



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA  
DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TÍTULO DE ARTÍCULO**

Análisis del nivel de experiencia deportiva en la capacidad de resistencia  
fútbolística en adolescentes

**AUTOR**

**Ing. Ballesteros Valencia Carlos Alfredo**

TRABAJO DE TITULACIÓN  
Previo a la obtención del grado académico en  
**MAGÍSTER EN ENTRENAMIENTO DEPORTIVO**

**TUTOR**

**Ph.D. Taro Joseph**

**Santa Elena, Ecuador**

**Año 2025**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA  
DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**TRIBUNAL DE GRADO**

Los suscritos calificadores, aprueban el presente trabajo de titulación, el mismo que ha sido elaborado de conformidad con las disposiciones emitidas por el Instituto de Postgrado de la Universidad Estatal Península de Santa Elena.

---

**Mgtr. Daniela Manrique Muñoz**  
**COORDINADORA DEL**  
**PROGRAMA**

---

**Ph.D. Joseph Taro**  
**TUTOR**

---

**Mgtr. Diana Mendoza Avilés**  
**ESPECIALISTA 1**

---

**Mgtr. Juan Enderica Salgado**  
**ESPECIALISTA 2**

---

**Abg. María Rivera González, Mgtr.**  
**SECRETARIA GENERAL**  
**UPSE**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA  
DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**CERTIFICACIÓN:**

Certifico que luego de haber dirigido científica y técnicamente el desarrollo y estructura final del trabajo, este cumple y se ajusta a los estándares académicos, razón por el cual apruebo en todas sus partes el presente trabajo de titulación que fue realizado en su totalidad por Carlos Alfredo Ballesteros Valencia, como requerimiento para la obtención del título de Magíster en Entrenamiento Deportivo.

Atentamente,

---

Ph.D. Joseph Taro  
C.I. 0963958893  
**TUTOR**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA  
DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**DECLARACIÓN DE RESPONSABILIDAD**

**Yo, Carlos Alfredo Ballesteros Valencia**

**DECLARO QUE:**

El trabajo de Titulación, Análisis del nivel de experiencia deportiva en la capacidad de resistencia futbolística en Adolescentes previo a la obtención del título en Magíster en Entrenamiento Deportivo, ha sido desarrollado respetando derechos intelectuales de terceros conforme las citas que constan en el documento, cuyas fuentes se incorporan en las referencias o bibliografías. Consecuentemente este trabajo es de mi total autoría.

En virtud de esta declaración, me responsabilizo del contenido, veracidad y alcance del Trabajo de Titulación referido.

Santa Elena, a los 26 días del mes de febrero de año 2025

---

Carlos Alfredo Ballesteros Valencia

C.I. 080190069-7

**AUTOR**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA  
DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO**

**AUTORIZACIÓN**

**Yo, Carlos Alfredo Ballesteros Valencia**

**DERECHOS DE AUTOR**

Autorizo a la Universidad Estatal Península de Santa Elena, para que haga de este trabajo de titulación o parte de él, un documento disponible para su lectura consulta y procesos de investigación, según las normas de la Institución.

Cedo los derechos en línea patrimoniales de Análisis del nivel de experiencia deportiva en la capacidad de resistencia futbolística en Adolescentes con fines de difusión pública, además apruebo la reproducción de este artículo académico dentro de las regulaciones de la Universidad, siempre y cuando esta reproducción no suponga una ganancia económica y se realice respetando mis derechos de autor.

Santa Elena, a los 26 días del mes de febrero de año 2025

---

Carlos Alfredo Ballesteros Valencia  
C.I. 080190069-7  
**AUTOR**



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA  
DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO  
TEMA**

Análisis del nivel de experiencia deportiva en la capacidad de resistencia futbolística en  
Adolescentes.

