquistar dentro de los clubes y equipos de *esports*:

- Se requiere desarrollar culturas de alto rendimiento desde una perspectiva interdisciplinar, rescatar lo positivo de los *esports* e integrar cuestiones contrastadas de los deportes tradicionales. Puede que, en los *esports*, como en cualquier otro contexto, haya una cierta resistencia al cambio, aunque al mismo tiempo, una positiva apertura a la mejora e innovación.

Además, la gente que venimos del deporte tradicional, de alguna forma, somos “intrusos” o “nuevos en el sector”, por lo que se requiere tiempo, trabajo y convencimiento. La gente de los *esports*, han vivido siempre la misma realidad y es lo que ellos conocen, en lo que, en ocasiones, hay ejemplos contrarios a lo que uno propone, como, por ejemplo, que haya *gamers* que entrenan 14 horas diarias al videojuego, tienen un alto rendimiento y ganan mucho dinero, cuestión que dificulta la transformación cultural.

Para mí, la clave está en que sea un proyecto de club, desde la directiva hasta los entrenadores y resto de profesionales. Todos con unos mismos valores, objetivos y línea de trabajo (método). Desde esta perspectiva, desarrollar un proyecto holístico, interdisciplinar e integrado, en el que el gran valor humano del club tiene que ser el *gamer* y el entrenador la “llave” para potenciarlo como persona y “deportista”.

- Se requiere un equilibrio de días y horas de uso, ya que uno de los principales problemas de los videojuegos es cuando estos se utilizan de una forma irresponsable (exceso), en el cual la persona se evade de las tareas y los problemas de la vida, lo que puede crear una cierta dependencia psicológica (Bediou et al., 2018; Nuyens, Kuss, Lopez-Fernandez y Griffiths, 2017; Sala, Tatlidil y Gobet, 2018). También se ha observado en los *gamers* profesionales que una alta dedicación puede producir una vul-

nerabilidad psicopatológica (Bányai et al., 2018). Estas cuestiones se tienen que delimitar en un futuro para conseguir un beneficio positivo en el rendimiento y la salud de las personas en los *esports*.

- Sería positivo promover hábitos saludables en términos de actividad física, descanso y dieta, así como animar a los *gamers* a combinar los videojuegos con otras actividades, de tal manera que, garanticen que la actividad por la que son tan apasionados pueda estar en armonía con otras partes de la vida cotidiana, tanto desde la salud como el rendimiento (García-Lanzo y Chamarro, 2018). Posiblemente uno de los obstáculos que se puede encontrar al integrar estas cuestiones, además de la resistencia anteriormente comentada, es la “ficticia falta de tiempo”. Con orden, planificación, disciplina y unos horarios bien establecidos, se pueden repartir las diferentes actividades a lo largo del día, tal y como ha quedado demostrado en el presente artículo.
- Destacar la necesidad de que existan titulaciones oficiales para ser entrenador en *esports*, formación continua y reciclaje para profesionalizar su rol, garantizar un servicio de calidad y que el *gamer* se beneficie de los aspectos positivos revisados en el presente trabajo.
- Los padres y las madres pueden ser uno de los grandes olvidados en los *esports*. Es habitual que este colectivo no entienda o conozcan el sector, dificultando el acceso y la participación de los *gamers* (hijo/a). Esta cuestión queda más patente y es necesaria atender cuando los jugadores son más jóvenes (entre 16 y 20 años), cualidad que se da por ejemplo en el *Clash Royale*. Al igual que se hace en el deporte tradicional (García-Naveira y Jerez, 2012), sería importante desarrollar una escuela de padres y madres para acercar los *esports*, asesorar y orientar sobre su rol y funciones.
- Promocionar el rol, funciones y beneficios del psicólogo del deporte en los *esports* p.ej., divulgando su labor), así como el aprendizaje que éste requiere para adaptarse a este sector. Por ejemplo, es importante el aprendizaje y uso de las nuevas tecnologías debido a que es una forma habitual de comunicarse y una herramienta para realizar intervenciones psicológicas, principalmente con las personas que están de forma remota.
- La Psicología del Deporte tiene grandes retos a alcanzar en los *esports*, como es la regulación y formación de los psicólogos que quieran trabajar en este contexto. Siguiendo lo establecido por otros autores (García-Naveira, 2018a; Peris-Delcampo y Cantón, 2018), existiría unos requisitos previos formales como es la formación académica reglada (Licenciatura o Grado en Psicología), estar colegiado, estar al corriente de la cuota colegial y no tener

sanción deontológica, una formación y experiencia profesional específica y reconocida en Psicología del Deporte (acreditación de psicólogo del deporte; CGPE, 2018) y experiencia aplicada en *esports* (al menos hasta que salga una formación de experto en esta área).

