

El proceso de toma de decisiones durante competencias de taekwondo

Brandt Escolástico Odril^{1*}

¹Facultad de Cultura Física de la Benemérita Universidad Autónoma de Puebla, México. *Correspondencia: odril.brandt@alumno.buap.mx

Resumen

El taekwondo es un deporte de combate que presenta una interacción entre oponentes muy rápida y en la cual los escenarios cambian constantemente por esto se llevan acciones a gran velocidad, debido a esto es importante analizar el proceso de toma de decisiones de los atletas ya que existen diferentes factores que influyen en el momento de la competencia. En esta revisión se consideraron diversos artículos acerca de la toma de decisiones en el deporte centrándonos en el taekwondo, por lo cual se logró determinar que no es un proceso estricto cognitivo de elección, sino más bien un proceso guiado de la experiencia y habilidades técnicas del atleta, así como su capacidad de anticipación y sentido de intuición para poder hacer una elección rápida y eficaz para cada situación de combate.

Palabras clave: Toma de decisiones, taekwondo, anticipación, percepción, modelo intuitivo

Abstract

Taekwondo is a combat sport that features very rapid interaction between opponents and constantly changing scenarios, resulting in high-speed actions. Because of this, it is important to analyze the decision-making process of athletes, since different factors influence this decision-making during competition. This review examined various articles on decision-making in sports, focusing on taekwondo. It was determined that it is not a strict cognitive process of choice, but rather a process guided by the athlete's experience and technical skills, as well as their ability to anticipate and sense of intuition to make a quick and effective choice for each combat situation.

Keywords: Decision making, taekwondo, anticipation, perception, intuitive model

Introducción

El Taekwondo es un arte marcial coreano, y se define como el uso científico del cuerpo en un método de defensa personal y a su vez, es una disciplina y un entrenamiento mental. La palabra “Taekwondo” significa el camino (Do) del puño (Kwon) y del pie (Tae). Esto es debido a que se combinan tanto técnicas de los miembros inferiores como de los miembros superiores (1).

En todo deporte existen diferentes factores que influyen a la hora de una competencia y afectan los resultados como lo es, la presión de la competencia por sí misma, las capacidades físicas no solo del atleta sino también del contrincante, así como las diferencias en cuanto a complejidad, peso y altura. Pasando al lado psicológico podemos encontrar los factores de diversos procesos tales como la percepción, representación, imaginación, atención y pensamiento, además de factores psico-motores, psico-fisiológicos y rasgos de la personalidad, este último factor con una incidencia directa en la toma de decisiones (2). Enfocándonos en el taekwondo al ser un deporte de combate donde se tienen 3 rounds de 2 minutos de duración las acciones

llevadas a cabo son de naturaleza veloz, es por ello que debemos considerar que para el competidor de taekwondo es fundamental la capacidad de percibir, analizar y descifrar el comportamiento del adversario, dotando de significado a sus movimientos para diseñar acciones para contrarrestarlos. La percepción y análisis de la información emitida por el adversario, se produce en un contexto de encubrimiento de las intenciones de cada contendiente, esto obliga al deportista a una constante labor de interpretación, estimación de probabilidades y toma de decisiones. Esta labor, se realiza frecuentemente a partir de percepciones incompletas o encubiertas y de circunstancias cambiantes, como pueden ser la diferencia de puntos en el marcador, la zona del tapiz en el que se desarrollan las acciones, el tiempo restante de duración del combate o las amonestaciones recibidas por cada contendiente, lo cual precisa una gran capacidad de adaptación e improvisación (3,4).

El objetivo de esta revisión fue dar a conocer cuál es el proceso que se sigue a la hora de tomar una decisión durante un combate en competencias en el taekwondo y determinar si existe una influencia sobre los resultados obtenidos por los atletas. Se realizó una revisión en las bases de datos Redalyc, Scielo y Google Académico, en febrero y marzo del año 2025, utilizando las palabras clave: toma de decisiones, taekwondo, modelo intuitivo, anticipación y revisando los artículos encontrados de diferentes investigaciones sobre el tema en el deporte de los últimos 20 años y se realizó la recapitulación de los aspectos más importantes referentes a la toma de decisiones y su relación con el deporte y el taekwondo de cada uno.

