



UNIVERSIDAD NACIONAL AUTÓNOMA DE MÉXICO

FACULTAD DE PSICOLOGÍA

Sistema Universidad Abierta

El deportista en el diván

¿Por qué el atleta mexicano necesitaría un psicólogo
clínico?

Tesis que presenta

Francisco Ciprián Hernández

para obtener el título de

Licenciado en Psicología

Jurado:

Maestra Karina Beatriz Torres Maldonado (Directora)

Revisoras:

Maestra Margarita Molina Avilés

Maestra Patricia Paz de Buen Rodríguez

Maestra Gabriela Romero García

Doctora María del Carmen Montenegro Núñez



Ciudad Universitaria, Cd. Mx., 2017



Universidad Nacional
Autónoma de México

Dirección General de Bibliotecas de la UNAM

Biblioteca Central



UNAM – Dirección General de Bibliotecas
Tesis Digitales
Restricciones de uso

DERECHOS RESERVADOS ©
PROHIBIDA SU REPRODUCCIÓN TOTAL O PARCIAL

Todo el material contenido en esta tesis esta protegido por la Ley Federal del Derecho de Autor (LFDA) de los Estados Unidos Mexicanos (México).

El uso de imágenes, fragmentos de videos, y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, será exclusivamente para fines educativos e informativos y deberá citar la fuente donde la obtuvo mencionando el autor o autores. Cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por el respectivo titular de los Derechos de Autor.

A mi padre Benjamín Ciprián
y a mi hija Mildred.

Agradecimientos

Lo mejor de hacer una tesis es llegar a la parte de los agradecimientos. Es la inequívoca señal de que un trabajo exhaustivo y tardado ha llegado a su fin. Lo sé porque ésta es la segunda tesis que escribo; en ambas ocasiones para reclamar un título por la UNAM.

En realidad, confieso, nunca pensé siquiera tener un título universitario. La carrera de Periodismo, que cursé en la FES Aragón, no lo ameritaba para ejercer cabalmente en el área laboral. Sin embargo, la insistencia y repetidas indirectas de mi señor padre, el arquitecto Benjamín Ciprián, me empujaron, por no decir me obligaron, a cumplir con aquel primer proceso de titulación

Ahora (mayo de 2017), mi padre está próximo a cumplir cinco años de fallecido. La mitad de su vida la pasó en la Facultad de Arquitectura, sin embargo, murió días antes de que yo comenzara a estudiar psicología. Nunca fue mi vecino en la inmensidad de Ciudad Universitaria. Sin embargo, su espíritu y memoria se mantienen conmigo y me han empujado a terminar esta apasionante aventura que significó estudiar psicología, algo que ni en mis sueños más febriles habría imaginado hasta hace apenas unos cuantos años.

No sólo la memoria de mi padre ha sido fundamental en esta travesía, por supuesto. Quiero empezar esta sección de agradecimientos a los vivos por la queridísima Maestra Karina Torres, quien no sólo fue mi directora de tesis, sino que a lo largo de casi la mitad de la carrera fue una profesora excepcional, una motivadora y entusiasta guía y líder. Uno no puede hacer nada a medias con Karina, como le llamamos los compañeros -no en su presencia, por supuesto-, con ella no se valen las cosas al ahí se va. Es perfeccionista e incisiva, siempre con esa energía y ese espíritu para sacarle a uno el máximo. Me siento muy satisfecho del presente trabajo, pero debo reconocer que gran parte de esto se lo debo a ella. Cuando se presentó a la primera clase que impartió a mi generación, en cinco minutos nos dimos cuenta que estábamos ante una profesora muy conocedora y altamente experimentada, pero también muy exigente e incluso intimidante para quienes les gusta la vida facilona. Me hubiera reído si alguien me hubiera dicho

que, tiempo después, ella sería mi directora de tesis. Bueno, pues lo logré y le agradezco infinitamente toda su aportación a mi formación. Fue un placer trabajar con ella. Me llevo no sólo una tesis bajo el brazo, sino mucho conocimiento y experiencia que me ha heredado para ejercer en la práctica profesional.

Debo agradecer también, por supuesto, a mi familia, en especial a mi hermana Maricela, quien siempre es una gran compañía pese a la distancia; a mis amigos, profesores, revisoras de tesis -puras mujeres sabias, a mucho orgullo- y en especial a mis compañeros de generación por todo lo compartido, en particular a Lizbeth Valle, mi encantadora y adorada amiguita con quien llevo cinco años charlando sobre la vida y que siempre ha sido un apoyo incondicional, y a Cecilia, López, cuya afectuosa generosidad me orilla a pensar que soy una mala persona.

Quiero no sólo agradecer sino reconocer profundamente la aportación de los deportistas que conformaron la muestra de la investigación, todos ellos de brillante trayectoria: Belem Guerrero, Ramón Ayala, Alfredo “Zurdo” Ortiz, Marco Osorio, Félix Buendía y Juan René Serrano, cuyos testimonios son fundamentales en este trabajo. Su amable y generosa colaboración ha abierto la pauta para identificar un problema pocas veces abordado en el deporte y la psicología clínica. También a todos los que me apoyaron con un comentario, un consejo o incluso un contacto telefónico. A Mari Adame, por su sabia mirada en la corrección.

Gracias finalmente a la Facultad de Psicología y a la UNAM. ¿Qué haríamos sin la UNAM? ¿Qué sería de nosotros sin ella? ¿Cómo sería este país sin la Universidad Nacional?

Mejor ni pensarlo.

“Cuanto mayor es la belleza,
más profunda es la mancha”.

George Bataille

Resumen

El deportista profesional está hecho para grandes hazañas. Es el ídolo moderno al que se aplaude efusivamente cuando gana y el villano al que se le reprocha cuando pierde. La millonaria industria del deporte lo asume como un sujeto, gane o pierda, sin debilidades.

Sin embargo, el atleta es, ante todo, un ser humano lleno de defectos y virtudes, de temores y certezas. Muestra, por tanto, la misma vulnerabilidad psicológica que cualquier persona.

El presente estudio revela la necesidad del atleta profesional de apoyo psicológico clínico, lo cual no tendría nada de peculiar de no ser porque esa demanda está envuelta en un estigma tan grande como el que afecta a la sociedad misma, que rehúye la terapia psicológica dada la idea de que ésta es sólo para débiles y/o locos.

La psicología del deporte no contempla la intervención clínica en el atleta valiéndose del discurso de que un deportista puede sucumbir ante un rival más poderoso, pero no ante un trastorno psicológico. El estudio presenta seis casos específicos de atletas mexicanos que narran su experiencia en el deporte y reconocen el imperativo de la terapia clínica para afrontar su carrera y los dolorosos vaivenes de la vida cotidiana.

Índice

Introducción	8
Capítulo 1. La industria del deporte	12
Capítulo 2. La psicología del triunfo, el empate y la derrota	21
Capítulo 3. El caso mexicano: la regla y las excepciones	46
Capítulo 4. La investigación	55
Capítulo 5. Resultados	67
Capítulo 6. Discusión y conclusiones	92
Bibliografía	112
Hemerografía digital	113
Anexo (transcripción de entrevistas con deportistas)	118

Introducción

Horas antes de que los Patriotas de Nueva Inglaterra visitaran al presidente Donald Trump en la Casa Blanca en este abril de 2017, a manera de celebración por su victoria en el Super Bowl un par de meses atrás, el exjugador ese equipo, Aaron Hernandez, se suicidó colgándose con una sábana en su celda de la cárcel de Shirley, Massachusetts, donde purgaba una cadena perpetua por asesinato (AP, 2017).

Nadie entre los asistentes a la Casa Blanca tuvo una palabra en memoria de su excompañero. Las redes sociales, ni en Estados Unidos ni en México, que cuenta con una gran afición al fútbol americano, tampoco fueron benévolas con el exjugador, a quien le reprocharon su condición de asesino, su cobardía por suicidarse y, de remate, su recién ventilada homosexualidad (bisexualidad, de hecho, pues estaba comprometido cuando fue arrestado en junio de 2013), ya que, según se supo (agencias, 2017), sostenía una relación con un reo en prisión.

Las historias de triunfo son muy útiles y convenientes para una comunidad, sobre todo si coinciden con el color de la camiseta de su equipo favorito, pero las de desgracia nos avergüenzan y se usan para el escándalo y el escarnio público. No hubo clemencia ni compasión de un país que confía en Dios hasta en los billetes para un muchacho que vivió un infierno hasta el último día de su vida. Los más piadosos enterraron en el silencio a la oveja negra que mancilló su amado deporte.

La nueva imagen de Hernandez, que pasó de figura del deporte más popular en Estados Unidos a asesino, no encaja con la del ídolo deportivo immaculado que todo lo puede y todo lo hace bien. Los deportistas profesionales en la actualidad gozan de grandes privilegios. Tienen grandes sueldos y son los consentidos de la sociedad y de una industria que genera miles de millones de dólares al año. Cualquier futbolista profesional, aun uno de bajo perfil que nunca ha ganado nada, puede tener una novia muy atractiva, salida del mundo de la farándula. Son auténticos ídolos de la civilización actual.

Sin embargo, la exigencia no sólo se queda en el ámbito deportivo. Permea hacia lo social e, incluso, lo personal y lo privado. Un deportista debe aportar a su equipo y su grupo social (país, ciudad, barrio, porra) triunfos, pero también un comportamiento pulcro y ejemplar que no deje espacio para el fracaso y la vergüenza. En general, no tiene derecho a fallar -al menos no mucho- y tampoco debe mostrar debilidades. Aun si esas debilidades son las de cualquier ser humano. Los superhéroes no están para eso.

Al deportista le gusta sentirse mimado por esa sociedad hambrienta de triunfos e ídolos, hasta que descubre algo que resulta obvio, al menos en teoría: que es un ser humano como cualquiera y posee una habilidad especial que lo consagra como parte fundamental de esa industria del deporte, pero que sufre psicológicamente como cualquier simple mortal.

También la psicología del deporte se siente cómoda dándole al deportista un trato especial, y lejos de ponerle los pies sobre la tierra, se incorpora a la infraestructura, al establishment de la industria, para ayudarle a alcanzar esos triunfos que tanto necesita el negocio, la comunidad y el sujeto mismo. Todo se mide en estadísticas, números, resultados, triunfos, trofeos y medallas. Y lo que no sirve se desecha.

Pero como la evidencia cotidiana, la misma que alcanzó a Hernandez y a muchos otros deportistas profesionales, sugiere que el deportista sufre psicológicamente a causa de las exigencias laborales y de la vida misma, y que ese sufrimiento se manifiesta en todo tipo de conflictos como suicidios, crímenes, violencia familiar, y patologías bien específicas como depresión, ansiedad y adicciones, emprendimos esta investigación que develara esos problemas de propia voz del deportista. Ese fue un pilar fundamental de este trabajo, que el atleta hablara por sí mismo de su propia experiencia, de su propia vida.

Explicamos de inicio a través de los primeros capítulos teóricos la inmensidad de la industria del deporte, que ha cobrado una importancia inusitada en todo el mundo, incluido en México por supuesto, medible no sólo por el volumen de los recursos económicos que maneja, sino por las audiencias de miles de millones de personas que hoy en día presencian los certámenes deportivos.

Incursionamos también, arropados por diversos autores de la psicología y el psicoanálisis, en la explicación teórica del significado del deporte para la sociedad moderna y de cómo ha logrado seducir a los pueblos a lo largo de la historia.

Después, se analizan casos emblemáticos en el deporte mexicano para cerrar el sustento teórico y, entonces, comenzar la investigación de campo, un estudio cualitativo en el cual se entrevistó a seis deportistas mexicanos, de distintos perfiles, activos y retirados, para conocer su experiencia a lo largo de su carrera en el deporte.

La entrevista fue dividida temáticamente en seis factores generales (familiar, económico, social, académico, salud física y deportivo), que en conjunto no sólo impactan sobre el estado psicológico del deportista sino que también lo determinan, para a partir de ahí evaluar la necesidad y conveniencia del soporte de la psicología clínica en la vida del atleta.

La investigación de campo, sustentada también por los múltiples casos presentados y descritos en el marco teórico -lo de Hernandez está lejos de ser un caso aislado-, permitió descubrir las circunstancias en las que operan los deportistas consultados, los efectos de una carrera deportiva sobre el aparato psíquico del individuo y la eventual demanda de apoyo psicológico.

En algunos casos de la muestra seleccionada existía el precedente de haber contado con el apoyo de un psicólogo del deporte, sin embargo, ninguno de esos atletas consultados estuvo bajo intervención terapéutica con un psicólogo clínico, aunque la ocasión así lo ameritara.

El subtítulo de la presente tesis -“¿por qué el atleta mexicano necesitaría un psicólogo clínico?”- es muy elocuente. Lo dice todo, o al menos lo intenta. Es una incógnita cuya respuesta se va develando en cada página. La pretensión, sin embargo, no es servir como promotor de la enfermedad mental. Todo lo contrario. Es romper con el estigma del deportista todopoderoso, del superhéroe del pueblo que, en efecto, es muy hábil en su actividad profesional, pero que de ninguna manera tiene inmunidad para protegerse ante los dolores y angustias del alma, terreno en el que, si dejamos bien en claro su vulnerabilidad a la enfermedad mental como cualquier otra persona, la psicología clínica puede tenderle una

mano que, evidentemente, según dejan ver los hallazgos de la investigación y los casos que casi de manera cotidiana se ventilan en los medios de comunicación, reclama muy urgentemente.

Muy pronto, el subtítulo se despoja de esa interrogante y se transforma en una demanda específica en tiempo presente: El atleta mexicano necesita un psicólogo clínico. No es la necesidad del psicólogo clínico de conseguir pacientes. Es reconocer a través de la investigación y el análisis un problema que hace tiempo tenemos en las narices y que no queremos ver. Si acaso lo olemos, pero nada más. Preferimos voltear hacia otro lado. Es romper el estigma de la enfermedad mental en ese ídolo de la modernidad digital al que no se le permite una debilidad, mucho menos si ésta es psicológica. Después de todo, nadie va a pegar en su habitación el póster de un deportista que se dio un tiro porque sufría de depresión o se va a comprar la camiseta de un jugador que ya no mete goles y que se ha gastado toda su fortuna en alcohol y prostitutas.

1. La industria del deporte

“Es fácil vivir con los ojos cerrados,
entendiendo mal todo lo que ves”.
The Beatles en *Strawberry fields forever*.

Una cosa era que Miguel Herrera celebrara en el Estadio Azteca con sus peculiares convulsiones en un partido de la liga local y otra que lo hiciera en pleno Mundial de futbol ante millones de espectadores alrededor del mundo.

Cada vez que la Selección Mexicana anotaba en el Mundial de Brasil y el famoso Piojo se sacudía en esa demoniaca forma que hacía parecer inocente a la niña de *El Exorcista*, su grotesca imagen se extendía como epidemia por todo el planeta en cuestión de segundos.

El diario español El País, el más prestigiado del mundo en habla hispana, hacía eco de los festejos del seleccionador mexicano llamándolo “antihéroe” de éstos del corte de Cantinflas y el Chapulín Colorado.

“Kovac está guapo, pero el Piojo enamora”, citaba El País (Quesada, 2014) esa frase tan de moda en redes sociales durante el Mundial brasileño a manera de aforismo comparativo entre el apuesto e imperturbable técnico croata y ese sujeto de barrio que se revolcaba en el césped con sus jugadores después de cada anotación.

Con esos ataques de júbilo, Miguel Herrera, criado en la colonia Narvarte de la Ciudad de México, llegó también al Wall Street Journal (Granados, 2014), que lo llamó “lo más animado del Mundial”. El británico The Guardian lo reconocía como el gran protagonista del internet y el Huffington Post no se anduvo por las ramas al calificarlo como “lo mejor del Mundial”.

Aun en los juegos de conjunto, el atleta llega a tener momentos de soledad en la práctica de su deporte, como cuando un futbolista acomoda el balón para patear un penal, pero hace tiempo que no goza de privacidad ni siquiera en los entrenamientos. Prácticamente todo lo que ocurre en su entorno, deportivo o extradeportivo, es difundido por los medios de comunicación a una velocidad vertiginosa.

Las televisoras brasileñas, por ejemplo, transmiten en vivo los entrenamientos de su selección cuando juega un torneo importante. Igual las cadenas argentinas. La pasión por el fútbol en esos países es de sobra conocido. Pero ya no son los únicos. En el último Mundial, las conferencias de prensa y algunos detalles del entrenamiento de la Selección Mexicana, ya eran seguidos en vivo por la televisión y demás medios de comunicación de nuestro país. En Europa ocurre lo mismo, sobre todo con italianos, ingleses y españoles.

La pasión que genera el deporte lo llevó en solo un siglo, el XX, a arrastrar multitudes en todos los rincones del mundo. Los medios de comunicación y, más tarde, las redes sociales, lo convirtieron en un asunto que concierne no sólo a una comunidad o una ciudad sino, en muchas ocasiones, a todo un país.

El deporte, pues, convoca a miles en las tribunas y a millones a través de los medios de comunicación. Hoy en día, un futbolista no puede lesionarse, un mariscal de campo no puede tirar un pase de anotación, un beisbolista no puede conectar un jonrón y, peor aún, un jugador de fútbol americano de 150 kilos no puede golpear a su mujer sin que ello sea un tema que concierna a millones de personas en el mundo. El show de O.J. Simpson, una estrella de la NFL venida a menos, fue transmitido en vivo por televisión, no sólo el juicio por el asesinato de su esposa que fue visto por todo Estados Unidos, sino la persecución policiaca por los freeways de Los Ángeles.

No por nada Cristiano Ronaldo se revisa el peinado en la pantalla del estadio antes de cobrar una falta. El problema no es estar despeinado, sino que millones te vean por televisión.

Y tiene razón Cristiano Ronaldo en preocuparse por su acicalado talante, pues los eventos deportivos alcanzan ratings televisivos monstruosos.

El Super Bowl de 2015, en el que los Patriotas de Nueva Inglaterra vencieron a los Halcones Marinos de Seattle, fue visto por 114.5 millones de personas en Estados Unidos a través la cadena NBC, implantando un récord para ese partido, de acuerdo con cifras de la consultora Nielsen (Patten, 2015).

El show de medio tiempo de ese Super Bowl, que desde hace unos años es todo un acontecimiento, también batió marcas televisivas, ya que la cantante Katy

Perry alcanzó 50.8 puntos de rating, que se traducen en 118.5 millones de espectadores, superando los 115.3 de Bruno Mars en 2014. Las mediciones abarcan ahora también Facebook, donde se registraron 265 millones de interacciones entre comentarios, likes y posts.

El partido, pues, es todo un suceso.

Desde luego, un Super Bowl se queda corto con un partido de corte internacional como una final de un Mundial de fútbol. Las finales de 2010, entre España y Holanda, y de 2014, Argentina-Alemania, contaron con una teleaudiencia que osciló entre 900 y 950 millones de personas (Diariopopular.com.ar, 2010). Eso equivale a 1.5 veces la población total de Latinoamérica.

Otros encuentros que ya son clásicos entre los aficionados son las finales de la Champions League, las cuales cuentan con gran audiencia. En 2011, la final entre el Barcelona y el Manchester United fue seguida por 206 millones por televisión (Villarreal, 2014).

Sin embargo, el evento deportivo más seguido del que se tenga registro fue la ceremonia inaugural de los Juegos Olímpicos de Beijing 2008, que fue vista por mil millones de personas, lo cual es perfectamente entendible si se toma en cuenta que la población de China es de más de mil 300 millones de personas.

No todo, por supuesto, es fútbol o fútbol americano. La Fórmula Uno de automovilismo también alcanza altos niveles de audiencia. En 2009, 115 millones de telespectadores siguieron el Gran Premio de Bahrein, que significó la consagración del piloto inglés Jenson Button como campeón del mundo.

En 2009, las pruebas de velocidad de 100 y 200 metros del jamaícano Usain Bolt alcanzaron casi los 100 millones de seguidores.

El tenis también cuenta con un partido en el listado de eventos deportivos con mayor rating televisivo de la historia. En 2009, la final de Wimbledon entre Roger Federer y Andy Roddick rondó los 90 millones de seguidores. También ese año, la final del Clásico Mundial de Beisbol entre Japón y Corea del Sur sumó 82 millones de espectadores.

Los números domésticos son más austeros, pero no por ello dejan de ser asombrosos. La final del futbol mexicano entre Pumas y Tigres en diciembre de 2015, resuelta en forma dramática en tanda de penales, fue seguida por 6.1 millones de personas (Espn.com.mx, 2015).

Hasta ahora, la final del futbol mexicano más vista de la historia ha sido la de América-Cruz Azul en 2013, cuando el Piojo Herrera patentó sus epilépticas celebraciones, la cual llegó a alcanzar 40.7 puntos de rating (Terán, 2013), que equivalen a la escandalosa cifra de 68 millones de espectadores. Es decir, en el momento de mayor audiencia, aquel partido de domingo por la noche fue seguido por uno de cada dos mexicanos.

En una definición de un título como ocurrió en la final entre América y Cruz Azul o Pumas y Tigres, estar despeinado al errar un penal es el menor de los males. Un simple tiro supone, en lo inmediato, campeonatos, prestigio, reconocimiento, éxito, contratos millonarios, sueldos y primas. Y, después, un lugar en la historia.

Y si esos penales se ejecutan durante un Mundial, cuando países enteros se paralizan para pegarse al televisor, la cosa es más seria aún. Hugo Sánchez, el mejor futbolista mexicano de la historia si nos atenemos a sus logros en España, es recordado no sólo por sus goles, sino por fallar un penal ante Paraguay en el Mundial del 86 y por haber eludido la responsabilidad de tirar ante Alemania en la definición por penales que significaba el pase a semifinales. Cualquier aficionado al futbol con la edad suficiente recuerda los goles maravillosos de Hugo en España, pero no le perdonan sus líos con los penales en el 86.