Para terminar, indicar que la Psicología del Deporte se encuentra en un período de integración de estrategias psicológicas de intervención y ampliación de ámbitos de actuación más que de exclusión, como sucede en los *esports*. Para futuros trabajos se puede hacer hincapié en delimitar el número de horas óptimas al día o a la semana para el uso de los videojuegos y entrenamiento en los *esports* (individuales y/o en equipo); la influencia de otras actividades (deporte, los estudios, hábitos saludables, alimentación, descanso y ocio) sobre el rendimiento y salud del *gamer*; analizar los procesos y variables que intervienen en el paso de un *gamer* amateur a otro profesional; la influencia de los padres y madres en el uso de los videojuegos y *esports* de los jóvenes; las fortalezas y debilidades de entrenar en una *Gaming House*, *Office* (centro presencial en el que solo se entrena) o de forma Remota (desde casa); y optimizar el entrenamiento y eficacia de las *bootcamp*.

Para terminar, el presente trabajo es el reflejo de una experiencia profesional que se podrá replicar o mejorar en futuros trabajos. Principalmente, resaltar la importancia de continuar investigando y desarrollando experiencias profesionales. Como indica Pluss et al. (2019), la naturaleza virtual de rendimiento de los deportes electrónicos puede traducirse en un entorno real y controlado de laboratorio bajo condiciones estandarizadas que puede favorecer el acercamiento al estudio de los *esports*.