La toma de decisiones

La toma de decisiones es el proceso de seleccionar un curso de acción entre varias alternativas, para enfrentar un problema o aprovechar una oportunidad. En el deporte las capacidades cognitivas son esenciales ya que permiten procesar la información externa e interna, percibir estímulos externos, imaginar cómo puede evolucionar y distinguir varios elementos que influyen en él (5,6).

Siguiendo en esta línea de tomar decisiones, pero enfocadas en el deporte, nos estamos refiriendo al proceso que lleva a la elección de un procedimiento de acción ante una situación que puede tener diferentes grados de complejidad, dinamismo e incertidumbre. Una consideración fundamental para analizar la toma de decisiones en contextos deportivos es comprender la función conjunta de los siguientes aspectos: los rasgos y características de la situación-tarea y el conocimiento-experiencia del deportista sobre su deporte (7).

Los procesos decisionales están constituidos por tres fases: la primera fase llamada preparación de la decisión, que se centra en el análisis de la situación y de la posibilidad de acción, la segunda, acto de decisión donde se escogerá el gesto técnico-táctico a realizar, y la tercera denominada de realización y control de la decisión, incluye los ajustes de la acción escogida y una valoración de la decisión tomada (8).

Proceso de toma de decisiones

Las fases que se producen a la hora de realizar cualquier actividad motriz se sintetizan en percepción, decisión y ejecución. Centrándonos en el mecanismo de decisión es importante destacar que se produce tras el de percepción (9). La percepción, entendida ya como un proceso primario de organización de la información y vinculada al área del comportamiento motor, estudia entre otros procesos, el reconocimiento de estímulos y su relación con el tiempo de ejecución motora en una condición de tiempo de reacción de elección. Esta decisión depende de la inteligencia motriz del individuo, del número de decisiones, del número de respuestas alternativas, del tiempo que requiere del nivel de incertidumbre, del orden secuencial o del número de elementos a recordar. Un comportamiento táctico y decisional se fundamenta en la capacidad anticipatoria del deportista, la previsión de que puedan suceder determinados acontecimientos es una variable que facilita la correcta toma de decisiones (10).

La anticipación

La anticipación es la capacidad de predecir el comportamiento futuro relativo a la percepción, así como la sincronización del movimiento, definiéndose dentro del deporte como aquella acción que permite realizar un movimiento de interposición al oponente, teniendo en consideración la situación del juego y las propias capacidades y las del contrincante (11).

Existen 3 tipos de anticipación a considerar dentro del taekwondo:

1. Anticipación efectora que consiste en la predicción por parte del ejecutante, es decir, del tiempo que va a conllevar su propia acción, por lo cual, para llevar a cabo una labor eficaz el deportista debe ajustar el tiempo de su acción al tiempo que esta acción le va a costar. En otras palabras, deberá comenzar su acción considerando cuánto tiempo va a tardar en realizarla.

2. Anticipación receptora la cual se basa en la predicción de la duración de la acción del oponente o de la alteración del medio desde su comienzo hasta el punto en el que el propio sujeto debe actuar.

3. Anticipación perceptiva, se refiere a la identificación por parte del ejecutante de cierta regularidad en la aproximación de estímulos, que traen como consecuencia la acción final y a través de éstos predecir la aparición de dicha acción antes de que suceda (12).

Estos puntos antes mencionados son de gran relevancia para poder determinar cómo es la toma de decisiones del taekwondo.

La toma de decisiones y el taekwondo

El taekwondo es un deporte de combate que como tal presenta interacción directa de dos competidores en un espacio compartido y con objetivos opuestos, en el cual las situaciones tácticas juegan un papel crucial en la efectividad de respuesta y solución ante acciones de ataque y contraataque, debido a la rápida interacción entre los oponentes (13). En los deportes de adversario con limitaciones temporales severas, los sistemas perceptivo-decisionales son de vital importancia para el óptimo rendimiento, situación que se da en el taekwondo, ya que la distancia entre el rival y el sujeto es menor, lo que conlleva un campo visual más estrecho y una mayor limitación temporal que producen la necesidad de percibir y decidir antes. Es por ello que aunque existen diversos modelos de toma de decisiones tomamos como referente el modelo intuitivo, esto debido a que es un proceso inconsciente por el cual se toman decisiones a partir de la experiencia y el juicio personal acumulado, basándose en el reconocimiento de patrones y similitudes, y en la importancia de la opción, características que se ajustan a la acción del combate de taekwondo, debido a que existen tiempos cortos para la toma de decisiones para diversas acciones las cuales cambian constantemente, también dentro del combate podemos encontrar el tiempo de observación (no lucha), momento en el que los atletas se están estudiando durante el combate. Lo cual se desglosa en predecir las acciones que realizará el oponente y así decidir si realizar un ataque o un contraataque, cabe aclarar que el ataque es la acción en la que toma la iniciativa, siendo el primero en realizar un gesto técnico con la intención de puntuar, y por otro lado el contraataque es la acción que surge como respuesta a la iniciativa del contrario de atacar, motivado por el ataque del adversario, esto con el objetivo común de querer puntuar, todo dependen y se adapta a las acciones del oponente teniendo en cuenta el momento de su ejecución, el contraataque se puede dar en acciones de anticipación, simultáneas o posteriores (14-16).