**Autor:** Carlos Alfredo Ballesteros Valencia

**Tutor:** Joseph Taro

**RESUMEN**

El fútbol es un deporte global cuya práctica en la adolescencia influye en el rendimiento atlético, la resistencia aeróbica y anaeróbica son esenciales para optimizar el desempeño. El objetivo del estudio fue analizar la relación entre el nivel de experiencia deportiva y la capacidad de resistencia en futbolistas de las categorías sub-15 y sub-17. Se utilizó un enfoque cuantitativo, transversal y correlacional con 25 futbolistas adolescentes de Esmeraldas, Ecuador. Se aplicó el Test de Andersen para evaluar la resistencia aeróbica, un cuestionario estructurado a entrenadores y revisión documental. No se encontró una correlación significativa entre experiencia deportiva y resistencia aeróbica. La prueba T mostró que las categorías sub-15 y sub-17 tienen valores similares de  $VO_{2\text{máx}}$ . Sin embargo, la percepción de los entrenadores indicó una creencia errónea de que mayor experiencia implica mejor resistencia. Se concluye los hallazgos desafían la idea de que la experiencia competitiva determina la resistencia aeróbica, también existe necesidad de entrenamientos basados en evidencia científica, ya que la planificación metodológica influye más que el número de partidos disputados en el desarrollo del rendimiento aeróbico en futbolistas juveniles.

**Palabras claves:** fútbol, resistencia, experiencia, entrenamiento, rendimiento.



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA  
DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO  
TEMA**

Analysis of the level of sports experience in football endurance capacity in adolescents.

**Autor:** Carlos Alfredo Ballesteros Valencia

**Tutor:** Joseph Taro

**ABSTRACT**

Soccer is a global sport whose practice during adolescence influences athletic performance. Aerobic and anaerobic endurance are essential for optimizing performance. The objective of this study was to analyze the relationship between the level of sports experience and endurance capacity in U-15 and U-17 soccer players. A quantitative, cross-sectional, and correlational approach was used with 25 adolescent soccer players from Esmeraldas, Ecuador. The Andersen Test was applied to assess aerobic endurance, along with a structured questionnaire for coaches and a document review. No significant correlation was found between sports experience and aerobic endurance. The T-test showed that the U-15 and U-17 categories have similar  $VO_{2max}$  values. However, coaches' perceptions indicated a mistaken belief that greater experience implies better endurance. The findings challenge the idea that competitive experience determines aerobic endurance. Additionally, there is a need for training programs based on scientific evidence, as methodological planning has a greater influence than the number of matches played on the development of aerobic performance in young soccer players.

**Keywords:** soccer, endurance, experience, training, performance.



**UNIVERSIDAD ESTATAL PENÍNSULA  
DE SANTA ELENA  
FACULTAD DE CIENCIAS DE LA EDUCACIÓN E IDIOMAS  
INSTITUTO DE POSTGRADO  
TEMA**

**CERTIFICADO DE ACEPTACIÓN PARA PUBLICACIÓN**

**MENTOR**  
Revista de Investigación Educativa y Deportiva

  
**MENTOR**

**Carta de Aceptación**

Quien suscribe, Ph.D. Richar Posso Pacheco, Director de MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva, mediante este documento hace constar que el artículo **Análisis del nivel de experiencia deportiva en la capacidad de resistencia futbolística en Adolescentes**, cuya autoría pertenece a Carlos Alfredo Ballesteros Valencia y Joseph Taro de la Universidad Estatal Península de Santa Elena; ha sido evaluado y aceptado para su publicación el 15 de mayo en el Volumen 4 Número 11 del Año 2025.

Se destaca que MENTOR Revista de Investigación Educativa y Deportiva con registro Electronic ISSN: 2806-5867 se encuentra disponible en: <https://revistamentor.ec/> y está indexada por: EuroPub Data Base, Research Bib Academic Resource Index, Red Latinoamericana de Revistas Académicas en Ciencias Sociales y Humanidades (LatinRev), Revistas de Libre Acceso (LivRe), Directory of Open Access Resources (ROAD), Google Scholar, Crossref, Electronic Journals Library (EZB), World Cat, AURA, DORA, Haw Hamburg, Open Alex, Red de Editores y Revistas Científicas Ecuatorianas (RERCIE), Scilit, Sudoc, Zeitschriften Datenbank (ZBD), Mirabel, AmelICA, Dialnet y Latindex Catálogo 2.0

Expedido en la ciudad de Quito, a los veintiseis días del mes de febrero del año dos mil veinticinco.

  
Ph.D. Richar Posso Pacheco  
DIRECTOR

**Revista Indexada en:**



MENTOR  
Revista de Investigación  
Educativa y Deportiva

Nombre y URL que avale la pertenencia de la revista, ejemplo:  
Redalyc <https://revistamentor.ec/index.php/mentor>