Hace décadas, incluso siglos ya, el futbol no era asunto de intelectuales, ni de mujeres. Ni mucho menos de mujeres intelectuales. En *El futbol a sol y sombra*, Eduardo Galeano (2005) recuerda al poeta Rudyard Kipling, quien en el lejano 1880 se burlaba del futbol y de “las almas pequeñas que pueden ser saciadas por los embarrados idiotas que lo juegan” (p. 7). O ese arrebató de Borges, también citado por Galeano, quien dictó una conferencia sobre la inmortalidad el día que Argentina jugó su primer partido en el Mundial que organizó en 1978. A Borges no

le importó ni el fútbol, ni que la sangrienta dictadura de Videla lo viera boicotear su Mundial.

Hoy, son pocos los que pueden sustraerse al efecto de deportes como el fútbol. El escritor Juan Villoro, por ejemplo, cada que requiere un trancazo de popularidad –cada que quiere ser leído, pues- recurre al fútbol como tema central en sus libros y artículos.

En la obra citada, Galeano, en su apasionado y acostumbrado estilo, hace un recuento de todo un siglo de episodios de lo que llama “la pelota como bandera” (p. 9). “El fútbol y la patria siempre están atadas”, decía el escritor uruguayo. Hay una amplia lista de capítulos en la historia de la humanidad en los que el deporte, en particular el fútbol, sirve de discurso, fusil, estandarte, credencial e informe triunfalista.

Durante la guerra civil española, dos equipos, el Barcelona y la Selección Vasca, fueron símbolos de la resistencia democrática. Mientras Franco bombardeaba España, el equipo vasco recorría Europa jugando para recaudar fondos para la defensa y el conjunto catalán jugaba en México y Estados Unidos. El Real Madrid, símbolo del franquismo, era el orgullo de la dictadura ganando cinco copas de Europa del 56 al 60.

Décadas después, durante la guerra fría, el bloque comunista y Estados Unidos alardeaban de sus hazañas traducidas en medallas olímpicas. La crisis tuvo varios episodios fundamentales, dos de ellos en escenarios deportivos. En 1980, Estados Unidos y sus aliados boicotearon los Juegos de Moscú en 1980, y cuatro años más tarde, la Unión Soviética y compañía hicieron lo propio en los Juegos de Los Ángeles.

En México, la historia es similar. La noche del 2 de octubre de 1968, horas después de la matanza de Tlatelolco, el noticiario de Jacobo Zabludovsky clamaba entusiasta que sólo faltaban 10 días para la inauguración de la Olimpiada para pasar pronto el trago amargo de lo ocurrido en la Plaza de las Tres Culturas. Y en el 85, con parte de la Ciudad de México reducida a escombros por el terremoto del 19 de septiembre, los diarios salían al quite de la tragedia asegurando que los estadios destinados al Mundial, que se jugaría un año después, estaban intactos.

Tal es el poder del deporte. Congrega a millones en el estadio, en la radio, la televisión, los diarios, y, ahora, las redes sociales. Mucho más que cualquier religión o político, y además, a diferencia de la religión o la política, lo hace por las buenas. Cristiano Ronaldo tiene casi 40 millones de seguidores en Twitter, mientras el Papa Francisco no llega a 11 millones. Entre las Chivas y el América superan los 4 millones en Twitter, y entre el PRI y el PAN apenas superan los 300 mil seguidores.

El pueblo no siempre ha tenido pan, pero siempre ha tenido circo. En la antigua Grecia, las ciudades-estado que vagamente la conformaban imponían treguas periódicas para celebrar diversos juegos, y las Olimpiadas eran los más importantes. Y en Roma, una de las obras magnas de la época, el Coliseo, fue construido especialmente para albergar espectáculos multitudinarios, que ahora bien pueden tener su equivalente en las artes marciales mixtas, sólo que sin felinos.

Y no es que el deporte sea para iletrados. Platón participó en unos Juegos Olímpicos y lo hizo en una sangrienta disciplina como la lucha. No olvidemos tampoco al mentado Villoro. Serrat dice que cada que el Barcelona gana siente que Dios es azulgrana. Tampoco es que la gente necesite del salvoconducto de un intelectual para desgañitarse en la tribuna, porque genera pasión y, además, identificación.

Myers (2011) plantea que la raza humana posee una necesidad ancestral de pertenencia. Somos una especie social, que vive en manada. Nadie puede sobrevivir solo. Todos necesitamos de los demás. Desde tiempos antiguos, la solidaridad entre los miembros de una comunidad generaba seguridad. Era un duelo “ellos” contra “nosotros”. “Nos entusiasmos por nuestros grupos, matamos por ellos, morimos por ellos” (p. 695), explica Myers. Mediante esa identidad social, que en este caso se manifiesta en lo deportivo, nos asociamos con determinados grupos y nos contrastamos con otros.

Exceptuando por el Real Madrid o el Barcelona, ningún equipo es el mejor del mundo, sin embargo, cada aficionado piensa que no hay nada mejor que su

equipo. García Márquez, en *El otoño del patriarca*, decía que todo mundo piensa que su pueblo es la última bendición de Dios.

Los sueldos millonarios

Las empresas aprovechan el imán del deporte profesional para anunciar sus productos. Nadie como un deportista para vender autos, relojes, tenis, ropa, televisores, refrescos, cervezas, rastrillos, desodorantes, perfumes, neumáticos, lubricantes, ungüentos, vitaminas, analgésicos, antigripales, bebidas energéticas, cuentas bancarias, afores, calzones, mostaza, cátsup, mayonesa, hamburguesas, tacos, pizzas y un interminable etcétera.

Los recursos que genera el deportista se reflejan, desde luego, en su bolsillo, tanto por concepto de salario como por patrocinios comerciales. En 2015, de acuerdo con el listado de Forbes (Badenhausen, 2015), los deportistas con mayores ingresos fueron el boxeador Floyd Mayweather, quien ganó 300 millones de dólares, de los cuales 285 millones fueron por salarios y premios, y 15 millones por patrocinios. Le siguió el también boxeador Manny Pacquiao con ingresos totales de 160 millones de dólares, mientras el bien peinado Cristiano Ronaldo se ubicó tercero en la lista de los mejores pagados en 2015 con ingresos totales por 79.6 millones de dólares.

El goleador del Real Madrid terminó apenas por delante de su gran rival del Barcelona, el argentino Lionel Messi, quien devengó 73.8 millones de dólares. En el quinto puesto se ubicó el tenista suizo Roger Federer, quien ganó 67 millones de dólares en el año.

Esta cascada de millones puede decir mucho y nada a la vez. Como mera referencia, y siguiendo con el mencionado Cristiano Ronaldo, hay que aclarar que sus percepciones diarias superan los 218 mil dólares, juegue o no juegue, entrene o no; eso hace un total de 3 millones 881 mil 859 pesos mexicanos diarios. Cada hora, esté dormido o despierto, de buenas o de malas, el portugués gana 161 mil 744 pesos. En una hora, cobra más que muchos millones de mexicanos en todo el año. Sobra decir que equivocamos la profesión.

El auge del deportista es, no obstante, efímero y se somete constantemente al veleidoso juicio de la opinión pública. Un día, el Piojo, símbolo mediático etéreo, se revolcaba eufórico en el pasto con sus jugadores, y otro tenía que repartir puñetazos a un periodista defendiendo su mancillado orgullo y, por tanto, perdiendo un empleo bien remunerado que nunca podrá recuperar. Ningún atleta, por rico o famoso que sea, es inmune a los altibajos de la vida cotidiana -personal y deportiva-, el paso del tiempo y la crítica implacable de público y medios de comunicación.

Todos los días, los medios se regodean con los escándalos de las estrellas del deporte pillándolos en problemas de adicciones, violencia familiar y, ya concluida su carrera, metidos en un sinfín de problemas, incluyendo los económicos. Llegado el momento, aficionados y periodistas, implacables, recriminan al deportista los estragos del tiempo.

Cuenta Galeano con maestría: "El barrio lo envidia: el jugador profesional se ha salvado de la fábrica o de la oficina, le pagan por divertirse, se sacó la lotería. Y aunque tenga que sudar como una regadera, sin derecho a cansarse ni a equivocarse, él sale en los diarios y en la tele, las radios dicen su nombre, las mujeres suspiran por él y los niños quieren imitarlo. Pero él, que había empezado jugando por el placer de jugar, en las calles de tierra de los suburbios, ahora juega en los estadios por el deber de trabajar y tiene la obligación de ganar o ganar. Los empresarios lo compran, lo venden, lo prestan; y él se deja llevar a cambio de la promesa de más fama y más dinero. Cuanto más éxito tiene, y más dinero gana, más preso está. Sometido a disciplina militar, sufre cada día el castigo de los entrenamientos feroces y se somete a los bombardeos de analgésicos y las infiltraciones de cortisona que olvidan el dolor y mienten la salud. Y en las vísperas de los partidos importantes, lo encierran en un campo de concentración donde cumple trabajos forzados, come comidas bobas, se emborracha con agua y duerme solo. En los otros oficios humanos, el ocaso llega con la vejez, pero el jugador de fútbol puede ser viejo a los treinta años. Los músculos se cansan temprano... Y algún mal día el jugador descubre que se ha jugado la vida a una

sola baraja y que el dinero se ha volado y la fama también. La fama, señora fugaz, no le ha dejado ni una cartita de consuelo” (p. 16).

En efecto, el deporte profesional es todo menos un juego. Dedicarse al oficio de deportista profesional implica, en cualquier parte del mundo y en cualquier disciplina, un reto mayúsculo en el que no solamente hay que vencer al rival que está enfrente sino a sí mismo. Por cada historia de triunfo, hay docenas de historias de derrota. Ninguno, ni triunfo ni derrota, es definitivo. Por eso ningún triunfo presente vacuna contra derrotas futuras. Y ninguna derrota es suficiente antídoto contra más derrotas. El atleta debe lidiar con una profesión de alta exigencia que primero lo llena de promesas, y después, si acaso se las cumple en el mejor de los casos, lo olvida para siempre convirtiéndolo en un jubilado a los treintaytantos.

2. La psicología del triunfo, el empate y la derrota

“Vemos dos tipos de verdad: la científica y la filosófica. Aquélla es exacta pero insuficiente, ésta es suficiente pero inexacta”.
José Ortega y Gasset.

Nunca he sido experto en boxeo, pero sé distinguir perfectamente cuando un boxeador le pone una tunda a otro. Tampoco he disfrutado jamás de la violencia, sin embargo era un deleite ver a aquel peleador sonoreño en los entrenamientos. No necesitaba más que unos segundos para maravillarme a propios y extraños, como se dice en el argot deportivo.

Nos conocimos en septiembre de 2010. Llegó a la Ciudad de México para participar en un torneo que, si las cosas salían bien, habría de lanzarlo a la fama. Pero las cosas no salieron bien. Al menos no muy bien. Aun así, hubo tiempo para que Goyo, como era conocido por todos, cautivara a quienes lo habían observado con ojo clínico. No tardamos mucho en entablar una amistad y convenir un contrato de trabajo. Él como boxeador y yo como representante. En los años previos andaba en malos pasos, pero estaba decidido a sacarle provecho a su talento.

Técnica y físicamente, lo tenía todo. Velocidad, técnica, elegancia, fuerza, destreza, habilidad para analizar al contrario y un físico envidiable.

Uno de los principios básicos del boxeo y, en general, de todos los deportes de contacto, es la igualdad, por eso, cuando no hay mafias de por medio, deben enfrentarse rivales del mismo peso y similar experiencia.

Un día antes de la pelea, se realiza el pesaje oficial al que los peleadores suelen llegar luego de grandes sacrificios para dar el peso reglamentario. No es inusual que un peleador baje un par de kilos en unas cuantas horas, previo al pesaje, deshidratándose con ejercicio, vapor y ¡escupiendo!

Bueno, pues Goyo podía comerse una hamburguesa el mismo día del pesaje pese a que ya se acercaba a los 30 años de edad. Su cuerpo parecía tener pacto con la báscula.

La gente que lo veía en los entrenamientos quedaba fascinada por la forma en la que aterrizaba los puños en sus rivales. Una tarde le puso una golpiza a un peleador mucho más famoso y de una división superior a la suya, lo cual terminó por convencernos de que estábamos ante una futura estrella del boxeo.

En las peleas, Goyo no era tan espectacular, pero hacía lo suficiente para ganar. Moviendo algunas influencias, logré conseguirle una gran pelea que, de ganarla, lo pondría en posición de comenzar el despegue en su carrera. Un despegue que, según nuestros sueños, lo llevaría hasta un título mundial.

Pero esa pelea que tanto habíamos esperado fue un completo desastre. Goyo estuvo irreconocible en el ring. Se vio como peleador callejero. Desesperado, cambiaba una y otra vez de guardia. Por cada golpe que sufriendamente lograba asestar, él recibía tres con suma facilidad. Perdió de manera inobjetable. No tenía caso alegar que nos habían robado. La derrota fue indiscutible. Esa noche ambos nos fuimos de la arena desmoralizados, con la certeza de que las ilusiones que nos habíamos formado cándidamente simplemente no se harían realidad.

Entonces comprendí por qué a los 30 años seguía siendo un desconocido pese a ser un extraordinario boxeador. Lo tenía todo, menos cabeza. Algo ocurría con él en esos momentos importantes, que no era capaz de hacer lo que hacía en los entrenamientos. Se bloqueaba por completo. Era, por cierto, un extraordinario tipo, pero tenía un narcicismo exacerbado, un concepto demasiado elevado sobre sí mismo que no lograba justificar a la hora buena. Como esa chica guapa a la que todos voltean a ver en el Metro, Goyo sabía que tenía el encanto para enamorar a todos. Desafortunadamente, tenía un pánico terrible a perder. No soportaba la idea de quedar en ridículo, de verse las caras frente a frente con la frustración de la derrota. Y ese temor lo incapacitaba.

Al día siguiente del gran fiasco, ambos estábamos seriamente abatidos. Yo me recuperé en unos cuantos días, sin embargo él no pudo volver al gimnasio. De hecho, se perdió unas semanas. Nadie sabía dónde estaba, hasta que reapareció un par de meses después en algún lugar del país. Intercambiamos algunos mensajes y nada más. Nunca se recuperó de esa derrota. Parece que nunca

volvió a pelear profesionalmente. Yo empecé a estudiar psicología y jamás volví a saber de él.

¿Qué hace que un deportista o un equipo sea tan bueno en una circunstancia y no en otra? ¿Por qué es imposible ser tan bueno en un partido como en los entrenamientos? ¿Por qué los deportistas cambian tanto su rendimiento cuando juegan de local y de visitantes? ¿Por qué no se puede ser igual de bueno todo el tiempo? ¿Qué tanto afectan los altibajos de la vida cotidiana y, más aún, la personalidad, la crianza y la cultura en el desempeño de un deportista? ¿Qué tan valiosa es la experiencia en las citas deportivas?

Hogar dulce hogar

La final del fútbol mexicano entre Pumas y Tigres, jugada en diciembre de 2015, sólo puede ser explicada seriamente por la psicología. A juzgar por lo ocurrido, todos los análisis de los expertos deportivos no son más que palabrería.

Y es que ¿cómo puede ser un equipo tan bueno el jueves y tan malo el domingo? Y el otro equipo, ¿cómo puede ser tan malo el jueves y tan bueno el domingo? Por lo visto en esa final, en la que ambos se golearon 3-0 aprovechando la localía, aspectos psicológicos como la presión, el entorno hostil y lo que otros -y nosotros mismos- esperan de nosotros afecta no sólo a jugadores, sino también al cuerpo técnico.

Myers (2011) dice que en las tareas fáciles somos mejores cuando hay público observándonos. Y en las difíciles puede ocurrir a la inversa. En los grandes jugadores, la audiencia puede tener un efecto motivante, mientras que en los mediocres o no tan buenos el efecto suele ser el contrario. Este fenómeno, en el que el entorno puede mejorar el rendimiento, es lo que en psicología social se conoce como facilitación social (p. 687).

En efecto, ningún deportista, absolutamente ninguno, tiene el mismo rendimiento con o sin presión. Y eso puede aplicarse no sólo al deporte sino a cualquier actividad en la vida. No es lo mismo intentar ligarse a la alegre chica de la tortillería que a una de esas imponentes mujeres que lo dejan a uno sin habla. Ya decía Freud (2002a) que, en lo sexual, el hombre funciona muy bien con

mujeres a las que no guarda un respeto especial, no así ante las que su supuesta supremacía puede ponerse en tela de juicio. “El hombre muestra apasionada inclinación hacia mujeres que le inspiran un alto respeto, pero que no le incitan al comercio amoroso, y en cambio, sólo es potente con otras mujeres a las que no ‘ama’, estima en poco o incluso desprecia” (p. 104).

En la práctica deportiva, el principio es el mismo. El deportista se siente mucho más libre y, por lo tanto, su desempeño es mejor cuando no hay una tensión excesiva de por medio.

El extenista argentino Javier Frana, ahora analista de la cadena ESPN, frecuentemente comenta en sus transmisiones que a la hora de máxima presión en un partido, la precisión de los tiros se ve mermada. En un momento de gran estrés, es fácil que a cualquiera le tiemble la raqueta y por mínimo que sea, eso cambia el curso del tiro algunos valiosos milímetros. Un centímetro es importante en cualquier deporte, pero en el tenis es tan crucial como en una neurocirugía.

Y cuando las cosas no van bien, lo cual ocurre hasta en las mejores familias, de plano nada sale bien. Ejemplos hay millones en el mundo deportivo. “El problema es que no nos atrevemos a jugar nuestro fútbol porque no podemos con la presión de los malos resultados. Y cada vez es mayor”, fue el análisis de técnico holandés Louis van Gaal (Quixano, 2015) a finales de 2015, cuando su equipo, el popular Manchester United, encadenó siete partidos sin ganar en la liga británica, conocida como Premier League.

En muchos deportes, el efecto energizante de jugar de local puede ser determinante en el resultado de un encuentro. “Lo que hace usted bien, es probable que lo haga mejor cuando está frente a una audiencia, sobre todo si la audiencia es amistosa; lo que suele ser difícil puede parecer imposible cuando lo están observando”, explica Myers (2011, p. 687).

Un estudio realizado en Estados Unidos, Canadá e Inglaterra, citado por el autor, evaluando más de 80 mil partidos colegiales y profesionales, develó que los equipos que juegan en su país ganan hasta seis de cada diez partidos, aunque la cifra varía de acuerdo al deporte. En fútbol, la cifra llega a 69 por ciento a favor del

local, en basquetbol es del 64.4, en hockey sobre hielo de 61.1 y en futbol americano de 57.3.

Somos, pues, animales sociales cuya conducta es propensa a verse afectada por otros de nuestra especie. En un ambiente propicio, los corredores pueden ser más veloces en grupo, la gente puede ser más risueña departiendo con amigos y los alcohólicos pueden dejar de beber con el soporte de otros que comparten su problemática. En un ambiente excesivamente estresante, se nos puede olvidar hasta la tabla del dos. En ocasiones, la mente puede ponerse en blanco tan pronto como uno entra al CEC de la Facultad de Psicología para realizar un examen, aun si pasamos varias noches en vela estudiando.

Dice Myers (2000) que los grupos “pueden ser muy, muy malos, o muy, muy buenos. Por tanto, es mejor que escojamos nuestras influencias de grupo de manera sensata y deliberada” (p. 332).

Sin embargo, un deportista no puede darse el lujo de elegir dónde jugar ni contra quién.

La cuna que te marca para siempre

Estos planteamientos lucen muy apropiados, sin embargo en el fondo parece haber más detalles que pasan inadvertidos a la luz de la teoría de la facilitación social.

La forma de reaccionar ante la presión tiene, además, bases biológicas, pero tampoco podemos conformarnos con la idea de que así somos por naturaleza y ya no hay nada más que hacer.

Ante el estrés, explica Carlson (2011), se desata una reacción fisiológica provocada por la percepción de situaciones aversivas o amenazantes. Estas respuestas fisiológicas “nos preparan para amenazar a los rivales o luchar con ellos, o para escapar de situaciones peligrosas” (p. 620). Luego del episodio estresante, el organismo vuelve a la normalidad. Cuando las situaciones amenazantes son más continuas que episódicas, se produce una situación de estrés igualmente continua, que incluso puede afectar la salud de un individuo.

Es evidente también que una habilidad superior de un superdotado como Federer ayuda a contrarrestar los estragos de la presión y el estrés de un enfrentamiento deportivo, pero tampoco esta idea es suficiente para explicar el fenómeno del rendimiento deportivo.

Parece ser que la cultura, tanto la que absorbemos del país y el pueblo que nos vio nacer como la que nos inyectaron nuestras familias, es decir, nuestra historia personal y colectiva, también influye en la forma en la que actuamos ante la adversidad.

El caso gringo es un buen ejemplo de ello. Pueden no ser los mejores, para el fútbol, por ejemplo. Sin embargo, no es fácil perturbarlos. Eso les permite mantener un nivel de manera consistente, de forma que sin importar las circunstancias pueden ser buenos a secas en casa o fuera de ella, tanto en un partido de gran importancia como en uno de mero trámite.

Con los alemanes ocurre lo mismo. Sin duda, se sienten más a sus anchas cuando juegan en un entorno favorable, como nos explica la teoría de la facilitación social, y su organismo responde al estrés en la misma forma que detalla Carlson, sólo que sus recursos para enfrentarlo parecen ser diferentes a las de, por ejemplo, el deportista mexicano.

