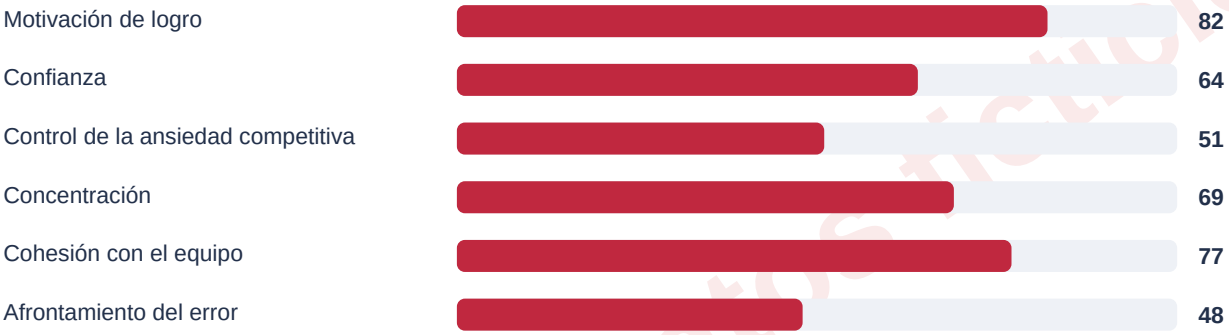
MENTORA · MENTORA SPORT · DEPORTIVA

Informe psicológico del deportista

Perfil psicológico, bienestar diario y entrenamiento cognitivo durante la pretemporada.

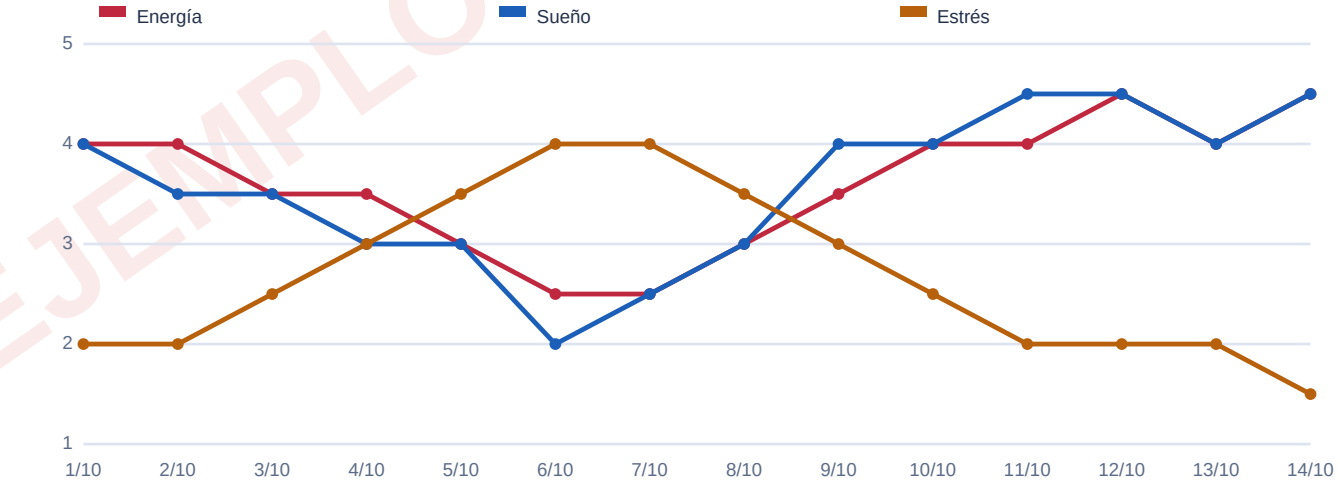
Deportista	C. V. (iniciales ficticias), 17 años, fútbol · mediocampista
Club	Club Deportivo Cumbres (ficticio) · Sub-18
Instrumentos	Cuestionario de habilidades psicológicas deportivas · Chequeo diario de bienestar · Evaluación cognitiva de MENTORA Sport
Periodo	1 al 14 de octubre de 2026
Psicólogo del deporte	Ps. ficticio

1. Perfil psicológico deportivo



Fortalezas: **motivación de logro (82)** y **cohesión con el equipo (77)**. A trabajar: el **afrontamiento del error (48)** y el control de la ansiedad competitiva (51), sobre todo en partidos con público.

2. Chequeo diario de bienestar (desde el celular, 1 a 5)



Entre el 5 y el 8 de octubre (semana de doble sesión y exámenes del colegio) subió el estrés y bajaron el sueño y la energía. El sistema generó una **alerta el 7/10** para el psicólogo, que habló con el deportista y acordó con el entrenador bajar la carga dos días; los indicadores se recuperaron.

EJEMPLO · Datos ficticios

3. Entrenamiento cognitivo

Juego	Habilidad	Índice inicial	Índice final	Lectura
Reacción	Velocidad de reacción	46	55	Promedio
Decisión rápida	Toma de decisiones	41	52	Promedio
Freno	Control inhibitorio	38	49	Promedio bajo a promedio
Visión periférica	Visión periférica	52	61	Promedio alto
Anticipación	Anticipación y timing	44	53	Promedio

Índices de 0 a 100 (50 = lo esperado; 40 a 60 = promedio). Completó 11 de 14 retos del día (3 juegos de 1 a 2 minutos) con foco en freno y decisión rápida. El índice global pasó de 45 a 54.

4. Recomendaciones

• Rutina de reenfoque después del error (respiración + palabra clave + siguiente acción) en los entrenamientos de la semana.

• Mantener el chequeo diario; el sistema avisa al psicólogo si el bienestar cae de forma marcada varios días seguidos.

• Continuar el reto del día 4 veces por semana durante la competencia y repetir la evaluación cognitiva en 8 semanas.

El deportista y su representante autorizaron el uso de estos datos. El entrenador ve solo lo que el psicólogo decide compartir.

EJEMPLO · Datos ficticios

Cómo leer este informe

• Los resultados se muestran en escalas fáciles de leer (0 a 100, percentiles o niveles Bajo, Medio y Alto) y siempre con su referencia.

• Cada gráfico va acompañado de un texto que explica qué significa para la persona u organización evaluada.

• Las recomendaciones son orientativas: el profesional las ajusta, las firma y decide qué compartir.

• Los informes se descargan en PDF y la versión web se puede revisar en pantalla, con el mismo contenido.

Ficha técnica

Aspecto	Detalle
Chequeo diario	Menos de un minuto desde el celular: 6 preguntas de 1 a 5, esfuerzo y minutos de la última sesión
Alertas	Se activan cuando un indicador cambia de forma marcada frente a la línea base del deportista
Entrenamiento cognitivo	Evaluación de 8 juegos (unos 12 minutos) y reto del día de 3 juegos, con niveles del 1 al 20 que se ajustan solos
Comparación	Con la propia línea base del deportista y, cuando hay datos suficientes, con su equipo

Este es un **informe de ejemplo**: las personas, organizaciones y resultados son ficticios y se crearon solo para mostrar el formato. Los informes de MENTORA organizan los resultados y ofrecen una lectura orientativa; el análisis, el diagnóstico y las decisiones corresponden al profesional.

EJEMPLO · Datos ficticios