Se revisaron diversos artículos en los cuales se manifiestan que la principal fuente de toma de decisiones en un combate es mediante la anticipación del oponente lo cual se observa en atletas de mayor experiencia, y como segunda la percepción de estímulos lo cual se da mediante el impacto constante de las técnicas de combate que se observa más en atletas principiantes (17-24).

Por lo cual se establece que la toma de decisión depende de mecanismos de causa-efecto que asocian y relacionan la percepción y la memoria implícita, y que actúan de forma inconsciente durante el combate. Lo que significa que podemos mejorar la optimización de la toma de decisión cuanto mayor sea nuestro conocimiento de la lógica interna del deporte, ya que nuestro conocimiento procedimental se puede mejorar a través de mecanismos conscientes (25).

Conclusión

Podemos concluir que la toma de decisiones en el deporte es un factor que influye directamente en el resultado de una competencia, y enfocándonos en los deportes de combate, específicamente en el taekwondo existen momentos de lucha y no lucha sin embargo en todo momento se está haciendo una toma de decisión en lapsos de tiempos muy cortos que se basan altamente en la intuición para saber la acción que realizará el oponente y saber cómo contraatacar o atacar en un acto de anticipación, todo esto mediante un proceso de análisis que se basa en la experiencia y permite la ejecución rápida de la técnica correcta para lograr marcar una diferencia en los puntajes.

Referencias

1. Añorbe P. Taekwondo origen y evolución. fcafd.com/tfg [Internet]. 2017 [Consultado el 6 de marzo 2025]
2. Parada B, Manrique S. Factores psicológicos que inciden en el rendimiento deportivo de taekwondogas durante la competencia categoría junior. *Rev Salud Hist Sanid.* 2016; 11(3): 87-97.
3. Alvarez M. ¿Cancelación o desvío? Un debate técnico de taekwondo. Sobre taekwondo-artículos, videos, cursos, entrenamiento, foro [Internet] 2025 [consultado el 6 de marzo de 2025]. Disponible en: <https://www.sobretaekwondo.com/cancelacion-o-desvio-un-debate-tecnico-de-taekwondo/>
4. Aranda C. El taekwondo. Aspectos sociomotrices, semiomotrices y condicionales. Mastkd [Internet] 2020. [consultado el 6 de marzo 2025]. Disponible en: <https://www.mastkd.com/2020/09/el-taekwondo-aspectos-sociomotrices-semiomotrices-y-condicionales/>
5. Velasco R, Armenta A, Vásquez M, Serrano M, Valdez D. Estudio comparativo de los modelos de toma de decisiones gerenciales. Itson [Internet] 2008. [consultado el 6 de marzo 2025] Disponible en: https://www.itson.mx/publicaciones/pacioli/Documents/no59/administracion_general/modelos_decisiones.pdf
6. Tonda D, Varela N. Toma de decisiones en los deportes: revisión histórica y actualidad. Fiepbolletín [Internet] 2021 [Consultado el 6 de marzo del 2025] Disponible en: <https://ojs.fiepbulletin.net/fiepbulletin/article/download/6490/54615983/54616591>
7. Arruza J, Ruíz L. El proceso de toma de decisiones en el deporte: clave de la eficiencia y el rendimiento óptimo. Scribd [Internet] 2020 [consultado el 6 de marzo del 2025] Disponible en: <https://es.scribd.com/document/443960850/El-proceso-de-toma-de-decisiones-en-el-deporte>
8. La toma de decisión en el fútbol: una perspectiva desde la integración en el entrenamiento específico del deporte. RCAF. 2018; 19(1): 1-10.
9. Poveda J, Benítez J. Fundamentos teóricos y aplicación práctica de la toma de decisiones en el deporte. E-balonmano.com. *Revista de Ciencias del Deporte* 2010; 6(2): 101-110.
10. Moreno F, del Campo V, Reina R, Ávila F, Sabino R. Las estrategias de búsqueda visual seguidas por los deportistas y su relación con la anticipación en el deporte. *Revistas.um.es.* 2003; 3 (1): 1-7.
11. Ortigas D, Camacho P, Martín B. La anticipación en los deportes de equipo: los procesos perceptivos para su mejora. books.google: Wanceule [Internet] 2020 [Consultado el 7 de marzo del 2025] Disponible en: https://books.google.es/books?hl=es&lr=&id=JSXXDwAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA4&dq=anticipaci%C3%B3n+en+el+deporte&ots=ZVEHGATxV&sig=u20rlvX40yEiJxA24PGpHF80_0M#v=onepage&q=anticipaci%C3%B3n%20en%20el%20deporte&f=false
12. Hernández M, Oña A, Ureña A. La anticipación como proceso perceptivo motor que interviene en el aprendizaje de las habilidades abiertas. *Publicaciones.* 2006; 36:135-148.
13. De la Fuente A, Castejón F. Análisis del combate en taekwondo. Categorías para la evaluación de las acciones tácticas. Estudio preliminar. *Cultura, Ciencia y Deporte* 2016; 11(32): 157-170.
14. Navia J, Avilés C, López S, Ruiz M. A current approach to anticipation in sport/un enfoque actual de la anticipación en el deporte. *Estud Psicol.* 2018; 39(1): 1-19.
15. Torrontegui E, Martínez O, López A. El uso de la información visual en situaciones de limitación temporal en deportistas de élite de taekwondo. *Cronos.* 2013;12 (2): 30-39.