Horney (1981) señala que “en nuestra inmensa mayoría, nos vemos obligados a luchar con problemas de competencia, con temores al fracaso, con aislamiento emocional, la desconfianza del prójimo y de nosotros mismos... La circunstancia en la que en términos generales una cultura afronta idénticos problemas, nos impone la conclusión de que éstos son creados por las condiciones específicas de vida que reinan en aquella, y no a algún factor inherente a la naturaleza humana” (p. 32).

Indica que en cada cultura existen dificultades que son responsables de ciertos conflictos psíquicos que padecemos.

Un hombre común

De entrada, qué rayos impulsa a una persona a someterse a inhumanas rutinas, entrenamientos exhaustivos y una encarnizada competencia, ante unos

fans que nunca están satisfechos y siempre quieren más, sólo para echarse unos billetes al bolsillo y alcanzar un rato de fama.

Es parte de la naturaleza humana imponerse retos, probar sus alcances y cuestionar los logros de sus predecesores. Si el hombre fuera una especie conformista aún viviría en cuevas. Sin embargo, las exigencias del deporte de alto rendimiento en algunos casos pueden rebasar los límites de la sensatez.

Rafael Nadal le cuenta a detalle al periodista inglés John Carlin (2011): “Hacer deporte es saludable para las personas normales, pero el deporte a nivel profesional no es bueno para la salud. Hace que tu cuerpo alcance límites para los que los seres humanos no están, de forma natural, preparados. Ese es el motivo por el que casi todos los grandes deportistas profesionales sufren lesiones que en ocasiones acaban con su carrera” (p. 50).

En la psicología deportiva se piensa que el deportista es un ser superior que no sólo tiene una habilidad especial que ha desarrollado a través de los años en los entrenamientos, sino que por alguna mágica razón no tiene, en lo general, problemas psicológicos y, por lo tanto, no necesita un psicólogo clínico como parte de su equipo de trabajo.

Es el turno de Lorenzo González (1997) de hablarnos de psicología del deporte: “El psicólogo deportivo pretende como finalidad primordial ayudar a incrementar el rendimiento deportivo. No tiene por qué ser especialista en psicología clínica. Si lo fuera y algunos de sus deportistas necesitaran tratamiento psicoterapéutico, podría tratarlo o enviarlo a otro profesional” (p. 44-45).

Hasta aquí va bien don Lorenzo, pero después se lanza más a fondo: “Los problemas clínicos, si existen, son la excepción, no la regla. El experto en psicología tiene como función primordial ayudar a que los deportistas incrementen su rendimiento deportivo y puesto que son personas sanas y normales, lo sean aún más” (p. 45)

La lectura de estas líneas puede horrorizar a cualquiera. “Personas sanas y normales” buscando ser más sanas y normales, según el experto. Suena hitleriano, sólo que en lugar de una raza aria superior tenemos una raza deportista superdotada. Podríamos entender a los deportistas profesionales como una raza

superior que es inmune a la depresión, la neurosis y sus cientos de manifestaciones, trastornos y demás psicopatologías. Y eso es tan absurdo como decir que Robin Williams era feliz nada más porque siempre salía sonriente en sus películas. Eso, ya sabemos, no era verdad. Hay que tener presente que, ante el aumento de la ansiedad a causa de un evento específico en la vida, mucha gente busca desahogarla por diversas vías. Unos fuman, beben, tienen sexo o comen más de lo usual, y otros se convierten a la religión o hacen deporte. Unos más padecen la abrumadora presencia parental que los obliga a convertirse en deportistas para alcanzar los éxitos que ellos nunca lograron. André Agassi, el mejor tenista del mundo en tres periodos entre 1995 y 2003, pasó toda su niñez entrenando porque era obligado por su padre a pegarle 2 mil 500 veces diariamente a la pelota, pues tenía la idea de que sólo así podía ser el número uno. Relata en sus memorias *Open: Mi historia*, que a los siete años su padre le obligaba a tomar analgésicos con cafeína, en la adolescencia consumía anfetaminas y ya de adulto las drogas eran por pura diversión. "No empecé en el tenis por elección, yo odiaba el tenis con toda mi alma y lo odié por la mayor parte de mi carrera. Era el número uno más infeliz del mundo", dijo Agassi (Reuters, 2015) en octubre de 2015 durante una visita a la Ciudad de México. El odio no sólo era contra el tenis, también contra su padre, un boxeador iraní retirado.

-Mamá, ¿cómo lo aguantas? -preguntaba Agassi.

-No lo sé. Todavía no ha ido a la cárcel. Y nadie lo ha matado aún. Creo que somos bastante afortunados, pensándolo bien –respondía la madre.

La actividad deportiva permite a algunas personas canalizar esa energía que los despoja del sosiego espiritual, pero no les resuelve la psicogénesis del conflicto. Y algunos continúan con el deporte el resto de su vida sin hacer las paces con la causa de su desajuste emocional.

Bakker (1993) es más medurado sobre la psicología del deporte, pero su discurso es muy similar: "El psicólogo deportivo no tendrá un canal directo de comunicación con el atleta (a no ser que como especialista clínico forme parte del equipo médico); su implicación con el atleta es más indirecta, a través del coach. También puede concebirse una situación en la que éste, sobre todo tomando en

cuenta las presiones y tensiones de una competición de alto nivel, pueda muy bien requerir la orientación personal de un psicólogo deportivo” (p. 15-16).

Por el mismo rumbo, Becker Jr. (2004) propone un Programa de Entrenamiento Psicológico, dividido en individual y grupal, para “afrentar los problemas existentes” en la preparación y desempeño de un deportista. La intervención individual consta de orientación, técnicas de entrenamiento psicológico, entrenamiento de comunicación, motivación y psicoterapia. En tanto, la grupal consiste en técnicas de cohesión grupal, entrenamiento de comunicación, motivación y psicoterapia. Sin embargo, en ambas ramas - individual y grupal-, la psicoterapia presenta un asterisco. Al final del cuadro elaborado por el autor, aclara el significado del asterisco: “Intervención (la psicoterapia) que raras veces ocurre entre los atletas” (p. 216).

A su vez, el Departamento de Psicología del Deporte de la UNAM, creado en coordinación con la Facultad de Psicología, tiene como objetivo “brindar conocimiento especializado de las habilidades psicológicas para la práctica deportiva en sus diferentes niveles”, según explica su portal oficial en internet (Deportes.unam.mx, sin año). Las variables estudiadas en el Departamento son activación, motivación, atención, control de estrés y autoconfianza. Las técnicas para el manejo de estas variables son adherencia al entrenamiento, planteamiento de objetivos, técnicas de aprendizaje y técnicas de relajación.

Y si el deportista tiene algún problema “de tipo psicológico”, como “problemas familiares, problemas de pareja, ansiedad o depresión crónica y trastornos de sueño”, entonces lo mandan a formarse al Dávila.

“El apoyo especializado en psicología del deporte está orientado a la mejora del rendimiento deportivo; es importante diferenciar esta práctica de otras problemáticas de tipo psicológico, que también pueden estar interfiriendo con el adecuado desempeño de los deportistas y requieren de la intervención de psicología clínica especializada”, detalla el Departamento.

Todos esos objetivos están muy bien, pero ¿cómo mejorar el rendimiento deportivo cuando la problemática psicológica que afecta cotidianamente es ignorada?

A juzgar por la realidad, el deportista es un hombre común que tiene problemas de pareja, que ama y deja de amar, y al que aman y también dejan de amar. Todos los días, a través de los medios de comunicación, nos llegan noticias de deportistas enfrascados en conflictos que vive cualquier persona común y corriente. Violencia doméstica, adicciones, asesinatos, suicidios, depresión y violaciones son sólo algunos casos en que los deportistas profesionales se ven envueltos como parte de una vida que no alcanza a estar en paz consigo misma.

En octubre de 2015, Lamar Odom, exjugador de los Lakers de los Ángeles, fue hospitalizado de emergencia en Las Vegas tras ser encontrado inconsciente en un burdel. Odom se jugó una “fiesta loca” (Almasy, 2015), como la calificaban algunos medios, de dos días con un par de prostitutas, que incluyó mucho alcohol y otras drogas, la cual lo dejó tres días en estado de coma. Para su fortuna, su mujer Khloe Kardashian, hermana de la famosísima Kim, y de quien aún no estaba divorciado, dejó a su actual novio, fue corriendo en su ayuda y fue crucial en su recuperación. En total, Odom estuvo tres meses hospitalizado.

Bueno, pero ya estaba retirado dirían los psicólogos del deporte. Los deportistas son personas sanas y normales, dirían. En realidad, eso no importa. Por una parte, la vida tras el retiro forma parte de la vida misma de un deportista y, por otra, los deportistas en activo también tienen su guardadito.

Un mes después de las parrandas imperiales de Odom, el beisbolista dominicano José Reyes, jugador de los Rockies de Colorado, fue arrestado (Univision.com, 2015 tras propinarle una golpiza a su esposa durante sus vacaciones en un hotel de Hawai. La mujer terminó en el hospital. El pleito debió haber sido fuerte, porque nadie va a parar al hospital por una bofetada.

Si hubiera que enumerar todos los casos en los que deportistas profesionales se ven involucrados en un sinfín de problemas habría que hacer un anexo del mismo grueso que la sección amarilla. Por ejemplo, para jugar en la NFL, donde el más educado organiza peleas de perros, parece ser requisito indispensable tener antecedentes penales y sus jugadores tarde o temprano adolecen los dolorosos estragos del golpeo intenso y cotidiano.

Junior Seau, jugador emblemático de la liga en la década de los 90 y 2000, se suicidó (BBC Salud, 2012) con un revolver en su propia casa poniéndole punto final a una vida exitosa en el plano deportivo, pero dolorosa en su salud física y emocional. Vivió aquejado por jaquecas, producto en parte del violento trajín que supone el fútbol americano, y una depresión que lo hacía esconderse por las tardes en una habitación con la luz apagada. No son pocos los jugadores que sufren serias secuelas a causa de los golpes y las conmociones cerebrales.

Odom, Reyes y Seau no son los únicos. No son, ni mucho menos, casos aislados. Jovan Belcher, jugador de los Jefes de Kansas City, se suicidó en el estacionamiento del estadio con la misma pistola con la que mató a su novia. Oscar Pistorius, corredor que pasó a la fama por usar prótesis en sus extremidades, mató a su novia con arma de fuego, delito del cual fue exonerado. El consumo de esteroides en el béisbol de Estados Unidos llegó a ser un asunto que se dirimió penosamente en cortes federales y el Congreso desacreditando logros de extraordinarios jugadores que basaron su éxito en la trampa. La misma desmitificación del héroe deportivo se vivió en el ciclismo cuando Lance Armstrong fue despojado de siete tours de Francia, la competencia ciclista más emblemática del mundo, y una medalla olímpica por dopaje. La realidad es que para sobresalir en esas competencias no es suficiente con desayunar café y chilaquiles con frijoles refritos. Hay que meterle muchísimo más al cuerpo, más que un simple entrenamiento, para estar a la altura que exige la industria del deporte, no importa que después ésta te lo reproche.

Se habla mucho de los escándalos de la NFL porque es en Estados Unidos donde más se documentan este tipo de casos, aunque en México, historias similares abundan. El paraguayo Salvador Cabañas recibió un impacto de bala en la cabeza durante una noche de juerga en un antro de la Ciudad de México en enero de 2010, que lo dejó fuera del fútbol y, más tarde, en la ruina. Un joven murió en marzo de 2015 a consecuencia de la golpiza que le propinaron los jugadores del Necaxa Alejandro Molina y Luis Gorocito, quienes fueron encarcelados por el crimen. El entrenador de clavados Francisco Rueda fue suspendido de por vida de los clavados por cometer “actos de depravación” contra

su pupila Laura Sánchez, entonces menor de edad, además de acoso sexual a otras deportistas (Espinoza, 2011). Se dice que Rueda llegó a sostener relaciones sexuales con su esposa y la menor al mismo tiempo. Aunque no ha participado en escándalos similares, el futbolista Ángel Reyna, otro tipo “sano y normal”, ha despilfarrado su innegable talento con su carácter conflictivo en todos los equipos a los que ha llegado. América y Guadalajara, entre ellos. Tarde o temprano, termina enemistándose con todo y siendo echado de mala manera del equipo.

No es, desde luego, el caso de todos los deportistas. Sólo es una pequeña muestra de que el deportista es un ser humano normal, con defectos y virtudes, susceptible de enredarse en conflictos igual que cualquier persona, los cuales, como ocurre con cualquier persona, suelen afectar su vida cotidiana. “Los deportistas no sólo tienen problemas como todos los demás. Tienen más problemas que una persona normal”, opina Francisco Hernández, fotógrafo deportivo durante más de una década y exjugador de Águilas Blancas del IPN de 2002 a 2004 bajo las órdenes del legendario entrenador Jacinto Licea. En efecto, el deportista profesional no sólo sufre porque su madre está enferma, por estar lejos de casa o porque su novia lo engaña, sino porque tiene que agradar a sus coaches, debe rendir al máximo en entrenamientos y partidos y, además, debe gustar a la afición y medios de comunicación. Debe desafiar a un rival que quiere lo mismo que él y a sí mismo, con todas sus limitaciones y lesiones.

El paciente clínico tiene urgencia de curar sus patologías psicológicas, pero en un deportista la urgencia es mayor porque tiene partido el domingo. A todos nos afecta, por ejemplo, una riña conyugal en nuestro desempeño laboral. Esos pleitos que todo el día nos tienen con la mente en otra parte. Sin embargo, en el deporte profesional, seguido masivamente como se explicaba en el primer capítulo, esos pleitos afectan aún más. Un burócrata que se ha peleado con su mujer puede ocultar su conflicto detrás del escritorio. Un atleta tarde o temprano salta al terreno de juego y descubre cuán incapacitante puede ser un problema que permea a lo anímico. Cuenta la historia que días antes de morir, la leyenda del automovilismo Ayrton Senna se veía deprimido porque se la pasaba discutiendo por teléfono con su novia, la cantante Xuxa.

Consultado por un servidor, Hernández cuenta que a principios del milenio, un quarterback de apellido ilustre en el fútbol americano en México le confió a un grupo de amigos cómo eran obligados a tomar anabólicos en el equipo de la Universidad de Las Américas, que en aquellos tiempos tenía un agresivo programa de fútbol americano hambriento de triunfos. Al principio, consumir esteroides era relativamente sencillo. Jóvenes impetuosos al fin y al cabo con sed de gloria, sólo hacían lo que sus entrenadores les exigían. Poco a poco, se daban cuenta que eso no era bueno para su salud y buscaban cualquier pretexto para dejar de tomar las pastillas. Pero ¿cómo escabullirse de tomar esteroides en un deporte que por antonomasia los jóvenes utilizan para canalizar su agresividad? Para los jugadores no sólo era ganar, sino conservar la beca para graduarse en una universidad prestigiada. Consumir anabólicos era una decisión que, por supuesto, involucraba el resultado de los partidos y también el de su futuro profesional.

Y si hablamos de adicciones, quizá habría que escribir un libro completo. No hay nada qué reprocharle a Lamar Odom. No sólo son ciertos incidentes como el del clavadista Yahel Castillo, quien compitió en estado de ebriedad en la prueba de trampolín de un metro en la Universiada de Belgrado en 2009, o de cierto canoísta que entrenaba con una caguama a bordo de su embarcación para apagar la sed. No, es que la relación de muchos deportistas mexicanos con el alcohol va más allá de lo recreativo, de un fin de semana de farra para agitar la tensión. En verdad, el consumo sobrepasa por mucho la copita socializadora. En muchos casos, las borracheras son como si no hubiera mañana.

En 2005, durante una Serie del Caribe de Beisbol en Mazatlán, un renombrado jugador mexicano frecuentaba un bar muy de moda después de los partidos, que ya de por sí terminaban tarde. Yo fui testigo de su temeraria forma de beber whisky. Con su botella en la mesa para él solito, con muchos aduladores alrededor, bebía como si fuera Gatorade hasta entrada la madrugada, sin importar que al otro día debía volver a jugar.

La naturaleza del juego

El juego es un recurso primitivo que en el reino animal nos permite prepararnos para la adultez y también para expresarnos. Cuando cachorros salvajes de cualquier especie juegan, se están preparando para cazar y para una vida que no será fácil. Los humanos desde pequeños peleamos y nos insultamos preparándonos para una vida en la que es vital sobrevivir a las agresiones.

Klein (1988, p. 136) dice que, a través del juego, el niño puede expresar una variedad ilimitada de emociones como sentimientos de frustración y rechazo, “celos del padre o de la madre o de hermanos y hermanas; agresividad acompañando esos celos; placer por tener un compañero y aliado contra los padres; sentimientos de amor y odio hacia un bebé recién nacido o uno que está por nacer, así como la ansiedad resultante, sentimientos de culpa y urgencia de reparación. También hallamos en el juego del niño la repetición de experiencia reales y detalles de la vida de todos los días, frecuentemente entrelazados con sus fantasías”.

El juego, pues, lo traemos en la sangre. Algunos, convertidos en profesionales, lo convierten en su forma de vida. Sin embargo, como explicaba Nadal, el deporte es bueno para la salud, no así el deporte de alto rendimiento que suele ser doloroso y perjudicial para una salud física que en principio buscaba fomentar. Ciertamente, hay deportes a deportes, algunos cuya exigencia física no es tan demandante, pero ¿es bueno para la salud correr los 42 kilómetros de un maratón y sus extenuantes entrenamientos que en la semana previa, sumando los del maratón mismo, superan los 100 kilómetros? A la larga, probablemente no. ¿Es bueno para la salud levantar miles de kilos en una semana como hace un pesista? La muerte de Soraya Jiménez, medallista de oro en Sidney 2000, y aquejada por todo tipo de dolencias, físicas y psicológicas tras su gran logro olímpico, demuestra que no.

¿Es bueno para la salud someterse a esos niveles de estrés que supone jugar dos veces por semana en la exigencia del fútbol europeo? Para algunos, como el jugador del Barcelona Javier Mascherano, posiblemente no. "Digamos que no le encuentro el sentido a lo que muchos dicen de 'salgo a la cancha a

disfrutar'. No, yo no salgo a la cancha a disfrutar, yo disfruto entrenando, aprendiendo, pero durante los 90 minutos no disfruto del partido", dice el jugador argentino (EFE, 2015).

Los deportes de contacto como el boxeo y la lucha libre, y otros de golpeo intenso como el futbol americano y el rugby pueden llegar a ser inhumanos. Su práctica comienza con una gratificación narcisista por aprender a dar y recibir golpes, aderezada éticamente por la supuesta "filosofía" pacifista que existe alrededor de los deportes de contacto, mas en el fondo el principio básico es violento y primitivo: el rival es un enemigo al que hay que golpear antes de que él te golpee a ti. La escalofriante muerte del luchador Perro Aguayo en pleno ring es una muestra de ello. Es altamente debatible si tales niveles de violencia son deporte, pero lo es más aún que ese tipo de deportes sea bueno para la salud. Recibir tal castigo físico parece ir más allá de la necesidad de salir penurias económicas y linda con los rasgos neuróticos que plantea Horney.

En la práctica deportiva que produce altos niveles de dolor se asoman síntomas neuróticos, una necesidad inconsciente y permanente de castigo. "(En) la neurosis obsesiva, el sentimiento de culpabilidad se impone a la consciencia con excesiva intensidad, dominando tanto el cuadro clínico como la vida entera del enfermo, y apenas deja surgir otras cosas junto a él. Pero en la mayoría de los casos y formas restantes de la neurosis, el sentimiento de culpabilidad permanece enteramente inconsciente... (y) se expresa por una necesidad inconsciente de castigo", dice Freud (2002b, p. 129). Y esa necesidad de castigo "es una manifestación instintiva del yo que se ha tornado masoquista bajo la influencia del superyó sádico" (p. 130).

Y en los deportes de contacto, se cumple abierta y visiblemente un ciclo sadomasoquista, de recibir e infligir castigo. Bleichmar (2013) señala que, en el masoquismo narcisista, "el sufrimiento, la privación de placeres de diferente tipo, la tolerancia ante el dolor, el estoicismo, los actos de sacrificio, pueden servir para alcanzar una identidad que permita a la persona representarse como superior a las demás, satisfaciendo así deseos narcisistas de excepcionalidad, de grandiosidad" (p. 84).

En abril de 2015, la NFL (AP, 2015) acordó pagar mil millones de dólares en un periodo de 65 años, para cubrir las demandas de exjugadores afectados por problemas neurológicos a consecuencia de los golpes recibidos durante su carrera. Según cálculos de la propia liga, seis mil de 20 mil jugadores retirados sufrirán en algún momento de su vida Alzheimer o demencia. En promedio se pagaría 190 mil dólares a cada jugador, aunque los más jóvenes, diagnosticados con Parkinson o esclerosis lateral amiotrófica, recibirían de uno a cinco millones de dólares, al igual que las familias de jugadores fallecidos por complicaciones relacionadas con golpes repetidos en la cabeza. Las indemnizaciones, no obstante, son una limosna si se toman en cuenta los ingresos anuales de la NFL, que ascienden a 10 mil millones de dólares.

La revista *Scientific American*, una de las más prestigiadas del mundo en su tipo, aborda muy a menudo el tema de las conmociones cerebrales en el fútbol americano. Investigadores (Nicholson, 2012) han encontrado que una contusión cerebral no es producto sólo de un golpe, sino de una serie de golpes. Los jugadores reciben de 200 a mil 900 golpes por temporada. Además, una de las principales recomendaciones cuando se sufre una conmoción cerebral (Schrovk, 2016) es no ser víctima de una segunda. “Muchas décadas de estudios confirman que sufrir una segunda conmoción cerebral mientras se experimentan aún los síntomas de la primera, ponen a una persona en riesgo de sufrir consecuencias que pueden durar meses e incluso años”.