Referencias

- Baltezarević, R. y Baltezarević, B. (2018). The impact of video games on the formation of esports. *Physical Education and Sport*, 16(1), 137-147. <https://doi.org/10.22190/FUPES170614012B>
- Bányai, F., Griffiths, M., Király, O. y Demetrovics, Z. (2018). The psychology of esports: a systematic literature review. *Journal of Gambling Studies*, 35, 351-365. <https://doi.org/10.1007/s10899-018-9763-1>
- Bediou, B., Adams, D. M., Mayer, R. E., Tipton, E., Green, C. S. y Bavelier, D. (2018). Meta-analysis of action video game impact on perceptual, attentional, and cognitive skills. *Psychological Bulletin*, 144(1), 77-110. <https://doi.org/10.1037/bul0000130>
- Bouzas, B. (27 de febrero de 2018). *Decálogo del buen gamer*. Recuperado de: <https://medium.com/mad-lions-e-c/dec%C3%A1logo-del-buen-gamer-e4f6ced213e0>
- Cantón, E. (2016). La especialidad profesional en Psicología del Deporte. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 1, E12. <https://doi.org/10.5093/rpadef2016a2>
- Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid (COPM, 2017). *Competencias del psicólogo para la prestación de servicios profesionales de TelePsicología*. Recuperado de https://www.copmadrid.org/web/img_db/publicaciones/telepsicologia-pdf-58f9d4475d1c1.pdf
- Colegio Oficial de Psicólogos de Madrid, COPM. (2018). *Buenas prácticas de Protección de datos en Psicología en internet*. Recuperado de https://www.copmadrid.org/web/img_db/publicaciones/buenas_pract_prot_datos_internet-pdf-5a9d4ca-85de59.pdf
- Consejo General de la Psicología de España, CGPE (2013). *Guía para la práctica de la telepsicología*. Recuperado de <http://www.cop.es/pdf/telepsicologia2017.pdf>
- Consejo General de la Psicología de España, CGPE (2018). *Comisión Nacional de Acreditación Profesional*. Recuperado de <http://www.acreditaciones.cop.es/>
- DEV (2016). *Libro blanco del desarrollo español de videojuegos*. Recuperado de <http://www.dev.org.es/libroblancodev2016>
- Ezquerro, M. (2015). Evaluación conductual e intervención psicológica en el deporte, En A. García-Naveira y L. Locatelli, (Eds.), *Avances en Psicología del Deporte* (pp. 3-33). Barcelona, España: Paidotribo.
- Funk, D., Pizzo, A. y Baker, B. (2018). Esport management: embracing esport education and research opportunities. *Sport Management Review*, 21(1), 7-13.
- García-Lanzo, S. y Chamarro, A. (2018). Basic psychological needs, passion and motivations in amateur and semi-professional eSports players. *Aloma*, 36(2), 59-68.
- García-Naveira, A. (2010). El psicólogo del deporte en el alto rendimiento: aportaciones y retos futuros. *Papeles del Psicólogo*, 31, 259-268.
- García-Naveira, A. (2016). Área de psicología de la Real Federación española de atletismo: programa y desempeño profesional. *Cuadernos de psicología del deporte*, 16(1). 251-258.
- García-Naveira, A. (2018a). Acreditaciones y coaching en los Colegios Oficiales de Psicología de España: estado de la cuestión. *Informació Psicológica*, 107, 47-65.
- García-Naveira, A. (2018b). Pasado, presente y futuro del psicólogo del deporte en el fútbol español. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3, E2. <https://doi.org/10.5093/rpadef2018a8>
- García-Naveira, A. y Jerez, P. (2012). Departamento de psicología del club Atlético de Madrid: filosofía, programación y desempeño profesional en el fútbol base. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 12(1), 111-120. <https://doi.org/10.4321/S157884232012000100010>
- García-Naveira, A., Jiménez, M., Teruel, B. y Suárez, A. (2018). Beneficios cognitivos, psicológicos y personales del uso de los videojuegos y esports: una revisión, *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3, E16, 1-14. <https://doi.org/10.5093/rpadef2018a15>
- Gerber, A. (2017). esports and streaming: twitch literacies. *Journal of Adolescent & Adult Literacy*, 61, 343-345. <https://doi.org/10.1002/jaal.692>
- Hallmann, K. y Giel, T. (2018). eSports – Competitive sports or recreational activity? *Sport Management Review*, 21(1), 14-20. <https://doi.org/10.1016/j.smr.2017.07.011>

