

## Todos al diván

Los deportistas de alto rendimiento, sobre todo los futbolistas, suelen experimentar niveles de tensión capaces de perjudicar su equilibrio psíquico y emocional. La tarea de los psicólogos del deporte es crucial para ayudarlos en su desempeño y en su vida personal.

### **POR LEANDRO VILA**

Los deportistas de alto rendimiento, sobre todo los futbolistas, son observados a menudo como personas destinadas a vivir una vida llena de éxitos. Sin temores, ni tristezas. El ciudadano de a pié los idolatra, los ve perfectos. La mayoría tiene dinero, fama, autos último modelo e imponentes casas o departamentos. Pero no todo lo que brilla es oro. Detrás de esa imagen hay a quienes les cuesta disfrutar de un partido o entrenamiento o que son sensibles a las críticas, muchas veces crueles, de hinchas y periodistas.

Para resolver los conflictos individuales o colectivos que existen en todos los planteles la presencia de un psicólogo puede ser fundamental. Sin embargo, en el mundo del fútbol todavía son mirados de costado. Solo en Boca, Vélez, Argentinos Juniors y River hay especialistas en salud mental trabajando con los planteles de primera. Las causas son muchas. Desde la cuota narcisista que tiene todo futbolista hasta las malas experiencias en algunos clubes. “Para un jugador ir al psicólogo puede ser tomado como un síntoma de debilidad, lo que altera su egocentrismo. El psicólogo deportivo debe exponerse lo menos posible porque es algo que puede atentar contra su propia credibilidad”, dice Marcelo Roffé, titular de la Asociación de Psicología del Deporte Argentino y responsable del área de psicología de las selecciones nacionales juveniles entre los años 2000 y 2006. El psiquiatra Jorge Rocco, que trabajó con Pipo Gorosito en San Lorenzo y Lanús y con Claudio Vivas en Racing, considera indispensable desarrollar la inteligencia emocional del jugador. “El futbolista argentino tiene en el hemisferio derecho de su cerebro una coupe, en el izquierdo una vagina, y en el medio el diario deportivo”.

A pesar de que dirigentes y entrenadores no se interesan en la contención del jugador, estos suelen ir a los consultorios por cuenta propia. Muchas veces lo hacen a espaldas de sus técnicos. “Dicen que si los entrenadores se llegaran a enterar pensarán que están locos o que tienen problemas, y eso puede perjudicarlos”, cuenta un profesional que prefiere el anonimato. En las consultas más frecuentes por parte de los jugadores no suele haber un denominador común. “La falta de confianza para obtener la titularidad en aquellos que son suplentes, las puteadas de los hinchas, la tensión que produce la negociación por una venta son los conflictos que los aquejan”, cuenta Rocco. Oscar Mangione, psicólogo de Boca entre 1989 y 1995, explica que “las presiones que padecen al jugar ante un público que les exige ganar, ya que son elegidos por ellos como figuras identificatorias, produce inhibiciones que perjudican el rendimiento”.

## **La mano del terapeuta**

Facundo Sava, el colorado que jugaba de centrodelantero en Racing y Ferro, es psicólogo social. Arrancó su terapia a los 24 años, y nunca la abandonó. “Sentía que me costaba disfrutar de los partidos y los entrenamientos, pero en terapia me di cuenta que tenía asuntos personales sin resolver. Una vez trabajados volví a sentir el placer de entrar en contacto con una pelota”, rememora.

En un jugador los miedos, los mandatos sociales o familiares, y las cargas que implica sobrellevarlos, se manifiestan de múltiples formas. Están aquellos que la rompen en los entrenamientos, pero durante los partidos no logran dar dos pases seguidos. También quienes sufren contracturas o desgarros un día antes de salir a la cancha, o mismo apenas comenzado el juego. “Hubo un caso de un jugador que me dijo que si no hacía goles sentía que le fallaba a la gente de su pueblo. Yo le remarqué lo difícil que iba a ser convertir hasta que no soltara a miles de tipos que estaban agarrándose de sus pies”, recuerda Mangione. Rocco cita el ejemplo de un futbolista que había sido convocado a la selección para ser suplente, pero que el DT decidió que vaya desde el arranque por la lesión del titular. “Estuvo con diarrea toda la noche anterior, y no pudo jugar. Es el famoso miedo escénico del que hablaba Jorge Valdano”.

Gastón Gaudio, el último tenista argentino en ganar el Abierto de Roland Garros, quizás sea el caso más emblemático de la falta de confianza en si mismo. “Durante el torneo, mi psicólogo me mandaba mails para reforzar lo que trabajábamos. Es que un día sentía que era un genio, y al otro que era una mierda. Soy demasiado autoexigente. Por eso para mi el tenis siempre fue dolor y sufrimiento”, dijo después de ganar uno de los torneos más importantes del mundo. Su baja autoestima lo llevó hasta a minimizar la importancia de su logro. “Habré sido el peor ganador de Roland Garros de la historia”, llegó a decir. Pese a ser uno de los tenistas técnicamente más completos, el Gato jamás pudo mantenerse entre los mejores. Su falta de fortaleza mental no se lo permitió.