En febrero de 2011, reportó *Scientific American* (Nicholson, 2011), el exjugador de los Osos de Chicago, Dave Duerson, se suicidó con un disparo en el pecho. La autopsia reveló que Duerson sufría una condición común encontrada en más de 20 jugadores en Estados Unidos llamada encefalopatía traumática crónica, una enfermedad degenerativa vinculada al comportamiento impulsivo, la depresión y la demencia.

Así, el deporte profesional es visto por algunos atletas como la llave del éxito. En las sociedades latinas, en específico para futbolistas y boxeadores, es a veces la mejor y única forma de salir de la miseria.

Sin afán de generalizar, se puede observar ciertos rasgos neuróticos en algunos deportistas profesionales, que los hace superar las vicisitudes, el dolor, los sacrificios, la presión, las lesiones y la encarnizada competencia con tal de alcanzar la gloria deportiva.

“El afán neurótico de poderío nace de la angustia, el odio o los sentimientos de inferioridad. Para expresarlo categóricamente: el afán normal de poderío nace de la fuerza; el neurótico, de la debilidad”, explica Horney (1981, p. 136) sobre la personalidad neurótica.

Agrega que “uno de los rasgos predominantes de los neuróticos de nuestro tiempo es su excesiva dependencia de la aprobación o del cariño del prójimo. Todos deseamos ser queridos y sentirnos apreciados, pero en los neuróticos la dependencia del afecto o de la aprobación resulta desmesurada si se le coteja con la importancia real que los demás le conceden en su existencia” (p. 34).

En las personas que domina el afán de prestigio, continúa Horney, “por lo común han sufrido toda una serie de experiencias agraviantes en su infancia, ya a causa de la situación social en la cual se criaron –como pertenecer a un grupo minoritaria, o el ser pobre-... ya debido a su situación individual: el ser rechazado a favor de otros niños, maltratos, padres que los manejan como meros juguetes, castigos corporales” (p. 147-148).

Entre los futbolistas brasileños, abundan las historias de marginación y abandono, igual que en el boxeo mexicano, pero no es privativo de entornos miserables. Los principales reportajes cuando el quarterback Colin Kaepernick llevó a los 49's de San Francisco al Super Bowl en 2013, giraron en torno a que era hijo adoptivo, pues su madre natural, de 19 años, tuvo que deshacerse de él a falta de recursos para sacarlo adelante. El caso más reciente fue el del corredor Lawrence Phillips, un gran estrella de la Universidad de Nebraska que llegó a la NFL con gran cartel y terminó en prisión por atropellar a tres adolescentes y reiteradas agresiones físicas a su novia. Ya en la cárcel, estranguló a su compañero de celda por lo cual le esperaba una sentencia de cadena perpetua. En enero de 2016, fue encontrado muerto en su celda en lo que se presume fue suicidio.

Tom Osborne, su coach en Nebraska, opinó (Peter, 2015) tras su muerte que ciertas “heridas” psicológicas e ira del jugador provenían de traumas de la infancia, tras haber sido abandonado por su padre en la niñez y ser echado de la casa por su madre cuando tenía 12 años, lo cual le hizo vivir en las calles durante un año.

En la competencia deportiva también pueden apreciarse algunos rasgos neuróticos. Otra vez nos ayuda Horney: “La hostilidad es inherente a toda competencia intensa, ya que la victoria de un competidor implica la derrota del otro” (p. 158). En el fútbol, por ejemplo, los defensas suelen valerse de todo para detener al contrario: faltas y jalones es lo más usual, pero hay quien llega a apretar los testículos del contrario o insultarlo en una gran variedad de formas como hizo presuntamente Verón con Quintero en el Pumas-América de la liguilla de 2015. Algunos delanteros han narrado que ciertos defensas entraban a la cancha con ¡alfileres! para picar las nalgas del contrario en esos momentos cruciales del partido. ¿Qué delantero va a ser capaz de rematar con contundencia después de que le pinchan violenta y sorpresivamente un glúteo? La mordida del uruguayo Luis Suárez a un defensa italiano en el Mundial de Brasil no fue porque su relación durante el partido fuera precisamente tersa.

“En las luchas competitivas de nuestra cultura suele ser conveniente tratar de perjudicar al competidor para realzar la posición, la gloria o el predominio personal; pero el neurótico está ciegamente impulsado por la necesidad indiscriminada y compulsiva de disminuir a los demás”, escribe Horney (p. 159).

En enero de 1994, la patinadora Nancy Kerrigan fue golpeada con un tubo en una pierna durante la práctica del selectivo para los Juegos Invernales de Lillehammer por un sujeto contratado por el esposo de Tonya Harding, su acérrima rival. Harding logró evadir la cárcel por ser cómplice de su entonces esposo, pero terminó lejos de los reflectores intentado hacer carrera, sin éxito, en el rock, la lucha y el boxeo (Corbella, 2008).

Tampoco es que los trastornos psicológicos del atleta dependan exclusivamente de su desempeño deportivo. En muchos casos, como en la vida

real, los éxitos no nos vacunan contra una psicopatología, porque bajo la lupa del sujeto hay algo que pudo hacer mejor.

Freud (2002c) asegura que “carece de importancia que el paciente tenga razón en su autocrítica, y que ésta coincida más o menos con nuestra propia opinión de su personalidad. Lo esencial es que describe exactamente su situación psicológica. Ha perdido la propia estimación y debe de tener razones para ello” (p. 194-195).

El técnico de las Chivas, el argentino Matías Almeyda, tuvo una carrera exitosa como jugador y la tiene ahora como entrenador. Fue ídolo en River Plate, uno de los grandes de Argentina, jugó con los mejores clubes italianos y también dos Mundiales con Argentina. Sin embargo, toda su vida, según confesó recientemente, vivió con depresión hasta que recurrió a una psicóloga.

"Creo que la depresión la tuve siempre, y la detecté recién a los 26 ó 27 años, pero nunca quise tratarme por un profesional. Tuve que dejar el fútbol para darme cuenta de que no podía seguir así: yo soy padre de tres hijas, tengo a mi mujer, a mis papás, a mis hermanos, a mis sobrinos... Y realmente estaba transmitiendo algo muy feo hacia ellos. Hasta que una gota derramó el vaso: en el psicólogo, mi hija me dibujó como un león viejo, sin pelos, ni dientes. Y realmente me dolió que ella me viera de esa manera... Llegó un momento en el que no podía más, no tenía fuerzas para levantarme de la cama. Y en esa mejora, mi señora fue clave, para que cambiara mi forma de ser. El dibujo de mi hija y la preocupación de toda mi familia, de los que están en los momentos buenos y malos, me llevaron a hablar con una psicóloga", relató Almeyda a la prensa argentina (Lanación.com, 2015).

Mercancía con fecha de caducidad

Otro futbolista exitoso, Iván Campo, había cumplido una exitosa carrera con el Real Madrid –campeón de Europa en 2000- hasta que al equipo y afición se les acabó el amor hacia él. Desacreditado, fue transferido a un equipo de segunda mano en Inglaterra, donde la depresión iniciada en su última etapa como madridista tomó tintes preocupantes.

“Era temor. No sé por qué. Era un miedo a que me ocurriera una cosa terrible... pensaba que me iba a morir. No es que no pudiera jugar al futbol, es que no podía vivir. No descansaba, siempre estaba tenso... Todo lo hacía mal”, relata el ahora exjugador (Mas, 2006).

Y resume en unas frases lo que sufre un deportista: “Quizá sólo se nos ve como personas famosas que ganamos mucho dinero. Pero sólo somos eso, personas”.

Pero esas personas por muy famosas y acaudaladas que sean, han sido reducidas a mercancías hace mucho tiempo por un sistema social y económico al que no le importa si sufren de depresión o una conmoción cerebral. En el boxeo profesional, a los promotores no les importa que un peleador haya sufrido contusiones cerebrales. Los contratan porque son sólo mercancía. No tiene importancia si sufren otra golpiza. Para eso son. El futbolista Carlos Sánchez sufrió un infarto cerebral en pleno entrenamiento del América en agosto de 2008. A la fecha, olvidado y en la miseria, sigue en pleitos legales para que la directiva le cumpla la pensión acordada, porque muy americanista y toda la cosa pero ni siquiera tenía Seguro Social.

Preso desde 2012 en el penal de Cadereyta, Nuevo León, por complicidad con una banda de secuestradores, el exportero del Monterrey Omar “Gato” Ortiz lo resume sin rodeos (Multimedios.com, 2013): “El futbol es un ambiente que no te deja nada. Puede ser que autos y dinero, pero nada más... de mis excompañeros no recibí ni un llamado”.

Esa mercancía tiene, además, fecha de caducidad. Y cuando ésta se cumple el destino de la gran mayoría de los deportistas, independientemente de su éxito, es el olvido. La medallista Soraya Jiménez se convirtió en Sidney 2000 en la primera mujer mexicana en ser campeona olímpica. Tras la hazaña, pues México nunca había destacado en ese deporte, fue objetivo de un sinnúmero de homenajes, reconocimientos e invitaciones de políticos que se colgaron de su fama. En marzo de 2013, Jiménez Mendivil murió apenas a los 35 años de edad, poniendo fin a una dolorosa fama que le dejó 14 operaciones, en rodillas principalmente. Perdió un pulmón en 2007, a causa de una influenza A/H1N1 y se

vio envuelta en una gran cantidad de escándalos como dopaje, alteración de documentos y mucho desorden en su vida. “A partir de su logro (la medalla olímpica), su vida dio un giro insospechado. El éxito, la fama, las fiestas, el alcohol y los compromisos publicitarios hicieron mella en su salud y protagonizó escándalos que la identificaban como una deportista indisciplinada que tenía futuro, pero que estaba perdida en el camino”, publicó La Jornada (Villanueva, 2013) un día después del fallecimiento de Soraya.

El semanario Proceso (Pereira, 2013) publicó un reportaje titulado “A Soraya Jiménez, México la abandonó”, en el que da cuenta del testimonio de José Luis Jiménez, hermano de la pesista. “Soraya Jiménez murió triste. La agobiaba el dolor físico de un sinnúmero de lesiones y enfermedades mal tratadas y peor cuidadas. Pero el cuerpo no le dolía tanto como el alma. Las decepciones se le acumularon en forma de un sufrimiento cáustico que los antidepresivos no alcanzaron a calmar. Falleció esperando que sus amigos del deporte o uno de tantos políticos que se le acercaron cumplieran con la promesa de darle trabajo”, escribió Proceso.

Según su hermano, Soraya vivió así sus últimos años: “Físicamente muy deteriorada por años de cirugías, enfermedades y tratamientos. Anímicamente también mal, incluso llegó a estar con un psiquiatra. El deportista de alto rendimiento en México entrena, obtiene una medalla olímpica y luego no sabe qué hacer. Todo el mundo se les acerca, desde políticos hasta gente que quiere que realcen sus eventos. Muchos políticos que la invitaban a apoyarlos nunca se acordaron de que también comía, tenía necesidades y que tenía que ganar dinero. Quedó en el olvido económicamente”.

Como epitafio en vida, lo último que escribió Soraya en su cuenta de Facebook fue: “No puedo dormir, ya tomé todo lo que puedo tomar”.

Las claves de la victoria

Pocas frases son tan repetidas en el mundo del deporte como la del célebre coach de fútbol americano Vince Lombardi: “ganar no es lo más importante, es lo único”. Es ley escrita sobre piedra. Nada importa tanto en el deporte profesional

moderno como los resultados. Es justo lo que separa a los ganadores de los perdedores.

El deporte, dice Ferrés Rial (2004), “tiene dos formas de resolución, la gratificación de la victoria o la frustración de la derrota” (p. 39). En 1921, el gran filósofo español José Ortega y Gasset “entendía el espíritu deportivo como una metáfora del deseo humano. El deportista da lo mejor a cambio de nada, hace deporte por el placer de hacerlo, porque quiere, da su esfuerzo sin buscar recompensa material alguna” (Rivero, 2011, p. 155). Hoy no hay tiempo para romanticismos. Se trata de ganar y ya. “El deporte se ha desmoralizado, se ha liberado de cualquier ideal trascendente que no sea el triunfo del mismo” (Gervilla, p. 11, 2009, citado por Ruiz y Cabrera).

La anhelada victoria depende justamente de la capacidad y desempeño de sus integrantes en un momento en específico, que en muchos deportes es lo que se conoce como un partido. Eso explica que los resultados no siempre sean los mismos, incluso si en el papel un equipo o deportista es claramente superior al rival.

El desempeño del deportista, a su vez, depende, por lo general, de la técnica, estado físico, experiencia (fogueo/aprendizaje), entrenador (guía y estrategia) y estado psicológico, también en un momento dado (si lo sabrá Maradona ahora en sus tiempos de obesidad y escándalo).

Exfutbolista, exentrenador, escritor, filósofo del deporte y campeón con Argentina en el Mundial de México 86, Valdano (2013) ofrece una explicación de la victoria que no tiene desperdicio: “Claro que existe el azar, que es lo que los buenos sienten como una amenaza y los malos como una esperanza. Por supuesto que, al igual que en la vida, existe la fatalidad, que puede cortar de un hachazo todas las ilusiones de alcanzar la gloria. Y también existe, cómo no, eso que llamamos ‘entorno’, un ambiente que puede ayudar o perjudicar la evolución de un futbolista. Pero que nadie se engañe: en el mundo del fútbol, en un porcentaje abrumadoramente alto, conseguimos lo que merecemos en función del talento con que hemos nacido y del esfuerzo que hemos invertido. Siempre que me ha tocado vivir un momento de culminación en mi carrera profesional, una

sensación se impone sobre todas las demás: la satisfacción por el trabajo bien hecho. Hay veces en que la suerte desempeña un papel importante y la alegría se desboca; pero, diga lo que diga la pasión, como le escuché a Arrigo Sacchi en una ocasión, ‘una victoria sin mérito no es una victoria’” (p. 174-175).

González (1997) explica que “todos los campeones son personas muy especiales que llevan consigo años de entrenamiento pero también una magnífica preparación mental” (p. 213). El autor considera que “cuando después de una larga selección natural nos quedamos con los componentes de los equipos nacionales, constatamos que todos los deportistas de poca voluntad, los más débiles, han sido eliminados y sólo quedan los mejores psicológicamente” (p. 213).

Esa condición psicológica del deportista es determinada, a su vez, no sólo por su personalidad y los resultados en un periplo cíclico triunfo-felicidad y derrota-tristeza -“el gol es el mejor psicólogo”, dice Valdano (2013, p. 172)- sino que además juegan factores como la familia, el entorno social, las condiciones económicas, la infraestructura deportiva, aficionados y medios de comunicación, el estado físico e incluso escolaridad del atleta y la exigencia del deporte mismo. No es lo mismo subirse a un ring para llevar comida a la mesa a que Cristiano Ronaldo anote un gol para ser más rico y famoso. No es lo mismo, tampoco, que el deporte sea meramente formativo como ocurre con el fútbol americano estudiantil en México que golpear un balón porque es lo mejor o lo único que una persona sabe hacer, mucho menos cuando cientos de millones de personas observan.

Ese entorno alrededor de un atleta que menciona Valdano, González (1997) lo explica de esta manera: “Los factores externos, y los humanos en particular, forman el ambiente de cada persona. El ambiente puede considerarse como cualquier cosa alrededor de una persona que incluiría a todos los objetos físicos además de las actitudes, creencias, ritos, gustos, prejuicios y los patrones del comportamiento” (p. 197).

Parte importante de ese entorno son justamente los padres. Citando a Berelson y Steiner, Lawther (1978) señala que “el apremio de los padres y la recompensa por un logro temprano, cuando van unidos a un alto porcentaje de

éxitos con respecto a los fracasos, tienen como consecuencia una gran necesidad de realización de la vida futura” (p. 114). Los atletas muy exitosos, asegura, manifiestan una gran necesidad de realización. Si bien las aptitudes innatas son un factor importante, los estímulos ambientales son esenciales en la formación del individuo. Algunos de esos estímulos provienen no sólo de los padres, también de los maestros. Ese medio alentador incrementa las posibilidades de éxito del deportista. La combinación de práctica deportiva y estudios académicos, indica, favorecen el desarrollo de la personalidad.

Los padres, retoma González (1997), “constituyen una de las fuentes de mayor influencia del entorno del deportista” (p. 201). Esa influencia puede ser positiva, aunque también negativa, pues los padres pueden intentar hacer realidad sus sueños a través de sus hijos deportistas y también es posible que involucren el éxito o fracaso en el terreno deportivo en la relación padre-hijo

La pareja afectiva, reconoce el autor, también ejerce una gran influencia en el deportista. La pareja es por lo regular fuente de apoyo o de conflicto en la práctica del deporte. En ocasiones, señala, se producen abiertas disputas entre el entrenador y la pareja; aquél piensa que le quita tiempo a su pupilo para prepararse, y ésta lo acusa de dedicarle tiempo excesivo al deporte. Si la pareja es ajena al mundo deportivo, puede experimentar un gran resentimiento al percibir que el deporte propicia la separación y conflictos en su relación.

Los aficionados, agrega González, también forman parte importante en el deporte profesional, sin embargo su influencia puede ser tan positiva como negativa. En tiempos de triunfo, todo es miel sobre hojuelas. Las tribunas están llenas y el aficionado más indiferente se convierte en el porrista más ferviente. Pero en tiempos aciagos, cuando el triunfo brilla por su ausencia, comienzan a llover críticas, muchas de ellas muy recalcitrantes que hoy, con la penetración de las redes sociales, fácilmente llegan a oídos del deportista. En países como Argentina, por ejemplo, no es inusual que los deportistas reciban amenazas por parte de las barras. “Los éxitos del equipo son éxitos para ellos, pero no los fracasos” (p. 204), señala González.

Los medios de comunicación cumplen a menudo un papel muy similar al de los aficionados. Adulan en la victoria y recriminan en la derrota. “Es conocida su influencia positiva o negativa en el rendimiento de los deportistas y de los equipos” (p. 205), dice el autor.

Lo peor, o algo de lo peor, que puede ocurrirle a un atleta profesional es lesionarse. Una lesión no sólo le impide continuar jugando, sino que en muchas ocasiones puede significar el fin de su carrera o bien un parteaguas, un antes y un después, que le impedirá retomar su mejor nivel. “La lesión deportiva resulta una fuente de tensión, dolor, dudas y sufrimiento para el deportista... Toda esta problemática conlleva situaciones estresantes con síntomas de etiología depresiva, y que incluso pueden favorecer el abandono de la práctica deportiva”, detalla Palmi (1996, p. 216).

El camino al triunfo es muy largo y complejo, lleno de vericuetos espinosos. Existen muchos detalles que pueden trastocar el estado psicológico del deportista y, con ello, marcar la diferencia entre un triunfo o una derrota.

3. El caso mexicano: la regla y las excepciones

“No quiero andar entre locos”, dijo Alicia.
‘Oh, no hay nada que hacer’, le respondió el gato.
‘Todos estamos locos aquí’.
Lewis Carroll, en *Alicia en el país de las maravillas*.

Cuando cayó en pánico aquella noche de septiembre de 2008 en León, todo lo malo que le ocurrió en la cancha, pasó primero por su cabeza. Bruno Rodríguez había jugado muy bien el segundo partido de la serie Copa Davis entre México y Uruguay, así que era cuestión de ganar un solo punto para poner al equipo mexicano con una cómoda ventaja de 2-0.

De repente algo se le metió en la cabeza y no hubo forma de sacárselo. Bruno perdió el primer set, pero ganó los dos siguientes con mucha solvencia. En el cuarto set tuvo ocho match points (puntos para ganar el partido) y los despilfarró todos.

Todo lo que le había salido muy bien, después le salió muy mal. Y cada vez le salió peor. Desde la tribuna se veía ansioso y temeroso. Conforme iba tirando los match-points a la basura, su juego pero, sobre todo, su actitud ante el juego francamente comenzaban a dar lástima.

Cuando perdió el cuarto set que tenía ganado, ya no tuvo fuerza anímica para jugar el quinto. Comenzó a sentir achaques por todo el cuerpo y pidió masaje en la espalda. Pero no había que ser Freud para saber que sus dolores eran causados por su mente, que hacía rato que estaba agazapada en un rincón del estadio. De hecho, no se reportó ninguna lesión de verdad. Nadie -ni el público, ni el coach, ni él mismo- logró disipar la angustia de quien sabía que tenía una victoria cantada y se dirigía al despeñadero cometiendo un error tras otro. El quinto set lo perdió 6-0. Fue una carnicería.

El juego terminó como a las nueve de la noche y la carrera del que, en ese entonces, era el tenista mexicano más prometedor, terminó meses después. Todavía cosechó algunos éxitos moderados con la inercia que llevaba su carrera, pero después todo fue en caída libre.

Decíamos en el capítulo anterior que, en general en todos los deportes, existen cinco aspectos básicos indispensables para ser un buen jugador: técnico (calidad individual), físico, experiencia (fogueo), entrenador (estrategia) y psicológico. Sería equivocado pensar que esos cinco factores juegan por partes iguales en el desempeño de un deportista. En ocasiones, uno puede cobrar mayor importancia ante el déficit de otro, pero cuando el psicológico falla, hay poco que hacer. Y eso le pasó a Bruno.

La maldición del vudú

La historia del deporte mexicano está repleta de fracasos. Los más sonados son los del fútbol porque, a final de cuentas, es el deporte que cuenta con más recursos y difusión en México. Los episodios bochornosos en el fútbol han quedado en la memoria de jugadores y aficionados, y en ocasiones han perseguido a las siguientes generaciones como ocurrió con aquella célebre maldición de los penales.