- Hamari, J. y Sjöblom, M. (2017). What is eSports and why do people watch it? *Internet Research*, 27, 211-232. <https://doi.org/10.1108/IntR-04-2016-0085>
- Hilvoorde, I. V., y Pot, N. (2016). Embodiment and fundamental motor skills in esports. *Sport, Ethics and Philosophy*, 10(1), 14-27.
- Hulk, T. (2019). The Social Context of the Benefits Achieved in eSport. *The New Educational Review*, 55(1), 160-169. <https://doi.org/10.15804/tner.2019.55.1.13>
- Kari, T., y Karhulahti, V. M. (2016). Do e-athletes move?: a study on training and physical exercise in elite e-sports. *International Journal of Gaming and Computer Mediated Simulations*, 8(4), 53-66.
- Khromov, N., Korotin, A., Lange, A., Stepanov, A., Burnaev, E. y Somov, A. (2018). Esports athletes and players: a comparative study. *Human-Computer Interaction*. Recuperado de: <https://arxiv.org/ftp/arxiv/papers/1812/1812.03200.pdf>
- MAD Lions E.C. (2018). *Club*. Recuperado de: <https://madlions.com/club/>
- MAPFRE (15 de febrero de 2019). *MAD LIONS E.C. y MAPFRE apuestan por la salud en los esports*. Recuperado de <https://noticias.mapfre.com/mad-lions-mapfre-salud-esports/>
- Newzoo (2017). *Global games market report*. Recuperado de <https://newzoo.com/insights/articles/newzoos-key-developments-in-2017/>
- Newzoo. (2018). *Global esports market report, Newzoo free*. Recuperado de <https://newzoo.com/insights/trend-reports/global-esports-market-report-2018-light/>
- Nuyens, F., Kuss, D. J., Lopez-Fernandez, O., y Griffiths, M. D. (2017). The experimental analysis of problematic video gaming and cognitive skills: a systematic review. *Journal of Behavioral and Cognitive Therapy*, 27, 110-117. <https://doi.org/10.1016/j.jtcc.2017.05.001>
- ONTIER (2018). *Guía legal sobre esports. Presente y futuro de la regulación de los esports en España*. Recuperado de <https://es.ontier.net/ia/guialegalesports-2018web.pdf>
- Pereda, S. y Berrocal, F. (2001). *Técnicas de gestión de recursos humanos por competencias*. Madrid, España: Editorial Centro de Estudios Ramón Arce S.A.
- Pérez-Rubio, C., González, J. y Garcés de los Fayos, E.J. (2017). Personalidad y burnout en jugadores profesionales de e-sports. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 17(1), 41-50.
- Peris-Delcampo, D. y Cantón, E. (2018). El perfil profesional del especialista en psicología del deporte en fútbol. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3, E9. <https://doi.org/10.5093/rpadef2018a6>
- Pluss, M. A, Bennett, K. J., Novak, A.R., Panchuk, D., Coutts, A.J. y Fransen, J. (2019) Esports: the chess of the 21st century. *Frontiers in Psychology*. 10(156). <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2019.00156>
- Policía Nacional (02 de febrero de 2019). *La Policía Nacional y el club de esports MAD Lions E.C. crean la primera guía de seguridad para gamers*. Recuperado de http://www.interior.gob.es/prensa/noticias/-/asset_publisher/GHU8Ap6ztgsg/content/id/9896034
- Railsback D. y Caporusso N. (2019). Investigating the human factors in eSports performance. En T. Ahram (Ed.), *Advances in Human Factors in Wearable Technologies and Game Design*. International Conference on Applied Human Factors and Ergonomics (AHFE 2018). *Advances in Intelligent Systems and Computing*, 795, 325-334. Springer, Cham. https://doi.org/10.1007/978-3319-94619-1_32
- Ramírez, P. y Rodríguez, Z. (2015). La intervención del psicólogo durante las concentraciones y competiciones. En A. García-Naveira y L. Locatelli (Eds.), *Avances en Psicología del Deporte* (pp. 293-312). Barcelona, España: Paidotribo.
- Roffé, M. (2016). La preparación psicológica de la Selección Nacional Absoluta de Colombia para el Mundial de Fútbol Brasil 2014. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 1, E3. <https://doi.org/10.5093/rpadef2017a2>
- Sala, G., Tatlidil, K. S. y Gobet, F. (2018). Video game training does not enhance cognitive ability: A comprehensive meta-analytic investigation. *Psychological Bulletin*, 144, 111-139. <https://doi.org/10.1037/bul0000139>
- Sánchez, A. y Remillard, J. (2018). Esport: towards a hermeneutic of virtual sport. *Cultura, Ciencia y Deporte*, 38(13), 137-145.
- Serra, E. (22 de febrero de 2019). Fisiolusion y MAD Lions se unen para cuidar la salud de sus jugadores. *The Gamer*. Recuperado de <https://thegamersports.mundodeportivo.com/noticias-industria-esports/fisiolusion-mad-lions-unen-cuidar-salud/>
- Stanton, R. (2015). *A brief history of video games*. Londres, Reino Unido: Robinson.
- Tassi, J. M., Rivera, S. y Morilla, M. (2018). El Entrenamiento Psicológico-Integrado en Fútbol a través de Tareas de Entrenamiento. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico*, 3, E5. <https://doi.org/10.5093/rpadef2018a4>
- Taylor, T. (2012). *Raising the stakes: e-sports and the professionalization of computer gaming*. Cambridge, Reino Unido: The MIT Press.
- Thiel, A. y John, J. (2019). Is eSport a "real" sport? Reflections on the spread of virtual competitions. *European Journal for Sport and Society*, 15, 311-315. <https://doi.org/10.1080/16138171.2018.1559019>
- UCAM (17 de diciembre de 2017). *MAD Lions E.C. y UCAM firman el primer convenio entre un club de eSports y una universidad*. Recuperado de <https://www.ucam.edu/noticias/mad-lions-ec-y-ucam-firman-el-primer-convenio-entre-un-club-de-esports-y-una-universidad>