La historia de Juan Carlos Menseguez también merece ser contada. El delantero de San Lorenzo solía contracturarse en la previa de cada partido. No tenía seguridad en sus propias condiciones hasta que decidió tratarse. “El psicólogo me ayudó a resolver mi problema”, le contó el Rayo a una revista partidaria.

Para Rocco la explicación esta en que el jugador muchas veces “juega con la autoprofesa cumplidora. Si la primera pelota no la entrega bien, piensa que jugará mal el resto del partido, y eso se termina cumpliendo. Por eso es importante que nosotros estemos en el vestuario o en las prácticas, y no solo en un consultorio”.

## **La crueldad del hincha y las operaciones de prensa**

Un fenómeno que abarca al fútbol, pero excluye a los demás deportes, es que el insulto es tomado con naturalidad y hasta con sorna. El hincha se burla de tragedias personales, como la sufrida por Diego Buonanotte, a quien le gritan “asesino”. El chico, de solo 22 años, carga sobre sus hombros con la responsabilidad de un accidente vial en el que

murieron tres amigos, y espera a que llegue junio para irse a España, y así evitar el escarmiento popular. A Ariel Ortega le cantan que es un “borracho” sin reparar en el daño psicológico que eso puede provocar en una persona adicta. El hincha tampoco tiene inconvenientes en calificar de “cornudo” a Eduardo Tuzzio y Diego Simeone o de “violador” a Héctor Veira.

Lo que se dice en los medios es seguido con atención y preocupación por los protagonistas. Es habitual en ellos que después de cada partido se fijen en los diarios los puntajes que han recibido. “Conocí muchos jugadores que no han podido recuperarse de las malas puntuaciones que les dan los diarios. A veces juegan bien, pero les ponen un 4. Y el que es sensible al reconocimiento más lo es a la crítica”, reflexiona Rocco. Para Sava la clave es “conocerse a uno mismo, y entender el funcionamiento de los medios, tanto en el elogio como en el cuestionamiento”.

### **El día en que el teléfono deja de sonar**

El jugador no abandona el fútbol, sino que el fútbol los abandona a ellos. Pocos se preparan para el día en que ya no se los mencionará ni en la tele, ni en el diario, y en que dejarán de sentir un cosquilleo previo a cada partido. “Les queda una nostalgia permanente. A veces peligran sus relaciones de pareja y pierden identidad laboral, más allá de que estén o no salvados. Para graficarlo sirve la escena del restaurante lleno. A un jugador jamás lo harán esperar, pero cuando se retira, y no ha sido una estrella, hará la cola como todos”, asegura Rocco.

Para Patricia Molto, psicóloga del Club Atlético Argentino de Mendoza, “los padres deben transmitir la necesidad de elaborar el duelo, pero cuando eso no ocurre es importante el acompañamiento de un profesional”. Sava, quien se retiró hace menos de un año, afirma que lo ideal es hacer actividades paralelas, aprender otra profesión y saber como sostenerse económicamente. “El día en que el teléfono deja de sonar es difícil, y hay que estar preparado para afrontarlo”, piensa.

El mercantilismo que reina en el deporte profesional parece haberse olvidado de sus empleados jerárquicos. El desinterés por la atención psicológica evidencia que, además de menospreciar la importancia de esta, el deportista es visto como una maquinaria humana productora de mercancías, y no como personas.

### **Recuadro 1: El rol de los psicólogos en las inferiores**

Solo el 2 por ciento de los jugadores de inferiores llegan a primera, mientras que el resto queda en el camino. En fútbol juvenil, el rol de los psicólogos es clave, y eso lo entienden la mayoría de los clubes. El trabajo de los profesionales apunta a lograr la escolarización y el aprendizaje de oficios, aunque esto muchas veces no llegar a buen puerto, ya que hay entrenadores que les piden a los chicos que prioricen el fútbol. Las problemáticas más habituales son el desarraigo de quienes dejan su casa para irse a jugar a cientos de kilómetros, y los típicos problemas adolescentes y familiares. “La autoridad paterna y

materna no se reemplaza, pero se les da una contención. En algunos clubes, no en todos, los pibes son solo un número, a los que les dan bola si son buenos jugadores”, cuenta un psicólogo que trabaja en la pensión de un cuadro grande.

## **Recuadro 2: Los diferentes estilos**

En el mundo de los especialistas en salud mental aplicada al deporte hay diferentes estilos de trabajo. Están quienes eligen trabajar desde un consultorio, como lo hacen en Boca, o aquellos que optan por hacerlo en campo, tal el caso de Jorge Rocco. “Yo trabajo con tres patas. El jugador y su entorno, el entrenador y los dirigentes. Es un campo amplio, pero también riesgoso”, admite Rocco. También están aquellos que prefieren que el profesional no forme parte del cuerpo técnico para evitar la desconfianza de los jugadores. Del mismo modo que futbolistas, entrenadores y dirigentes tienen internas, los psicólogos deportivos no están exentos de ellas. Entre ellos se reprochan mutuamente las formas de trabajo, y a algunos hasta los tildan de querer tener más protagonismo que los propios protagonistas.