Prácticamente toda la década de los 70 y los 80, México se la pasó cosechando monumentales tropezones que se transformaron en grandes tragedias deportivas para el país.

Después de organizar el Mundial de 70 con positivos resultados en lo deportivo, se pensaba que el fútbol mexicano despuntaría al nivel de los mejores del mundo. Había gran optimismo porque la gente del fútbol estaba convencida de que México estaba entre los ocho mejores del mundo. Nada más lejos de la verdad. No tardó mucho en que todo el país se desengañara y que descubriera que no sólo en lo deportivo no estaban a la altura, sino que había algo más; algo, digamos, mental. O actitud como dicen los periodistas y aficionados mexicanos. Algo que hace que se engarrotan las piernas en el momento más inoportuno, eso que hizo que el Jamaica extrañara los guisos de su madre durante una gira por la lejana Europa, dando origen al célebre síndrome del Jamaica, que explicaba el impedimento de los mexicanos para rendir lo mismo en casa que fuera de ella. No por nada habían sido bautizados con el peyorativo mote de “ratones verdes”,

término acuñado por el periodista Manuel Seyde tras una catastrófica gira por Europa en 1966.

En efecto, luego del triunfalismo del 70, la Selección Mexicana fue a Haití a fines de 1973 a buscar su boleto para el Mundial que se jugaría en Alemania al año siguiente. El detalle adicional es que México pertenece a una zona, la Concacaf, que es en verdad una de las más malas del mundo.

En aquel 1973, México tuvo una terrible actuación, siempre con las piernas engarrotadas por la presión del público haitiano que anhelaba la derrota mexicana. No sólo faltó buen fútbol, sino disciplina, un elemento indispensable en el triunfo, subestimando injustificadamente al rival como quien sólo va de paseo. En pocas palabras, muchos jugadores se corrieron parrandas en casa del embajador mexicano en Haití o se aventaron la puntada de realizar una visita a una fábrica de ron, donde desde luego que los recibieron con una buena cantidad de “obsequios” de elevada graduación etílica.

En el juego decisivo, México fue goleado 0-4 por Trinidad y Tobago quedando eliminado del Mundial de Alemania. Como suele ocurrir en la cultura de la derrota, el culpable siempre es alguien más. Los jugadores acusaron a los rivales –negros fuertes y veloces en la mayoría de los casos- de dopaje y a los haitianos de practicarles brujería. Vudú, por ejemplo.

Cuenta Rafael Puente (Carrillo, 2013), portero suplente de esa selección y ahora comentarista de ESPN: “Al poco tiempo, a casi todos los que fuimos se nos terminó la carrera o nos pasó algo, me parece que no se salvó ni uno... (A mí) se me reventó una vena, me sacaron cualquier cantidad de sangre. A los dos días fui a la oficina de Fernando González, presidente del Atlante (su equipo en ese entonces), y el derrame de sangre me llegaba hasta el tobillo por toda la pierna. Fueron tan malos los resultados para todos, no sólo en Haití sino al regreso, que te puedo decir que de las cosas que traje de allá para mi familia, las tiró todas mi mamá”.

Luego de ausentarse de Alemania, México calificó al Mundial de Argentina 1978 gracias a que la eliminatoria se disputó en casa, donde, ya sabemos, los tricolores son fieras temibles ante equipos sumamente débiles. Las predicciones

para ese Mundial eran nuevamente triunfalistas. Directivos, futbolistas y aficionados se veían sin problemas en la segunda ronda, retomando el rumbo que había marcado el mesurado éxito de 1970. Los pronósticos eran muy optimistas: “le ganamos a Túnez, empatamos con Polonia y perdemos con Alemania”. Esta fantasiosa contabilidad era más que suficiente para avanzar a la siguiente fase.

La realidad es que tanto Túnez como Polonia derrotaron 3-1 a México. En cambio, los vaticinios fueron atinados en la derrota con Alemania, sólo que el marcador fue más allá de cualquier predicción pesimista: goleada de 6-0. El balance fue terrorífico: México terminó en el último lugar del torneo. Y eso que en Argentina no se practica el vudú.

Para el siguiente Mundial, España 82, México siguió dando lástima en Centroamérica. Pese a contar con Hugo Sánchez, el equipo quedó eliminado del Premundial de Honduras, incapaz de conseguir uno de los dos boletos que repartía el torneo.

De hecho, México tardaría muchísimos años para romper con esa pesadilla de las eliminaciones mundialistas, pues fue hasta 1994, en Estados Unidos, cuando por fin pudo quitarse esa maldición.

¡Sí se puede!

En efecto, la historia del deporte mexicano está conformada por muchas derrotas y unas cuantas victorias. No es casual que éstas se produzcan en deportes individuales, más que en deportes de conjunto. Aun los triunfos en deportes de conjunto provienen muchas veces de logros individuales. Los casos individuales son excepcionales. Un atleta que se fija objetivos y se desarrolla por sí mismo, hasta que, con mucho esfuerzo en lo personal y lo familiar, logra destacar en el plano internacional, y es cuando deja de ser un don nadie ignorado por las autoridades deportivas para pasar a ser una celebridad.

Tal es el caso de muchos boxeadores, quienes comienzan a entrenar en un humilde gimnasio sin más empuje que el que les ofrece la ilusión de salir de la miseria y un escueto desayuno de café y bolillo. En la mayoría de los casos, los atletas que alcanzan la fama, la cual supone becas y patrocinios, no son producto

del corrupto sistema deportivo, sino del esfuerzo de individual. La muestra es que, en sus inicios, ningún deportista mexicano tiene la ayuda que le permita siquiera entrar al Metro gratis, llegar tarde a clase o recibir un lunch para mitigar el hambre.

Ana Guevara es el prototipo de éxito individual. Después se hizo millonaria, pero el mérito de su desarrollo deportivo no es de nadie más que suyo, de su familia y quizá de uno que otro entrenador que vio talento en esa pujante mujer. Ana comenzó jugando al basquetbol y después le entró la locura de dedicarse a un deporte en el que ninguna mexicana había destacado anteriormente. Así, desafiando a la historia y a la adversidad, se convirtió en campeona del mundo y medallista olímpica en los 400 metros planos. Cada que competía, parte del país se paralizaba para ver correr a la sonorensa por la televisión. No sólo era veloz, tenía una fortaleza mental que hacía posible lo imposible.

Décadas antes de Ana Guevara, también en Sonora, en un pueblo miserable llamado de Etchehuaquila, se tejió otra historia de éxito solitaria en un muro de tabiques sin terminar, donde un joven flacucho e introvertido rebotaba una y otra vez una pelota de beisbol, soñando con algún día jugar en las Grandes Ligas. Ese muchacho poco a poco comenzó a ganar peso de forma que cuando llegó a los Dodgers de Los Ángeles un comentarista mexicano lo apodó "Toro". Era Fernando Valenzuela, que revolucionó el beisbol de Estados Unidos con su forma de lanzar.

En la película *Rainman*, de Barry Levinson, el personaje de Tom Cruise ofrece a su hermano autista, Dustin Hoffman, llevarlo a Los Angeles a ver un juego de Valenzuela. Era el pináculo de la "Fernandomanía". Curiosamente, al igual que el personaje interpretado por Dustin Hoffman, Valenzuela tenía ciertos rasgos autistas en su personalidad. Obviamente, cuando llegó a Estados Unidos no hablaba inglés. Con trabajos hablaba español. Así que esa personalidad le permitió construir una barrera psicológica, sin ayuda de psicólogos, para subir a la loma y hacer lo que hacía tan bien en su pueblo polvoriento: lanzar la pelota. Era tal la introversión de Valenzuela que a la hora de tirar ni siquiera veía el "home". Justo cuando todos los pitchers se abalanzan mirando fijamente el blanco, el

tímido Fernando desviaba la vista hacia arriba como si le diera pena que el bateador lo viera lanzarle la pelota.

Otra mentalidad a prueba de balas, también en un deporte de conjunto pero a partir de la fortaleza anímica cien por ciento individual, fue la que construyó Hugo Sánchez para sí mismo.

Como Valenzuela lo había hecho en Estados Unidos, Hugo fue el primer jugador mexicano que destacó en Europa. Y ser el primero en cualquier cosa siempre implica un grado de dificultad adicional. Y como Valenzuela, Hugo tuvo que hacerse camino en un medio racista. Los dos equipos de Madrid, el Atlético y el Real, lo contrataron con bombo y platillo, pero ambos con el deseo inconsciente de mandarlo de regreso a México con el fracaso a costas. Sus aficionados no paraban de insultarlo. “Lárgate, indio”, le gritaban. Pero Hugo estaba blindado emocionalmente. Tenía una barrera psicológica a prueba de balas.

Imperturbable ante los insultos, Hugo se quedaba tarde después de los entrenamientos a perfeccionar la chilena, la pirueta que lo inmortalizó en el estadio más importante del mundo, el Santiago Bernabéu, y que años atrás había patentado en el Estadio Olímpico Universitario. Hugo ha sido uno de esos casos raros en el deporte mexicano, pues le daba igual tirarse una chilena en CU que en Europa. Cinco títulos de goleo en España y una gran cantidad de títulos lo avalan. El escenario que poco se le dio fue el de la selección, porque ahí se embadurnaba de la mentalidad de los demás que apenas y lo toleraban en el equipo. Contaban los diarios después del Mundial del 86 que cuando llegaba Hugo algunos jugadores decían malhumorados “ahí viene ese güey”.

Los triunfos mexicanos, pues, han sido principalmente en lo individual, empíricos y no producto de un sistema, y siempre careciendo de un soporte psicológico profesional.

Los logros colectivos demuestran que el factor psicológico es indispensable para llegar a la victoria. En 1997, un equipo infantil de beisbol de Monterrey descubrió que, sin importar lo adverso de las circunstancias, motivarse entre ellos producía un efecto contagioso y creciente que les hacía prácticamente invencibles. Esos chavos, de escasos 11-12 años, se crecían de manera épica cuando

comenzaban a escuchar un grito incesante que ellos mismos inventaron: “¡sí se puede, sí se puede!”.

Perdiendo 0-4 en la final del campeonato mundial de Williamsport, Estados Unidos -el de mayor prestigio en su tipo-, y con unos cuantos outs de vida, ya nadie daba un dólar por ellos. De repente, se empezaron a escuchar las vocecitas que gritaban con firmeza el “¡sí se puede!” una y otra vez, hasta que la remontada heroica fue una realidad. El grito de guerra de los pequeños beisbolistas se hizo popular y alcanzó a otros países como España.

La arenga del “¡sí se puede!” fue además una declaración de principios de nuevas generaciones hastiadas de un país acostumbrado a perder, enemigas de las eternas frases derrotistas como el “jugaron como nunca y perdieron como siempre” o el “de todos modos siempre pierden”. Con el “¡sí se puede!” hubo un rompimiento simbólico que dejó bien en claro que los jóvenes, como los campeones mundiales sub-17 en fútbol –título conquistado en par de ocasiones-, no estaban dispuestos a cargar con décadas de derrotismo. Sin embargo, romper con la historia nunca es sencillo.

Todos los casos de éxito relatados son excepciones. Son la excepción que confirma la regla. Es decir, el deporte mexicano no tiene otra Ana Guevara, ni otro Hugo, ni otro Valenzuela. Ni se ha repetido la epopeya del “¡sí se puede!”. No son, desde luego, las únicas historias de éxito en el deporte, pero éstas siguen siendo contadas. El sistema no ha cambiado gran cosa, es decir, se sigue alcanzando el éxito a partir del esfuerzo individual.

Entre esas excepciones destacables en el deporte mexicano se cuenta, en materia de trabajo psicológico, la labor del recién fallecido doctor Octavio Rivas, un pionero en la psicología del deporte de nuestro país, que estuvo ligado durante 25 años, en diferentes épocas, a los Pumas de la Universidad Nacional. En una industria tan exigente como la deportiva suena descabellado que equipos y atletas sigan prescindiendo en lo general de la psicología como parte esencial del rendimiento de los deportistas, así que el caso de Rivas con Pumas merece, sin duda, una mención especial.

Tras su muerte, acaecida en diciembre de 2015, el exjugador Manuel Negrete lo recordó de esta forma (Barrón, 2015): “Mi querido doctor Rivas sacaba lo más brillante de cada uno, te hacía creer que eras el mejor jugador en tu posición. A él le debo mucho del atrevimiento que tuve como futbolista, aceptar que arriesgarse es señal de ganancia. Sus ideales no se terminaban en el campo seguían en la vida cotidiana, se ocupaban”.

Otro expuma, Gerardo Galindo, bicampeón con la UNAM en la era de Hugo Sánchez como entrenador, comentó que el doctor Rivas “fue el de la idea de poner en el vestidor de Pumas la frase de Vince Lombardi -ganador de los dos primeros Super Bowls- de ‘ganar no lo es todo, es lo único’ y nos ponía mucho la película de los Empacadores de Green Bay, *El segundo esfuerzo*. Eso nos ayudó bastante en sacar la mejor ambición deportiva”.

Octavio Rivas también fue psicólogo de la Selección Mexicana en tiempos de Mejía Barón, otro expuma, y aunque su aporte al futbolista y al equipo en conjunto es innegable, el psicólogo no forma parte oficialmente de los clubes profesionales, aunque es cierto que en otras disciplinas, en el llamado deporte amateur –olímpico- comienza a ganar terreno.

Las listas oficiales de los equipos profesionales incluyen al médico, masajista, fisioterapeuta y hasta al chofer del autobús, pero ninguno considera al psicólogo deportivo como parte del plantel.

Por eso cuando un deportista necesita terapia, ni siquiera sabe que la necesita. Mucho menos sabe qué hacer. Cuando Miguel Layún vivía sus peores momentos como futbolista profesional, lo cual era casi siempre, le llovían insultos por todos lados. Ya no podía salir a la calle sin ser increpado. Ni siquiera donde uno paga para lo que traten bien, como un restaurante, Layún conseguía estar a gusto. De pronto se convirtió en deporte insultar a Layún. Incluso se acuñó el hashtag #TodoEsCulpadeLayún. Y entonces sí, cansado de tanto insulto y ver que su carrera peligraba, el jugador se dio cuenta de que tenía que hacer algo, que por alguna razón no podía jugar como él pensaba que podía hacerlo. Y así fue que, repudiado por todos, decidió buscar un psicólogo que le cambió la vida.

"El momento más difícil", confió el jugador a la cadena ESPN (Radioformula.com, 2013), "fue cuando me di cuenta que también había repercusiones fuera de la cancha, porque al principio era pensar que estaban a disgusto con mi desempeño, después era recibir mentadas de madre cuando salía a cenar... pero uno siempre tiene que agarrar herramientas, y yo me acerque a una psicóloga deportiva".

Y así se pasa la vida del deportista mexicano. Los más grandes deportistas en la historia no han necesitado de un psicólogo. Pero la grandeza sólo es para unos cuantos. Hugo Sánchez sólo hay uno en la historia. Quizá dos. Pero nada más. Tendrá que pasar mucho tiempo, en un país de tantas carencias como México, para tener otro Fernando Valenzuela u otra Ana Guevara. O bien otra golfista como Lorena Ochoa, quien cuando llegaba de la escuela aventaba la mochila y se salía a jugar golf en su natal Guadalajara.

Los más astutos, como Layún, descubrirán que necesitan terapia psicológica. Los demás, como Bruno Rodríguez, dirán adiós al deporte tras un desempeño poco satisfactorio, quizá metidos en algún lío personal, porque nunca lo supieron o porque pensaron que, en un medio de "sanos y normales", admitir la necesidad de terapia clínica no es más que un síntoma de debilidad.

4. La investigación

“La psicología es la ciencia del alma de la humanidad”.
Saint-Simon

Justificación

Existe una creencia, que comienza a popularizarse, que asegura que el fútbol es lo más importante de las cosas sin importancia. Hace mucho tiempo que dejó de ser un simple juego. En general, en mayor o menor grado, así pasa con el deporte profesional en la actualidad. Ha cobrado una relevancia inusitada.

Desde la Grecia antigua, cuna de los Juegos Olímpicos, los torneos deportivos, todos ellos de elevado carácter religioso, eran tomados con mucha seriedad. Las ciudades-estado que ambiguamente conformaban Grecia estaban en guerra constantemente. Los periodos de paz eran breves. Usualmente, los conflictos bélicos entre esas ciudades-estado sólo se suspendían para sostener guerras de mayores proporciones ante enemigos más considerables, como las guerras médicas contra los sirios, o para disputar alguna justa deportiva.

Los Juegos Olímpicos (Historia Universal, 2005, p. 232), que marcaban una tregua de tres meses durante el verano, eran los más reconocidos y, de hecho, perviven hasta nuestros días. Sin embargo, no era el único torneo que acaparaba la atención de los griegos. Los Olímpicos se realizaban cada cuatro años, igual que en la actualidad, pero cada año se realizaban otros juegos que implicaban una tregua bélica. Los Juegos Píticos, alternados con los de Olimpia y disputados en Delfos, también eran cuatrienales. Los Juegos Ístmicos, celebrados cada dos años, no tenían un carácter religioso tan marcado como los de Olimpia y Delfos, pero eran los más animados de estas reuniones panhelénicas por lo céntrico de su sede, Corinto. El calendario también tenía programados los Juegos Nemeos, cada tres años, que igualmente suponían una tregua.

Desde entonces, los vencedores obtenían una serie de reconocimientos, prestigio y premios que los colocaba en una posición especial en el escalafón social. Había un registro histórico detallado de los ganadores, en cuya elaboración participó el propio Aristóteles. Algo así como un libro de records. Una de las

competencias más prestigiadas era la carrera de 200 metros. Muchas de las estatuas griegas, ésas que tanto nos impresionan y que sobreviven hasta nuestros días, son de ganadores de esa prueba.

En *La Ilíada* de Homero, Aquiles otorga al ganador de la carrera de carros una esclava joven y un trípode. En tiempos de las Olimpiadas, las ciudades participantes premiaban a sus vencedores con pensiones económicas y otros privilegios. Las carreras de caballos eran donde había más dinero de por medio, pues además de criar y preparar al caballo había que pagarle un sueldo al jinete. Los competidores llegaban de más allá de Grecia por todo el dinero que estaba en juego. Era, en verdad, una disciplina para acaudalados.

Los griegos, pues, inventaron el deporte profesional. Y es que, desde siempre, los triunfos significan prestigio, satisfacción y orgullo porque a todos nos gusta ganar. En el siglo XIX, comenzaron a popularizarse los deportes mundialmente y se incrementó de manera espectacular lo que ya existía desde los griegos, es decir, la identificación hacia los deportistas que, ya sea de manera individual o colectiva, nos representan. Ese sentimiento de identificación/pertenencia de vez en cuando, si somos afortunados, nos hace experimentar el placer de la victoria. Hasta el Cruz Azul ha hecho feliz alguna vez a sus aficionados. Los seres humanos somos capaces de ser felices, inmensamente felices –o inmensamente tristes- a través del logro o fracaso de un deportista como si fuera un logro o fracaso propio. Ése es, justamente, otro invento griego que no está reconocido en los libros de historia, el aficionado deportivo (el hincha argentino, el torcedor brasileño, los tifosi italianos), que se multiplicó por millones, en especial en el siglo XX.

Tal crecimiento originó la que ahora se considera una de las 10 principales industrias en el mundo, la deportiva, la cual mueve 754 mil millones de euros anuales (Mercado.com.ar, 2013) con una audiencia estratosférica de alrededor de 3 mil 600 millones de personas que ven deportes semanalmente, alcanzando ratings escalofriantes que envidiaría hasta una misa del Papa. En México, una final de fútbol puede llegar a ser vista por uno de cada dos mexicanos.

La asistencia a los estadios también alcanza niveles espectaculares. En Europa, por ejemplo, el Borussia Dortmund de Alemania tiene entradas superiores a 80 mil personas por partido, el Barcelona español le sigue con un promedio de 77 mil 632, el Manchester United inglés es tercero con 75 mil 335, el Bayern Munich alemán es cuarto con 72 mil 882 y el Real Madrid tiene la quinta mejor asistencia por partido con 72 mil 618 (Sdpnoticias.com, 2014). Cualquiera de estos equipos alcanza entradas de millón y medio de aficionados por temporada.

Con un mundo expectante de manera permanente a sus triunfos y derrotas, el oficio de deportista supone una exigencia monumental. Como el músico, debe ejercer con virtuosismo sus cualidades, pero a diferencia del músico tiene un rival a vencer, una capacidad física que siempre le supone altibajos en su rendimiento y aficionados veleidosos por convencer. Ya sea en el estadio o en casa a través de la televisión, el público no sólo está para aplaudir, sino también para exigir y recriminar.

Además del aficionado, los medios de comunicación siguen de cerca la actividad deportiva con el poder para encumbrar o destruir carreras, a veces con insuficientes argumentos para una u otra cosa.

El deportista necesita ser de acero para que no le afecte la crítica, la exigencia, la presión, los triunfos y las derrotas, y el desprecio de aficionados y medios de comunicación. Y no lo es. Tampoco lo es como para que no incidan en su rendimiento problemas de la vida cotidiana que sufre cualquier ser humano. Un deportista, como cualquier persona, también tiene problemas con sus padres, se pelea con su novia, lo engaña su mujer, extraña su casa y sus amigos o los guisos de su madre, sus hijos aprenden a crecer sin su presencia y, de repente, empieza a beber más de la cuenta. Y un buen día, como cualquier otra persona, se levanta triste sin motivo aparente, se le espanta el sueño y el apetito y, como cualquier sujeto, de pronto lo atormentan dudas existenciales sobre si debe seguir en el deporte profesional o simplemente conseguirse un trabajo normal o qué hará una vez que se retire.