16. Menescardi C, Moya I, Ros C, Estevan I. Análisis del tiempo de lucha y no lucha en taekwondistas cadetes. Sportis Sci J. 2016; 2 (2). 164-176.
17. Ezquerro M, Buceta J. Estilo de procesamiento de la información y toma de decisiones en competiciones deportivas: las dimensiones rapidez y exactitud cognitivas. Analise Psicológica. 2001; 19 (1): 37-50.
18. Almonacid A, Martínez M, Almonacid M. Elementos que influyen en el proceso de toma de decisiones en deportes individuales de alto rendimiento un estudio cualitativo. Retos: nuevas tendencias en educación física, deporte y recreación . 2020; (38): 341-348.
19. Puertas M. Deporte y personalidad. Terapia-cognitiva [Internet] 2019 [consultado el 7 de marzo 2025] Disponible en: <https://terapia-cognitiva.mx/wp-content/uploads/2015/09/Personalidad-y-Deporte.pdf>
20. Benavides L, Santos P, Díaz G, Benavides I. La toma de decisión en el fútbol: una perspectiva desde la integración en el entrenamiento específico del deporte. Revista Ciencias de la Actividad Física UCM 2018; 19(1): 1-10.
21. González J, Garcés E, López C, Zapata J. Personalidad y estilos de toma de decisiones en la práctica deportiva. Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte. 2016; 11(1): 107-112.
22. Martínez O, López E, Sillero M, Saucedo F. La Toma de decisión en tareas de entrenamiento de la esgrima y su relación con el tiempo de reacción. E-balonmano.com: Revista de Ciencias del Deporte. 2011; 7: 3-12.
23. Laurin L, Sáez A, Guillermo A, Viviescas A, Andrés M. Personalidad y rendimiento anaeróbico en taekwondistas estadounidenses. Ciencias de la Actividad Física (Talca) 2024; 25(1): 8.
24. Ruiz L, Graupera J. Dimensión subjetiva de la toma de decisiones en el deporte: desarrollo y validación del cuestionario cetd de estilo de decisión en el deporte. European Journal of Human Movement 2005; 14:95-107.
25. Sáez G. Análisis Predictivo de la acción táctica de combate en el taekwondo. Revista de Entrenamiento Deportivo. 2018; 32 (3): 20-25.

Como citar este artículo:

Escolástico OB. El proceso de toma de decisiones durante competencias de taekwondo . *Körperkultur Science* 2026; 4(7): 99-103.



Körperkultur Science

Recibido: enero 2025

Aceptado: agosto 2025