Ante estos vaivenes de la profesión que tienen notorios efectos psicológicos, el deportista mexicano se las ha arreglado históricamente como ha

podido. Los más afortunados han recibido apoyo de psicólogos deportivos, que les ayudan a optimizar su potencial, controlar la presión y mejorar la concentración. Pero nadie, o casi nadie, recibe terapia clínica que le ayude a hacer frente a los embates cotidianos de su profesión y, sobre todo, los de la vida real.

Pregunta de investigación

¿Qué factores inciden en el estado psicológico del deportista y cómo afectan en su rendimiento?

Objetivo general

-Determinar los factores que afectan psicológicamente a un atleta y la forma en la que repercuten en su desempeño deportivo.

Objetivos específicos

-Conocer la forma en que las relaciones familiares y de pareja repercuten psicológicamente en el deportista e inciden en su rendimiento.

-Investigar de qué manera impacta el factor económico en la carrera de un deportista.

-Determinar cómo influye la infraestructura social y la disponibilidad de instalaciones deportivas y entrenadores en el desarrollo de un deportista.

-Investigar el impacto psicológico que sufre un deportista debido a la exigencia de aficionados, empresas y medios de comunicación.

-Indagar la relación entre el nivel de escolaridad y los recursos psicológicos con los que un atleta afronta las exigencias cotidianas de su carrera profesional.

-Estudiar la forma en que los problemas de salud física se manifiestan en el estado anímico del deportista.

-Investigar los riesgos que representan la fama y el dinero en un deportista profesional.

-Conocer las afecciones psicológicas que padece un deportista como consecuencia de su vida personal y su carrera profesional.

El método de investigación

No existe ni remotamente un cálculo de la incidencia de trastornos psicológicos en deportistas profesionales, aunque la evidencia cotidiana sugiere que la cantidad de atletas profesionales que padecen una afección psicológica es elevada. Y no existe porque ni siquiera se considera objeto de investigación con aquella sentencia implacable de la psicología deportiva de que el deportista es “sano y normal”, si bien precisamente por ello sería tan vulnerable como cualquier ser humano.

El desconocimiento de esta problemática nos impulsó a investigar seriamente cuáles son los efectos psicológicos que ejerce la combinación de factores relacionados con la vida personal y la exigencia laboral en quien se dedica a la profesión de deportista. Esos factores, combinados, pueden producir tantos padecimientos mentales en un atleta profesional como los que genera cualquier oficio de alto estrés laboral como el de neurocirujano o director de empresa.

En este proyecto se planteó la necesidad de realizar una investigación cualitativa, para conocer esos detalles de la vida del deportista que eran desconocidos, y que no saltan a la luz sino hasta que estalla a manera de escándalo en los medios de comunicación.

Howitt (2013, p. 6) señala que en los últimos años existe un incremento considerable en el interés en la psicología cualitativa. Los métodos cualitativos, dice, definitivamente están en el futuro, y seguro también en el presente, de la psicología.

La necesidad de abordar métodos cualitativos no es fobia a las matemáticas –la broma es de Howitt-; de hecho, tarde o temprano, después de responder el “¿qué?” y el “¿cómo?”, hay que responder el “¿cuánto?”. “Encontrarás números y estadísticas en reportes de investigación que son claramente cualitativos en su aproximación”, explica, pero lo cuantitativo siempre resulta de mucha ayuda. No es poco común que los investigadores reúnan información cuantitativa y cualitativa en el mismo estudio.

Se optó por la investigación cualitativa porque permite mayor riqueza en la descripción, una de sus características básicas de acuerdo con Denzin y Lincoln, citados por el mismo Howitt. “Los investigadores cualitativos evalúan información rica en sus atributos descriptivos” (p. 9), explica.

En suma, la investigación cualitativa (Martínez, 2011) “desarrolla procesos en términos descriptivos e interpreta acciones, lenguajes, hechos funcionalmente relevantes y los sitúa en una correlación con el más amplio contexto social” (p. 16). En efecto, produce datos descriptivos y se permite trabajar con las palabras de las personas y la observación de su conducta.

Otra característica de la investigación cualitativa es precisamente que tiende a capturar la perspectiva individual, y para lograrlo se basa en uno de sus recursos más valiosos, que es la entrevista a profundidad, en la cual se indagan todos esos detalles que enriquecen la investigación. No se trataba solamente de obtener un “sí” o un “no” por respuesta como podría ser característico de la investigación cuantitativa, sino de lograr un descriptivo y enriquecedor “cómo” y un “por qué”.

Las palabras de las personas y sus experiencias emergieron, pues, al utilizar la entrevista a profundidad como herramienta principal que permitió conocer los casos particulares de los deportistas consultados.

Martínez (p. 36) define la entrevista como la comunicación interpersonal establecida entre el investigador y el sujeto de estudio con un propósito específico. Es una relación que busca obtener respuestas verbales a las interrogantes planteadas sobre un problema determinado. Está orientada a recolectar datos sobre las percepciones, actitudes, opiniones, experiencias, conocimientos y planes.

La entrevista es una técnica personal que permite la recolección de la información a profundidad. El informante expresa o comparte oralmente y, por medio de una relación interpersonal con el investigador, su saber (opiniones, creencias, sentimientos, puntos de vista y actitudes) respecto a un tema particular. En una entrevista son tan importantes las preguntas como la forma de plantearlas.

La entrevista es fundamentalmente cualitativa porque el informante tiene más posibilidades de expresión y se puede comprender mejor sus puntos de vista, actitudes, sentimientos e ideas. A diferencia de la encuesta, es una herramienta muy completa para hacer investigación a profundidad. Las preguntas son abiertas y las respuestas pueden incluso abrir más posibilidades de indagación.

Parte de su éxito radica en el diseño y formulación de preguntas. A medida que se formulan las preguntas, se establece un proceso de interrelación con el informante a quien se le pueden cuestionar más aspectos para aclarar o ampliar respuestas. Si bien parte de su éxito es la formulación de preguntas, la otra es la manera de registrar la información. Por ello, es crucial obtener la información con la mayor exactitud posible y evaluarla críticamente en el mismo momento que se recibe.

En esta investigación exploramos igualmente, en mayor o menor medida, la historia de vida que proporcionó indicios claros de qué está ocurriendo con la salud mental del atleta mexicano.

Piña (1988, p. 129) dice que al trabajar con historias de vida se asumen dos supuestos especiales. Primero, que existe algo que merece llamarse “la historia de una vida”, lo que significa que una vida puede entenderse en términos de una historia con sentido. El segundo es que por algún motivo es importante conocer la vida de alguien. En el terreno de las ciencias sociales, algo importante es sinónimo de aquello que una comunidad científica ha definido como posible y digno de ser estudiado: sólo así se puede convertir en un objeto de investigación legítimo.

Todo objeto, continúa, es portador de conocimiento, no, por supuesto, en el sentido de poseer una capacidad cognitiva, sino que cuenta con características susceptibles de ser transformada, vía el lenguaje, en información interpretable.

Ser portador de conocimiento relevante no es una cualidad inherente a cierto tipo de fenómenos y hechos, sino un atributo que un observador otorga porque aprecia en ese objeto ciertas potencialidades que corresponden a sus preguntas y prioridades, las cuales, a su vez, emergen de una tradición científica específica.

El autor explica que la atención en las historias de vida expresa el interés por rescatar y comprender aquellas dimensiones sociales que los análisis de carácter macro dejan fuera invariablemente. En las ciencias sociales se puede apreciar una trayectoria desde el héroe como protagonista hasta el sujeto anónimo; al ser humano cuya interioridad y punto de vista se daba por conocido o banal, al sujeto que está privado de la palabra, quien era concebido como puente por donde transita la historia.

Factores investigados que influyen en el estado psicológico del deportista

	FACTORES	VARIABLES
ESTADO PSICOLÓGICO	Personales Familiares	<ul style="list-style-type: none"> -Relaciones familiares -Relaciones de pareja -Amistades, esparcimiento -Planes para el retiro -Impacto psicológico por dedicarse al deporte (lejanía del hogar)
	Económicos	<ul style="list-style-type: none"> -Estatus económico -Empleos, becas, sueldos y patrocinios -Perspectivas económicas hacia el futuro -Efecto anímico por motivos económicos en lo personal y deportivo
	Sociales (estructura y exigencia social)	<ul style="list-style-type: none"> -Acceso a instalaciones y entrenadores -Obstáculos por carencia de infraestructura y medios adecuados -Exigencia de aficionados y relación con medios de comunicación. -Exigencia social (fans, equipo, medios de comunicación) y su efecto psicológico.
	Académicos	<ul style="list-style-type: none"> -Facilidades para asistir a la escuela -Planes académicos -Hábitos culturales: lectura, visita a museos, cine -Recursos de afrontamiento dados por la formación académica -Consecuencias psicológicas por falta de estudios
	Salud Física	<ul style="list-style-type: none"> -Lesiones y enfermedades -Disminución de rendimiento por causas físicas -Principales riesgos físicos por práctica deportiva -Dopaje y adicciones -Veteranía (declive) -Riesgos de fama y dinero -Efectos psicológicos derivados de problemas de salud.
	Deportivo	<ul style="list-style-type: none"> -Exigencias propias de su deporte que se manifiestan en lo psicológico.

Perfil de deportistas entrevistados

Categoría	Deportista
Deporte individual	Ciclista: deporte de grandes limitaciones de desarrollo en el país y que depende de los escasos apoyos gubernamentales. Entrevistada: Belem Guerrero.
	Deportista olímpico de proyección internacional con potencial para lograr medallas. Entrevistado: Juan René Serrano (tiro con arco).
	Boxeador, en constante riesgos físicos por los reiterados golpes en la cabeza. Entrevistado: Juan Ramón Ayala.
	Tenista: deporte en crisis en México en la última década que depende, como muchos otros, del esfuerzo y apoyo individual y familiar para sobresalir. Entrevistado: Marco Osorio.
Deporte de conjunto	Beisbolista: Alejados del hogar casi todo el año y prácticamente toda la vida para ejercer su profesión. Entrevistado: Alfredo Ortiz.
	Futbol americano: deporte de intenso golpeo y demanda física y con nula proyección profesional. Entrevistado: Félix Buendía.

Forma de contacto

Los deportistas fueron contactados vía telefónica y se les solicitó una entrevista en persona, especificándoles los fines y objetivos de la misma.

Modelo de entrevista

Nombre:	Sexo:	Fecha de nacimiento (edad):
Deporte:	Fecha de inicio en el deporte:	Tiempo de practicarlo (fecha de retiro):
Familia:	Estado civil:	
Escolaridad:	Ocupación (adicional al deporte):	
Observaciones:	Fecha de aplicación:	

Factor familiar y personal:

- Relación con familiares.
- Problemas familiares.
- Apoyo en su carrera deportiva.
- Efectos de la lejanía de la familia.
- Relaciones amistosas.
- Actividades recreativas y divertimento.

Factor económico:

- Situación económica.
- Empleos, becas, patrocinios.
- Perspectivas económicas hacia el futuro.
- Riesgos generados por el factor económico.

Factor social:

- Disponibilidad de instalaciones deportivas y entrenadores.
- Relación con aficionados y medios de comunicación.
- Exigencia hacia su rendimiento.
- Riesgos de la fama del deportista.

Factor académico:

- Trayectoria académica.
- Facilidades para asistir a la escuela.

-Formación académica y recursos de afrontamiento en el deporte.

Factor salud:

- Lesiones y enfermedades.
- Baja en el rendimiento deportivo por causas físicas.
- Problemas físicos por la práctica deportiva.
- Doping y adicciones.
- Afecciones psicológicas ante una enfermedad o lesión.
- Declive en el rendimiento a causa de la edad.

Factor deportivo:

- Metas en el deporte.
- Exigencias propias del deporte que practica.
- Planes para el retiro.

Antecedentes en psicología:

- Apoyo de psicólogos deportivos.
- Terapia clínica.
- Necesidad de terapia psicológica.

Procesamiento de la información

Una vez realizadas las entrevistas, se procedió a transcribirlas en su totalidad (se reproducen íntegras en el anexo final) para analizar la información de acuerdo a las categorías propuestas. La información recabada de cada deportista se organizó en la tabla presentada anteriormente (“Factores investigados que influyen en el estado psicológico del deportista”), y se desglosó detalladamente en el capítulo cinco (Resultados), dividiéndola en cada factor propuesto.

Tras la elaboración de una tabla correspondiente a cada sujeto, se realizó una tabla general que agrupa coincidencias y discrepancias de los deportistas consultados, lo cual dio la pauta para comenzar la discusión y la reflexión que nos condujo hacia el terreno de las conclusiones.

5. Resultados

“No sabemos si Dios creó el universo,
pero no lo necesitamos para explicarlo”.

Stephen Hawking.

Deportista: Ramón Ayala (boxeador)

	FACTORES	VARIABLES
<p>ESTADO PSICOLÓGICO</p> <p>Actualmente pasa por mucha inestabilidad en todos los ámbitos de la vida. Reconoce que ha padecido depresión desde hace unos diez años, con insomnio, ansiedad y ataques de llanto. Ha pasado días enteros acostado apenas comiendo cualquier cosa. Se nota muy insatisfecho porque no ha alcanzado sus metas en el deporte, y no cuenta con una alternativa (un oficio) que le permita hacer frente a sus necesidades. Se dice incluso desilusionado de la gente del boxeo. También se manifiesta una aversión a la autoridad. Sólo se ha sujetado a la autoridad del padre, pero no a la de alguien más. No trabaja formalmente precisamente porque no quiere someterse a las órdenes de nadie. Refiere igualmente haber tenido muchas parejas</p>	<p>Personales Familiares</p>	<p>-Relaciones familiares Sólo con su padre ha sido cercana, aunque con mucha violencia en especial en la niñez. Con madre y hermanas ha sido distante.</p> <p>-Relaciones de pareja Muy inestable. Constante cambio de pareja, separación de la madre de su hija muy conflictiva. Reiteradas infidelidades de su parte y también de sus parejas.</p> <p>-Amistades, esparcimiento Muy pocos amigos. Sólo las relaciones que le ha dejado el boxeo.</p> <p>-Planes para el retiro Pretende tener una buena posición, sin embargo en el presente es muy complicada. Abandonó en 2016 momentáneamente el boxeo, y no tiene una fuente de ingresos segura. Tampoco tiene una carrera u oficio que le genere esos ingresos.</p> <p>-Impacto psicológico por dedicarse al deporte (lejanía del hogar). No fue un problema durante su formación.</p>
	<p>Económicos</p>	<p>-Estatus económico: Siempre ha sido muy limitado. En los mejores momentos como boxeador tuvo una posición cómoda, pero sólo fue pasajero ya que ha dejado de pelear.</p> <p>-Empleos, becas, sueldos y patrocinios Tuvo un par (Fundación Telmex y Sindicato del Metro), las cuales ya ha perdido. No ha tenido acceso a buenas bolsas y los promotores no le pagaron un par de peleas.</p> <p>-Perspectivas económicas hacia el futuro Lucen bastante inciertas.</p> <p>-Efecto anímico por motivos económicos en lo personal y deportivo</p>

<p>sexuales, pero le cuesta mucho trabajo mantener una relación estable. Su presente y futuro es incierto, pues el boxeo no le ha dado lo que esperaba.</p>		<p>Se nota muy desesperado por lo incierto de su presente y su futuro.</p>
	<p>Sociales (estructura y exigencia social)</p>	<p>-Acceso a instalaciones y entrenadores Siempre entrenó de una manera muy precaria, con un costal en casa y la ayuda de su padre para manoplear. -Obstáculos por carencia de infraestructura y medios adecuados En el boxeo es fundamental tener otros rivales para entrenar (los llamados sparrings) y además de una buena dieta, tomar suplementos vitamínicos que le ayudan con las extenuantes jornadas de entrenamientos. -Exigencia de aficionados y relación con medios de comunicación. Fue buena con ambos en la primera parte de su carrera. Falta ver si regresa al boxeo a cumplir su ciclo como profesional. -Exigencia social (aficionados, equipo, medios de comunicación) y su efecto psicológico. La exigencia siempre es ganar y cuando el triunfo no llega el deportista como Ramón se topa con serias dudas y desconciertos sobre su carrera.</p>
	<p>Académicos</p>	<p>-Facilidades para asistir a la escuela En general, sí contó con esas facilidades, sin embargo su prioridad fue el boxeo. -Planes académicos Tiene el deseo de estudiar una carrera universitaria, pero ante las dificultades económicas eso no parece muy viable en el corto plazo. -Recursos de afrontación dados por la formación académica Se muestra lúcido, con una notable facilidad de palabras, algo poco frecuente en un boxeador profesional. -Consecuencias psicológicas por falta de estudios No se ha manifestado ninguna hasta el momento, más que la incertidumbre por no contar con una profesión alterna al boxeo que le permita afrontar sus compromisos económicos.</p>
		<p>-Lesiones y enfermedades Mínimos. -Disminución de rendimiento por causas físicas Siempre ha contado con una gran forma física, su</p>

	<p>Salud Física</p>	<p>disminución se debió a causas psicológicas tras la pérdida de una hermana. En otra ocasión, a causa de un rompimiento de pareja.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Principales riesgos físicos por práctica deportiva <p>El boxeo es un deporte sumamente violento, que tiene sus principales repercusiones en la cabeza.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Dopaje y adicciones <p>No fueron problema.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Veteranía (declive) <p>Aún no se presenta esta etapa.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Riesgos de fama y dinero <p>El único riesgo ha sido la falta de recursos que no le permite cubrir sus gastos básicos de manera cotidiana.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Efectos psicológicos derivados de problemas de salud. <p>Depresión, desvanecimiento, fatiga.</p>
	<p>Deportivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Exigencias propias de su deporte que se manifiestan en lo psicológico. <p>Las expectativas en el boxeo no son otras que ser campeón del mundo. El boxeador empeña su vida en ello. Cuando los resultados dejan de ser satisfactorios, se empieza a manifestar una neurosis ya que lo obtenido no es equivalente a las metas planteadas.</p>

Deportista: Félix Buendía (futbol americano)

	FACTORES	VARIABLES
<p>ESTADO PSICOLÓGICO</p> <p>Se observa una personalidad muy bien estructurada. Se aprecia una diferencia considerable entre el deporte estudiantil y el profesional. Contó con una red muy sólida conformada por la familia, amigos, compañeros de equipo, entrenadores y una institución como la UNAM. Él, además, aportó su esfuerzo, objetivos claros y disciplina para ir cumpliendo sus metas. En este caso en particular se aprecia que cuando el deporte es 100 por ciento formativo su efecto psicológico es notablemente diferente al de cualquier otro deportista que depende de sus resultados para vivir y ocupar un sitio relevante en la comunidad.</p>	<p>Personales Familiares</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Relaciones familiares Forma parte de una familia con lazos estrechos, que lo ha apoyado en todas las facetas de su vida. -Relaciones de pareja Estable en el noviazgo y ahora en el matrimonio. -Amistades, esparcimiento Siempre ha contado con amplios grupos de amigos, y dentro del futbol americano éstos fueron más profundos y duraderos. -Planes para el retiro Funge como coach y director deportivo de la FCA. Es profesor de la Facultad. -Impacto psicológico por dedicarse al deporte (lejanía del hogar). El impacto fue sumamente positivo. El deporte le permitió jugar en Europa y ampliar notablemente su experiencia de vida.
	<p>Económicos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Estatus económico: Familia de clase media, sin lujos pero sin carencias. Ahora, mucho más desahogado. -Empleos, becas, sueldos y patrocinios Contó con el apoyo del programa de futbol americano de la UNAM, que les proporciona uniformes, entrenadores e instalaciones. -Perspectivas económicas hacia el futuro Se encuentra en una buena posición, desarrollándose dentro de la administración y en activo aún dentro del deporte. -Efecto anímico por motivos económicos en lo personal y deportivo Ninguno.
	<p>Sociales (estructura y exigencia social)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Acceso a instalaciones y entrenadores Satisfactoria, tuvo todo lo necesario. -Obstáculos por carencia de infraestructura y medios adecuados Ninguno. -Exigencia de aficionados y relación con medios de comunicación. Excepto por una temporada muy mala, que el público les reprobó y la prensa cuestionó, la

		<p>relación con ambos sectores fue muy buena. Grandes recuerdos de la porra de Pumas.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Exigencia social (aficionados, equipo, medios de comunicación) y su efecto psicológico. <p>Existe exigencia por el prestigio de la institución, pero al ser un deporte estudiantil no supone un desgaste similar al del profesionalismo.</p>
	Académicos	<ul style="list-style-type: none"> -Facilidades para asistir a la escuela Todas las necesarias. -Planes académicos <p>Ya ha concluido sus estudios universitarios.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Recursos de afrontación dados por la formación académica <p>Notables ya que siempre ha aplicado lo aprendido en administración para superar retos y alcanzar objetivos deportivos, laborales y personales.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Consecuencias psicológicas por falta de estudios Ninguna.
	Salud Física	<ul style="list-style-type: none"> -Lesiones y enfermedades <p>Tuvo una trayectoria muy sana.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Disminución de rendimiento por causas físicas <p>Estuvo brevemente lesionado, sin consecuencias considerables.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Principales riesgos físicos por práctica deportiva <p>Los golpes son constantes y pueden afectar cualquier zona del cuerpo, en especial la cabeza, pero con la correcta preparación físico-atlética, como fue su caso, los efectos en este nivel no son considerables.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Dopaje y adicciones <p>No tuvo problemas en este rubro.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Veteranía (declive) <p>En México los jugadores de futbol americano tienen una vida útil muy corta. En su caso, se extendió al irse a Europa.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Riegos de fama y dinero <p>Ninguno.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Efectos psicológicos derivados de problemas de salud. <p>Ninguno.</p>
	Deportivo	<ul style="list-style-type: none"> -Exigencias propias de su deporte que se manifiestan en lo psicológico. <p>Es un deporte de gran exigencia física, con mucho trabajo de equipo. Tuvo más momentos</p>

		satisfactorios gracias al trabajo intenso.
--	--	--

Deportista: Belem Guerrero (ciclista)

	FACTORES	VARIABLES
<p>ESTADO PSICOLÓGICO</p> <p>En el caso de Belem Guerrero, una medalla olímpica marcó un antes y un después en su vida. La medalla le trajo la gloria olímpica, objetivo de cualquier atleta, pero al mismo tiempo representó el ocaso de su carrera. Nunca volvió a ser la misma, ni logró retomar la tranquilidad que un deportista necesita para prepararse y competir. Después de Atenas todo fue un caos. Demasiada atención de prensa y aficionados. No alcanzó a llegar a Beijing, la siguiente cita olímpica. La medalla, no obstante, le dio un nombre que hoy le permite vivir sin apuros pues recibe una pensión vitalicia. Reconoce que como ciclista sufrió al menos un par de fuertes problemas personales que la afectaron durante las competencias. Se nota en satisfecha, consciente de sus errores y aciertos, y con el orgullo de haber logrado el máximo objetivo: una medalla olímpica.</p>	<p>Personales Familiares</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Relaciones familiares Pertenece a una familia muy unida que la apoyó mucho en su carrera deportiva. -Relaciones de pareja Vive en unión libre, tras un rompimiento difícil con una anterior pareja. -Amistades, esparcimiento Es muy seria, reservada, de pocos amigos. Siempre se enfocó al deporte y la familia. Ahora, ya en el retiro, tiene una vida social más activa. -Planes para el retiro Ocupa puestos en la función pública en el ámbito del deporte. Espera reactivar una escuela de ciclismo que lleva su nombre. -Impacto psicológico por dedicarse al deporte (lejanía del hogar). No lo resintió. Estaba muy concentrada en alcanzar sus metas.
	<p>Económicos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Estatus económico: Muy limitado. Creció en una zona de muchas carencias. -Empleos, becas, sueldos y patrocinios Desde que comenzó a obtener buenos resultados percibe becas que le son suficientes para vivir. Actualmente goza de una pensión vitalicia por su condición de medallista olímpica. -Perspectivas económicas hacia el futuro Mantenerse fuera de apuraciones económica. Continuar laborando y tener lo necesario para llevar una vida decorosa, sin lujos. -Efecto anímico por motivos económicos en lo personal y deportivo Realmente no incidieron en su carrera, ni en su vida personal, salvo en la niñez, lo cual pudo solventar gracias a la unión familiar.
	<p>Sociales (estructura y exigencia social)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Acceso a instalaciones y entrenadores Fueron limitadas hasta que se convirtió en una ciclista importante en México. -Obstáculos por carencia de infraestructura y medios adecuados <p>Al principio no tenía siquiera bicicleta. Se</p>

		<p>trasladaba en transporte público a entrenar. Pero el apoyo familiar le ayudó a superarlos.</p> <p>-Exigencia de aficionados y relación con medios de comunicación.</p> <p>Con los aficionados es muy cordial hasta la fecha. Con los medios tardó en aprender a lidiar con ellos.</p> <p>-Exigencia social (aficionados, equipo, medios de comunicación) y su efecto psicológico.</p> <p>Vivió un sueño cuando regresó de Atenas 2004 como medallista, pero se convirtió en una pesadilla en el siguiente ciclo olímpico. Nunca pudo volver a retomar el mismo nivel de dedicación debido a las distracciones sociales y a la desorganización que privó en su forma de trabajo.</p>
	<p>Académicos</p>	<p>-Facilidades para asistir a la escuela Sí la tuvo, pero abandonó en la preparatoria para concentrarse en el deporte por entero.</p> <p>-Planes académicos Reconoce que lo suyo no son los estudios.</p> <p>-Recursos de afrontación dados por la formación académica Limitados, se ha ido abriendo camino en el mundo laboral gracias a ese mismo empuje que mostraba en el deporte.</p> <p>-Consecuencias psicológicas por falta de estudios Ninguno visible que le haya complicado su carrera o que sea un problema actualmente.</p>
	<p>Salud Física</p>	<p>-Lesiones y enfermedades Caídas considerables después de los Juegos de Atenas que le causaron múltiples fracturas.</p> <p>-Disminución de rendimiento por causas físicas Esos incidentes, aunados a la desorganización en su preparación, la orillaron al retiro.</p> <p>-Principales riesgos físicos por práctica deportiva Caídas sumamente violentas, principalmente. Como mujer aparentemente le ha impedido embarazarse.</p> <p>-Dopaje y adicciones No salvo un malentendido que se resolvió sin mayores complicaciones.</p> <p>-Veteranía (declive) No llegó en realidad a ser una veterana debido a que las lesiones mermaron con anticipación su rendimiento.</p> <p>-Riegos de fama y dinero</p>

		<p>En lo económico, ninguno. La fama sí le trajo muchas complicaciones en su carrera, que también incidieron en su retiro.</p> <p>-Efectos psicológicos derivados de problemas de salud.</p> <p>Depresión y ansiedad, principalmente.</p>
	<p>Deportivo</p>	<p>-Exigencias propias de su deporte que se manifiestan en lo psicológico.</p> <p>El ciclismo es un deporte de altísima exigencia física en todo el mundo, lo cual incide en la obtención de logros y en el grado de satisfacción del atleta.</p>

Deportista: Alfredo Ortiz (beisbolista)

	FACTORES	VARIABLES
<p>ESTADO PSICOLÓGICO</p> <p>Vive satisfecho los últimos años de su vida. El éxito deportivo le ayudó a enfrentar una vida de severas limitaciones económicas, aun ya siendo estrella del beisbol. Enfrentó una vida plagada de lesiones, que le afectaban psicológicamente, sin embargo no le impidieron convertirse en el pitcher zurdo más importante del béisbol mexicano. Actualmente trata de compensar a la familia por años de ausencia. Nunca recibió en forma apoyo psicológico, sin embargo se formó como jugador cuando se pensaba que el deportista debía afrontar y resolver todo por su cuenta. No era parte de la cultura del beisbol mexicano.</p>	<p>Personales Familiares</p>	<p>-Relaciones familiares Familia numerosa con muchas carencias económicas y alcoholismo del padre.</p> <p>-Relaciones de pareja Un matrimonio breve y un segundo estable.</p> <p>-Amistades, esparcimiento Buenas, apoyo de compañeros beisbolistas. Muchas tentaciones, como él las llama, que supo manejar bien. A la fecha frecuente gente de Veracruz, de donde es originario, lo cual fortalece su núcleo social.</p> <p>-Planes para el retiro No existía en el béisbol mexicano. Depende de una pensión otorgada por el empresario Alfredo Harp.</p> <p>-Impacto psicológico por dedicarse al deporte (lejanía del hogar) Muy duro, reproche constante de la familia por la ausencia, que ha logrado compensar ahora en el retiro.</p>
	<p>Económicos</p>	<p>-Estatus económico Niñez muy difícil, condiciones precarias. Mucho mejor como profesional, aunque enfrentando las pésimas condiciones laborales de la Liga Mexicana. En la actualidad cuenta con los recursos para costear sus gastos.</p> <p>-Empleos, becas, sueldos y patrocinios Cuenta con la pensión mencionada, apoyo de su hijo y trabaja en ligas infantiles.</p> <p>-Perspectivas económicas hacia el futuro Vive la última parte de su vida, se nota satisfecho ahora.</p> <p>-Efecto anímico por motivos económicos en lo personal y deportivo Fue su principal preocupación durante toda su vida, desde la niñez, ahora se dice satisfecho.</p>
	<p>Sociales (estructura y exigencia social)</p>	<p>-Acceso a instalaciones y entrenadores En la niñez, muy precaria.</p> <p>-Obstáculos por carencia de infraestructura y medios adecuados Considerables, pudo no ser beisbolista a causa de esas carencias. La mudanza de la familia al</p>

		<p>puerto de Veracruz le dio mejores perspectivas.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Exigencia de aficionados y relación con medios de comunicación <p>Muchísimas exigencias, aunque salvo un incidente con un periodista fue muy querido por aficionados y periodistas. A la fecha se le recuerda como una leyenda.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Exigencia social (fans, equipo, medios de comunicación) y su efecto psicológico <p>En general, siempre fue un jugador muy querido, pero también muy exigido.</p>
	Académicos	<ul style="list-style-type: none"> -Facilidades para asistir a la escuela <p>Limitadas, tuvo que abandonar la escuela.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Planes académicos <p>Ninguno.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Recursos de afrontación dados por la formación académica <p>Carece de ellos dado que tuvo que abandonar la escuela por problemas económicos familiares.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Consecuencias psicológicas por falta de estudios <p>Lamenta haber abandonado los estudios, sin embargo su fama en el beisbol compensó su falta de estudios.</p>
	Salud Física	<ul style="list-style-type: none"> -Lesiones y enfermedades <p>10 operaciones en el brazo y un testículo reventado por un pelotazo.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Disminución de rendimiento por causas físicas <p>Toda su carrera, desde novato, tuvo que luchar contra las lesiones.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Principales riesgos físicos por práctica deportiva <p>El brazo para el pitcher.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Dopaje y adicciones <p>No fueron problema.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Veteranía (declive) <p>Tuvo que retirarse tras una última lesión.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Riegos de fama y dinero <p>Mujeres y alcohol.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Efectos psicológicos derivados de problemas de salud <p>Depresión, gran incertidumbre hacia el presente y el futuro.</p>
	Deportivo	<ul style="list-style-type: none"> -Exigencias propias de su deporte que se manifiestan en lo psicológico <p>Por su condición de figura, vivió una carrera satisfactoria que tuvo en las lesiones y las pobres</p>

		condiciones laborales a sus peores obstáculos.
--	--	--

Deportista: Marco Osorio (tenista)

	FACTORES	VARIABLES
<p>ESTADO PSICOLÓGICO</p> <p>Se muestra satisfecho e incluso contento con la vida deportiva que le tocó. Ha superado los rencores con los que se retiró, y en una edad plenamente madura ha emprendido proyectos que por primera vez lo han colocado en una posición económica cómoda. Tienen mucha energía y confianza para seguir creando y trabajando dentro del tenis, ahora como empresario e instructor. Está plenamente consciente de las dificultades que enfrentó, y satisfecho por haberlas superado. Comprende la importancia de la psicología en el tenis. Se muestra además con todos los recursos para desarrollar a nuevas generaciones dentro del deporte. Mantiene su carácter y templanza para continuar acometiendo los retos de la vida.</p>	<p>Personales Familiares</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Relaciones familiares Pertenece a una familia muy unida, que siempre lo apoyó en el deporte. -Relaciones de pareja Casado desde hace tres años, una relación estable, amorosa y motivante. -Amistades, esparcimiento Muy centrado en la familia y en el trabajo, ya con tiempo para dedicarles más tiempo a cuando era tenista profesional. -Planes para el retiro Continuar el trabajo en la academia de tenis que tiene en Florida junto con otro extenista mexicano. -Impacto psicológico por dedicarse al deporte (lejanía del hogar) Fue muy fuerte por los recursos limitados, sin embargo le ayudó a madurar y enfrentar cualquier tipo de reto que le deparó el tenis, dentro y fuera de la cancha.
	<p>Económicos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Estatus económico Muy limitado. Clase media baja que depende del trabajo fuerte para salir adelante, más aún para financiar una carrera deportiva. -Empleos, becas, sueldos y patrocinios Pequeños negocios familiares, empleos informales. Grandes sacrificios para asistir a torneos. -Perspectivas económicas hacia el futuro Tiene una posición mucho más desahogada y con alentadoras perspectivas de continuar el crecimiento de la academia. -Efecto anímico por motivos económicos en lo personal y deportivo Sufrió muchas carencias que lo marginaron socialmente respecto a sus compañeros y lo limitaron en el desarrollo de su juego, porque los mismos tenistas pagan sus propios viajes.
		<ul style="list-style-type: none"> -Acceso a instalaciones y entrenadores Limitado, en ocasiones informal, hasta que por suerte logró colocarse en un club. -Obstáculos por carencia de infraestructura y

	<p>Sociales (estructura y exigencia social)</p>	<p>medios adecuados Limitaciones para desarrollarse adecuadamente y frenar el crecimiento personal y el del deporte mismo, si bien no le impidieron llegar a ser el mejor jugador de México. -Exigencia de aficionados y relación con medios de comunicación. Lidió con eso en una forma muy pacífica, pues sus resultados usualmente fueron por encima de lo esperado. -Exigencia social (aficionados, equipo, medios de comunicación) y su efecto psicológico. Con aficionados y periodistas tuvo una buena relación, incluso afectiva, sin embargo siempre fue rechazado por directivos y compañeros por no pertenecer a su círculo social. Fue claramente discriminado durante toda su carrera, lo cual precipitó su retiro.</p>
	<p>Académicos</p>	<p>-Facilidades para asistir a la escuela Por el lado económico no tuvo problema. El problema fue padecer dislexia. Era un alumno cuya meta máxima era simplemente pasar con 6 a causa de ese padecimiento. -Planes académicos Ya ha concluido sus estudios satisfactoriamente. Una vez que comprendió la dislexia fue capaz de continuar en sus estudios. -Recursos de afrontación dados por la formación académica Es un sujeto muy maduro. La experiencia familiar, deportiva y académica con la que cuenta ahora lo ha elevado a un nivel de gran capacidad y creatividad para alcanzar objetivos. -Consecuencias psicológicas por falta de estudios Fue un problema a edad temprana, pero al comprender su enfermedad empezó a superar esas limitaciones.</p>
	<p>Salud Física</p>	<p>-Lesiones y enfermedades Dislexia y algunas lesiones que no causaron mella en su carrera. -Disminución de rendimiento por causas físicas Sólo estuvo alejado algunas semanas por una lesión. -Principales riesgos físicos por práctica deportiva Lesiones en codo y hombro, que en su caso no fueron un problema. -Dopaje y adicciones</p>

		<p>No reporta ningún problema al respecto.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Veteranía (declive) <p>Se retiró por diferencia con los directivos aun antes de que se presentara un real declive.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Riegos de fama y dinero. <p>La falta de dinero no le permitía alimentarse correctamente en los torneos fuera de la Ciudad de México.</p> <ul style="list-style-type: none"> -Efectos psicológicos derivados de problemas de salud. <p>En su caso, ninguno. Desarrolló una carrera muy sana.</p>
	<p>Deportivo</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Exigencias propias de su deporte que se manifiestan en lo psicológico. <p>Es un deporte de mucha exigencia técnica y física que, al jugarse en solitario, implica una gran demanda psicológica. En el tenis encontró una disciplina que le ayudó a forjar el carácter, a comprender y superar sus limitaciones; a madurar y afrontar la vida en general.</p>

Deportista: Juan René Serrano (arquero)

	FACTORES	VARIABLES
<p>ESTADO PSICOLÓGICO</p> <p>Se encuentra notablemente satisfecho con lo que ha logrado, y con muchos deseos de tener una exitosa parte final de su carrera deportiva. Se muestra a gusto con su vida, concentrado en su preparación al tiempo que se desarrolla como empresario. Está consciente y agradecido con lo que ha logrado, pero reconoce que sí representa una deuda no haber logrado una medalla olímpica, y que no le gustaría cargar con ese peso el resto de su vida. Sin embargo, muestra los recursos emocionales para enfrentar su destino en caso de que no logre esa ansiada meta. No tiene ningún tabú respecto a su vulnerabilidad como persona y la importancia de contar con un psicólogo clínico en momentos difíciles; por el contrario, se muestra abierto a utilizarlo en caso de que sea necesario.</p>	<p>Personales Familiares</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Relaciones familiares Muy sólida relación desde pequeño con todo el núcleo familiar. -Relaciones de pareja Noviazgo estable. -Amistades, esparcimiento Procura cuidar sus amistades, estar con ellas en la medida de lo posible, tanto en México como en Guadalajara. -Planes para el retiro Continuar en el deporte y desarrollar una empresa personal. -Impacto psicológico por dedicarse al deporte (lejanía del hogar). No tuvo problemas gracias al absoluto apoyo familiar.
	<p>Económicos</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Estatus económico: Siempre tuvo lo necesario para desarrollarse en lo personal y en lo deportivo. Como becario de alto rendimiento logró mayor comodidad económica, aunque sin lujos. -Empleos, becas, sueldos y patrocinios Tiene años con una empresa de comercialización propia y siendo becario de alto rendimiento. -Perspectivas económicas hacia el futuro Vivir bien, sacarle jugo a su carrera universitaria y a su prestigio en el deporte. -Efecto anímico por motivos económicos en lo personal y deportivo Nada excepto algunas limitaciones sin importancia.
	<p>Sociales (estructura y exigencia social)</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Acceso a instalaciones y entrenadores Muy buena desde que comenzó en el deporte, y hoy en día mucho mejor. -Obstáculos por carencia de infraestructura y medios adecuados No poder desarrollarse adecuadamente y frenar el crecimiento personal y el del deporte mismo. -Exigencia de aficionados y relación con medios de comunicación. Nunca fue problema hasta lo ocurrido en Londres

		<p>2012, cuando falló el tiro decisivo dejando escapar una medalla olímpica. Vivió momentos muy adversos en especial con la prensa.</p> <p>-Exigencia social (aficionados, equipo, medios de comunicación) y su efecto psicológico.</p> <p>Tener una carrera ganadora implica que la exigencia siempre sea ganar. Cuando eso no es posible como ocurrió en Londres, las críticas aparecieron ferozmente, incluyendo en redes sociales.</p>
	Académicos	<p>-Facilidades para asistir a la escuela Todas, nunca tuvo problemas desde pequeño, aunque debió abandonar los estudios por periodos para concentrarse en su preparación.</p> <p>-Planes académicos Ya ha concluido sus estudios universitarios.</p> <p>-Recursos de afrontación dados por la formación académica Se muestra muy completo en este rubro, se expresa con notable riqueza verbal y con lucidez sobre su carrera y objetivos en la vida.</p> <p>-Consecuencias psicológicas por falta de estudios No es su caso. Por el contrario, pondera el valor del estudio para afrontar los retos que se le presentan como deportista.</p>
	Salud Física	<p>-Lesiones y enfermedades Mínimos, no ha sido problema.</p> <p>-Disminución de rendimiento por causas físicas Sólo estuvo un mes fuera por un problema físico.</p> <p>-Principales riesgos físicos por práctica deportiva El tiro con arco es un deporte longevo que le permite aspirar a calificar a otros Juegos Olímpicos.</p> <p>-Dopaje y adicciones Nada en absoluto.</p> <p>-Veteranía (declive) Ya lo padeció al no calificar a la Olimpiada de Río 2016.</p> <p>-Riesgos de fama y dinero En cuanto a fama, el aumento de exigencias, siempre se espera que gane. El dinero no ha sido problema. Es un atleta muy centrado.</p> <p>-Efectos psicológicos derivados de problemas de salud. Ninguno.</p>

	Deportivo	<p>-Exigencias propias de su deporte que se manifiestan en lo psicológico.</p> <p>Aunque el tiro con arco no es un deporte muy seguido en México, Juan René Serrano alcanzó un nivel importante gracias a sus triunfos, ingresando a un grupo de élite en el país, lo cual se tradujo en una alta exigencia por parte de autoridades, patrocinadores, aficionados y medios de comunicación.</p>
--	------------------	---

Tabla general

Análisis global de los testimonios recabados

Factor	Análisis
Familiar	<p>De acuerdo con los testimonios de la muestra, se observa que las relaciones familiares sólidas facilitan el desarrollo de carreras deportivas igualmente sólidas y duraderas, todas ellas con niveles de éxito claramente definidos.</p> <p>La familia se presenta entre los deportistas consultados como un pilar básico en el desarrollo de un atleta tanto a nivel amateur como profesional. Los triunfos de un deportista pueden considerarse, en efecto, triunfos familiares.</p> <p>Con ese respaldo familiar, los deportistas no experimentaron problemas emocionales de consideración por la lejanía del hogar, según arroja la investigación. La cohesión familiar es además una herramienta para solventar problemas de diversa índole como la falta de recursos económicos.</p> <p>La pareja también es un elemento fundamental en el desarrollo del deportista. Entre los consultados, algunos tuvieron pareja estable mientras desarrollaron su carrera, otros decidieron aplazar la estabilidad afectiva mientras continuaban en el deporte. Se observó un caso muy especial, el de la ciclista Belem Guerrero, en el que una ruptura amorosa le ocasionó una notoria disminución de rendimiento y perder un torneo en el que era amplia favorita.</p> <p>Como cualquier persona normal, el deportista necesita de un sólido círculo de amistades. Se detecta la necesidad de frecuentar esas amistades al igual que cualquier joven de su edad, como parte fundamental de su cotidianidad.</p> <p>El del peleador Ramón Ayala, quien cuenta con una estructura familiar frágil, también se presentó como un caso muy particular. Aun cuando fue entrenando por su padre durante muchos años, tiene poco contacto con la familia, dice no tener amigos y presenta continuos problemas de pareja. Coincidentemente su carrera se vio truncada a una edad muy joven, a los 25 años, precisamente como consecuencia de esa desorganización en su vida personal. En la entrevista manifestaba deseos de retomar su carrera, aunque con pocas alternativas para hacerlo de manera exitosa.</p> <p>Otro caso también fue notorio, el más antiguo de todos los investigados -década de los 60 y 70-, el del beisbolista Alfredo Ortiz, quien surgió de un entorno muy humilde y sufrió, completamente alejado de la familia, toda clase de vicisitudes en el deporte, desde lesiones hasta inhumanas condiciones de trabajo, y pese a ello logró pasar a la historia como uno de los grandes jugadores del beisbol mexicano. En su caso, la determinación para ayudar económicamente a su familia también fue fundamental para</p>

	forjar una trayectoria exitosa en el deporte.
Económico	<p>El apoyo familiar también se traduce en apoyo económico, fundamental para el desarrollo de cualquier carrera deportiva, en especial cuando ésta es incipiente. Aun en estratos económicos limitados, como el de Belem Guerrero e incluso Ramón Ayala, se aprecia que el esfuerzo familiar es fundamental para forjar una carrera en el deporte.</p> <p>En carreras deportivas más costosas como la del tenista sencillamente no hay recursos que alcancen porque debe jugar torneos en todo el mundo, así que el apoyo familiar es aún más importante.</p> <p>Carreras como las de Juan René Serrano y Félix Buendía fueron costeadas con mayor facilidad, al pertenecer a familias de clase media con ingresos suficientes para solventar las necesidades de sus respectivos deportes.</p> <p>Según la propia experiencia de los entrevistados, la carencia de recursos económicos puede truncar una carrera deportiva, pues además de costear gastos como adquisición de equipo, entrenadores, torneos y viajes, entre otros rubros, el deportista se convierte en sus inicios en un integrante improductivo de la familia. Es una inversión que sólo a veces le reditúa a la familia en lo económico. Casi la totalidad de los entrevistados logró independencia económica hasta después de alcanzar ciertas metas en el deporte.</p> <p>Se aprecia que las carreras deportivas sólidas también ofrecen opciones laborales atractivas para el retiro, tal es el caso de Marco Osorio, Juan René Serrano, Félix Buendía y Belem Guerrero. Resalta, sin embargo, el caso particular de Alfredo Ortiz, que pertenecía a un medio de franca explotación laboral y con nulas expectativas tras el retiro más que continuar en el beisbol, hasta que se le ofreció una pensión que le dio estabilidad económica. A su vez, el boxeador consultado, tras ver truncada su carrera, carece de una opción laboral satisfactoria para hacer frente a sus compromisos económicos.</p> <p>También en el deporte se perciben los estragos de una sociedad mexicana claramente clasista como ocurrió con el tenista Marco Osorio, quien además de luchar contra la escasez de recursos económicos tuvo que enfrentar la discriminación y humillación de sus compañeros tenistas en un deporte burgués por antonomasia. La discriminación no se limitó a lo económico, sino también a lo físico por su baja estatura y tez morena.</p>
	La escasa infraestructura con que cuenta el deporte mexicano no

<p>Social</p>	<p>es un secreto para nadie, por lo que los deportistas usualmente tienen que ingeniárselas para solventar esta limitación.</p> <p>Los atletas consultados, excepto el jugador de futbol americano, enfrentaron esta vicisitud y tuvieron que luchar contra la falta de dinero, apoyo de autoridades, ropa, equipo, entrenadores e incluso con la carencia de la alimentación y suplemento vitamínicos que requiere un deportista de alto rendimiento.</p> <p>Las condiciones detalladas en el material recabado van desde un beisbolista del siglo pasado que se inició en precarios campos de tierra y con equipamiento robado, hasta una campeona olímpica en 2004 que tenía que meter su bicicleta subrepticamente en el transporte colectivo para trasladarse al velódromo a entrenar y que, ya siendo una estrella, fue arrollada por un camión en una carretera durante un entrenamiento.</p> <p>Conforme fueron avanzando y obteniendo logros, los atletas consultados contaron con mejores condiciones en todos los aspectos, lo cual les permitió continuar con sus respectivas carreras sin tantos contratiempos.</p> <p>Se observa en esta muestra que el deportista mexicano vive muchos sobresaltos por la falta de un entorno que cubra sus necesidades, por lo que libra dos luchas al mismo tiempo: la deportiva -en el campo de juego- y la que implica ser deportista en México para conseguir los recursos y elementos para desarrollarse.</p> <p>En casos de alta exigencia y fama, se les complicó el trato con los aficionados, los medios de comunicación y la sociedad en su conjunto. Serrano y Guerrero se convirtieron en deportistas exitosos, pero cuando los triunfos comenzaron a escasear recibieron duras críticas para las que no siempre se está preparado del todo.</p>
<p>Académico</p>	<p>La mayoría de los atletas entrevistados contó con facilidades para estudiar, a excepción del beisbolista que provenía de una familia muy humilde de un entorno rural. Reconocen la importancia de contar con estudios, pues una carrera deportiva, aun la más exitosa, es breve.</p> <p>De entre los deportistas consultados, los que cuentan con una formación académica completa -con un título universitario- son los que tienen mayores alternativas en lo laboral, en el deporte y fuera de él.</p> <p>No se aprecia categóricamente que tener estudios ayude a ser un mejor deportista, sin embargo sí les provee mayores recursos de afrontamiento en momentos adversos y disminuye el nivel de incertidumbre que enfrenta un deportista hacia el final de su carrera. En el caso de Marco Osorio, que refiere nunca haber sido</p>

	<p>un buen estudiante, se enfocó de lleno en los estudios universitarios al concluir su carrera tenística, lo cual le permite desarrollarse exitosamente como instructor y empresario.</p> <p>Juan René Serrano ya concluyó sus estudios, maneja una empresa propia y continúa en activo como deportista con objetivos muy claros para el retiro. Belem Guerrero reconoce ciertas limitaciones en el puesto que desempeña al frente del Deporte en el Sindicato de Maestros del Estado de México, debido a que decidió no continuar con sus estudios. Algunos de los deportistas consultados reconocen el surgimiento de nuevas generaciones de atletas mexicanos que cada vez están más conscientes y convencidos de la importancia de continuar con su preparación académica simultáneamente con el desarrollo de su carrera deportiva.</p> <p>Osorio y Serrano reconocen que dotar al deportista mexicano de una mejor preparación en lo académico, los ayudará a madurar y, por lo tanto, a tener un mejor rendimiento en su deporte.</p>
<p>Salud</p>	<p>De acuerdo al material recabado, se aprecia que no todos los deportes conllevan el mismo riesgo físico. El ciclismo y boxeo pueden ser disciplinas de mucho riesgo, que pueden incluso truncar la carrera del deportista o, al menos, provocar un declive en su rendimiento como ocurrió con Belem Guerrero y Alfredo Ortiz. Sin embargo, cuando el atleta cuenta con un equipo integral a su alrededor, puede hacer frente a deportes violentos como el fútbol americano, según atestigua el capitán de los Pumas, Félix Buendía, quien llevó una carrera prácticamente libre de lesiones de consideración.</p> <p>También se observa que si bien las lesiones en ocasiones son inevitables, inherentes al deporte mismo, un buen proceso de rehabilitación marca la diferencia entre superar esa lesión en forma definitiva o sufrir estragos que inciden en la evolución de una carrera deportiva.</p> <p>Las lesiones afectan directamente el estado psicológico del deportista, produciendo sintomatología de ansiedad y depresión, como fue el caso de Belem Guerrero y Alfredo Ortiz.</p> <p>El caso del beisbolista Alfredo Ortiz fue peculiar porque siempre estuvo afectado por serias lesiones desde el principio de su carrera, pero una gran fuerza de voluntad le permitió tener una carrera longeva, si bien una última lesión a causa de un batazo en un testículo lo obligó a retirarse en forma definitiva.</p> <p>El dopaje, de acuerdo a la muestra, no se establece como un problema importante en el deportista mexicano. Reportan que no existe la cultura, ni siquiera por exigencia de triunfos como ocurre en naciones desarrolladas, ni tampoco cuentan con los recursos para adquirir sustancias prohibidas. Muchos apenas contaron con</p>

	<p>dinero para comer y pagar sus pasajes antes que pensar en adquirir alguna sustancia prohibida para mejor su rendimiento. Los deportistas consultados no presentaron problemas al momento de retirarse, es decir, que hayan experimentado deseos de alargar innecesariamente su carrera. Por el contrario, vieron el retiro como una solución a situaciones que ya eran insostenibles, como estragos de las lesiones, el declive en el rendimiento, la veteranía o incluso, como Marco Osorio, persistentes problemas con los dirigentes del tenis mexicano.</p> <p>VARIABLES COMO LA FAMA Y LOS REFLECTORES EXCESIVOS TAMBIÉN PUEDEN AFECTAR LA ESTABILIDAD EMOCIONAL DEL DEPORTISTA. El caso más singular fue el de Belem Guerrero, cuya vida cambió por completo tras la medalla olímpica de Atenas 2004. Fue tanta la atención recibida que toda su carrera se vio trastocada e imposibilitada para recobrar la estabilidad, concentración y dedicación que había tenido en el ciclo olímpico 2000-2004.</p> <p>En el caso específico de las mujeres, la investigación permite observar que para la atleta es complicado asumir el compromiso de embarazarse, por el tiempo que tendría que permanecer alejada del deporte, y que existen disciplinas, como el ciclismo, cuya exigencia y naturaleza pueden ocasionar problemas de infertilidad.</p>
<p>Deportivo</p>	<p>La indagación en diversas disciplinas deportivas de nuestra muestra heterogénea arrojó que si bien cualquier deporte tiene un alto grado de exigencia, se puede apreciar una gran diferencia cuando el deporte es meramente formativo, como el fútbol americano estudiantil, que cuando es profesional y demanda triunfos por obligación. Los jugadores de fútbol americano estudiantil saben que su carrera es corta, que no hay expectativas una vez que concluyen su elegibilidad como universitarios, y por eso tratan de disfrutar al máximo la experiencia y descuidan lo menos posible su preparación académica.</p> <p>Un beisbolista como el consultado, sobre todo en aquellas épocas difíciles del México del siglo pasado, necesitaba brindar muchos triunfos y títulos a su equipo, los populares Diablos Rojos, y su exigente afición.</p> <p>El tenis puede ser un ambiente más apacible en cuanto a exigencia externa. Marco Osorio tuvo que desafiar a la élite de su deporte, autoridades y tenistas pertenecientes a una elevada clase social, sin embargo contó con el respaldo de aficionados y medios de comunicación, quien siempre le dieron un trato cálido y amable.</p> <p>La exigencia del boxeo también supone grandes riesgos por el intenso golpeo al que son sometidos los pugilistas continuamente, no obstante, a cierto nivel, también se crea un espacio amigable para que el boxeador puede llevar su carrera con el cobijo de la gente a su alrededor. Los principales problemas, como fue el caso</p>

	<p>de nuestro entrevistado, surgen con los promotores que no cumplen con los compromisos contractuales, orillando al boxeador a abandonar el deporte ante el desaliento y los apuros económicos.</p> <p>Los datos más peculiares obtenidos son los que ofrecen los deportistas olímpicos, quienes costean sus carreras con becas y recursos públicos, lo cual genera entre la sociedad mexicana el sentimiento de que es el contribuyente el que paga su preparación de sus impuestos y que están obligados a entregarles buenas cuentas. Más aún, al representar a México como nación en competencias como Juegos Olímpicos, asumen una responsabilidad mayúscula: la de dotar de medallas y gloria olímpica al país. Son los responsables de hacer feliz a México al menos por una tarde frente al televisor.</p> <p>La ciclista Belem Guerrero lo consiguió, hizo feliz a toda una comunidad que la vitoreó ruidosamente, sin embargo en adelante sólo se le exigieron triunfos y la gloria olímpica también supuso el ocaso de su carrera, mientras Juan René Serrano, tras varias temporadas de gran brillantez, se quedó muy cerca de la medalla olímpica en Londres 2012, y su vida también cambió ante la lluvia de críticas que tuvo que enfrentar. No obstante, tuvo el carácter y habilidad para superar ese momento difícil en su vida.</p> <p>Se puede observar que los deportistas olímpicos son olvidados durante cuatro años, pero cuando llega el momento crucial de una Olimpiada, donde se alborotan los sentimientos patrióticos, entonces tienen que satisfacer la demanda de triunfos de todo un país. Y si todo sale bien, entonces también deberán hacer frente a la euforia triunfalista de millones de mexicanos. Eso, desde luego, implica una gran presión y desgaste emocional.</p> <p>El deporte profesional supone grandes retos y exigencias, pero también puede ser un medio para enfrentar y superar problemas psicológicos como la dislexia, según reconoce el tenista consultado.</p>
	<p>Carreras longevas y exitosas, según la muestra consultada, pueden proporcionar un estado anímico de satisfacción. El atleta se muestra a gusto consigo mismo y sus logros.</p> <p>De igual forma, de acuerdo a la investigación, una carrera exitosa proporciona al deportista mayores alternativas laborales tras el retiro y, por lo tanto, mayor estabilidad emocional.</p> <p>Las carreras que se vieron truncadas por alguna razón cortan también el desarrollo laboral del deportista y generan, con ello, gran incertidumbre y sintomatología de trastornos depresivos y de ansiedad. El caso particular investigado ha generado, según</p>

<p>Psicológico</p>	<p>reconoce, un trastorno depresivo que se ha mantenido durante una década aproximadamente, además de una sensación persistente de frustración y resentimiento.</p> <p>Las lesiones se presentan como serias amenazas en la carrera de un deportista y sus estragos también se reflejan en el estado de ánimo originando patologías como trastornos depresivos, principalmente.</p> <p>La investigación también revela que las nuevas generaciones de deportistas olímpicos de alto rendimiento cuentan con el apoyo de psicólogos del deporte, no así de psicólogos clínicos. Deportistas de recursos limitados como el boxeo y el beisbol de antaño no cuentan o contaban con ninguno de los dos soportes.</p> <p>La totalidad de la muestra reconoce haber adolecido problemas psicológicos generados por problemáticas tanto en el deporte como en su vida personal, sin embargo ninguno acudió con un psicólogo clínico.</p> <p>Un problema personal serio, como una ruptura amorosa, por ejemplo, puede afectar el rendimiento de un deportista de élite y reflejarse negativamente en los resultados de una competencia, como ocurrió con una ciclista de gran éxito como Belem Guerrero.</p> <p>Deportistas mujeres de ciertas disciplinas tienen que afrontar secuelas físicas y psicológicas por la práctica deportiva de alto rendimiento, producto de la incapacidad en ciertos casos para tener hijos.</p> <p>Aunque los entrevistados reconocieron que el apoyo de un psicólogo clínico podría ser benéfico para resolver situaciones adversas en su vida, sólo dos de ellos (Juan René Serrano y Marco Osorio) se mostraron abiertos a recurrir a un terapeuta en caso de ser necesario.</p> <p>En el resto de los consultados no se observó la cultura de la terapia clínica igual que como ocurre en la población mexicana. Se sabe, sin embargo, que el boxeador consultado inició un proceso de terapia psicológica semanas después de ser entrevistado para esta investigación. Belem Guerrero admite que sí necesita tratamiento psicológico, pero tiene cierto temor de recibirlo. El beisbolista consultado, a su vez, está acostumbrado a enfrentar sus problemas psicológicos por su propia cuenta y el jugador de futbol americano no dio muestra alguna de requerir una intervención terapéutica, aunque tampoco se mostró renuente a recibirla en caso de requerirla.</p> <p>A la luz de estos testimonios, se puede observar que la psicología clínica es un área necesaria, pero completamente olvidado en el deporte profesional. No existen instancias, ni siquiera a partir de la psicología del deporte, mediante las cuales el deportista pueda hacer consciencia sobre la importancia de acudir con un psicólogo clínico.</p>
---------------------------	---

6. Discusión y conclusiones

“De eso se trata la
psicología, de analizar”.
Sigmund Freud

Discusión

El análisis del material recabado en el estudio en comparación con los planteamientos del marco teórico tomará dos vertientes. Primero, se confrontarán los hallazgos generales de la investigación de campo con la teoría expuesta en los primeros tres capítulos, y posteriormente, la discusión se centrará en los aspectos específicos de los factores indagados entre los atletas, también contrastados con la base teórica.

Cierto es que todo cuanto sabemos sobre los seis atletas consultados proviene de la misma entrevista, sin embargo, la categorización (ver tablas) permitió realizar un análisis más detallado sobre factores específicos que inciden en el estado psicológico del deportista.

No existen, desde luego, factores totalmente puros que afecten individualmente al sujeto, sino que se combinan y actúan entrelazados, de tal forma que una lesión, por ejemplo, vinculada con limitantes económicas y culturales puede generar el abandono de una carrera. Sin embargo, si el factor económico es el ideal, esa lesión podrá ser superada sin mayores complicaciones. Así pues, los efectos psicológicos pueden minimizarse en caso de una lesión, si otros factores sirven de apoyo. La aparición de una lesión, por lo tanto, siempre es indeseable y tiene sus repercusiones, pero no significa obligatoriamente una tragedia para un deportista.

Trascendencia del deporte

La investigación cualitativa realizada corrobora lo planteado desde la teoría que el deporte es mucho más que una mera actividad física, mucho más que un juego. Es una industria que, en efecto, mueve miles de millones de dólares en México y el mundo, y ello supone una exigencia enorme para el deportista.

Los ideales románticos que emanan del deporte hace tiempo que han sido desplazados por una maquinaria ávida de triunfos. Ese negocio millonario, del cual forman parte autoridades deportivas, aficionados, patrocinadores y medios de comunicación, requiere de triunfos constantes y los atletas son los responsables de conseguirlos.

Tal responsabilidad demanda del deportista no sólo un esfuerzo físico que, como citábamos en el capítulo dos de acuerdo a la opinión de Rafael Nadal, es en ocasiones dañino para la salud, para vencer a un oponente en una competición, sino también en lo anímico para enfrentar un entorno sumamente exigente que no tolera otra cosa que no sea la victoria. Decíamos que la pesista Soraya Jiménez se convirtió en Sidney 2000 en la primera mujer en la historia en ganar una medalla de oro para México. Esa fue la noticia buena. La mala, que después de su hazaña se vio envuelta en todo tipo de escándalos que derivaron en su muerte, en 2013, apenas a los 35 años de edad, olvidada por el pueblo que tanto la había vitoreado.

En el estudio, se encontró que la ciclista Belem Guerrero estuvo cerca de perder la vida, luego de ser atropellada durante un entrenamiento en carretera por un camión que, como ella misma supone, quizá ni siquiera alcanzó a verla, en una muestra de la profunda desorganización en la que cayó su carrera. Esas son las condiciones precarias que aun deportistas destacados -en su caso ya era medallista olímpica- tienen que sortear para ser parte del negocio. El accidente fue sólo un episodio de una etapa complicada en extremo de Belem que, para entonces, sufría los vaivenes, que se reflejaban en lo emocional, de una carrera desorganizada, en plena lucha por mantenerse en la élite para seguir contribuyendo con triunfos a la industria del deporte. La fama olímpica, pues, no vacuna al atleta mexicano contra vicisitudes futuras, por el contrario, le exige nuevas victorias a cambio de mantenerlo vigente.

Efecto social y económico

En el medio mexicano, de acuerdo a lo obtenido en la investigación, la exigencia al atleta en cuanto a resultados es similar a la del resto del mundo.

Como se planteó en el marco teórico, el deporte ha cobrado tal importancia que los triunfos y las derrotas, en especial en torneos internacionales, están lejos de pasar inadvertidos para la sociedad. Millones de personas siguen las competencias a través de los medios de comunicación, en especial la televisión, de tal forma que una victoria es celebrada de inmediato por un grueso sector de la sociedad, y una derrota es capaz de generar un gran malestar social, claramente palpable en la comunidad como ocurrió aquella tarde de domingo, la del “no era penal”, en junio de 2014, cuando Holanda eliminó a México del Mundial de Brasil.

Una medalla olímpica, como la lograda por Belem Guerrero en Atenas 2004, es capaz de inundar de euforia a la sociedad mexicana, y las medallas no logradas como en el caso de Juan René Serrano en Londres 2012, despiertan su descontento, cuando no abierta furia. Esa sociedad, hambrienta de triunfos y satisfacciones que muchas veces no puede alcanzar por cuenta propia, abrumba al deportista cuando gana, al grado de desestabilizar su vida cotidiana, y le reprende con reproches cuando pierde. El deporte, como se planteó en el primer capítulo, está en boca de todos.

El negocio del deporte mueve montones de dinero, recompensa al atleta exitoso, al ganador, y se olvida del perdedor. La investigación corrobora que un deportista que ha alcanzado ciertos logros es compensado económicamente y puede vivir con cierta despreocupación después del retiro. Sin embargo, la naturaleza del deporte indica que sólo algunos pueden ser ganadores. El resto no correrá con la misma fortuna, así que su futuro será complicado en lo económico. El boxeador que participó en nuestro estudio vivió una prometedora etapa al comienzo de su carrera; muy pronto vino el declive, antes siquiera de recoger los frutos esperados tras años de esfuerzo, y actualmente se encuentra sobreviviendo como puede, porque no sabe hacer otra cosa que boxear, deprimido y sufriendo continuos ataques de ansiedad.

Cultura y sentido de pertenencia

Lo recabado en el estudio de campo coincide con el soporte teórico aportado por Myers (2011) en el capítulo uno, relacionado con la necesidad de

pertenencia. El ser humano se entusiasma por el grupo al que pertenece. Es capaz de matar por su comunidad y, de hecho, lo hace. La población en general se involucra con sus equipos y atletas no sólo por la belleza misma del deporte y la pasión que genera, sino porque se identifica con ellos como parte de su comunidad. A su regreso de Atenas, Belem Guerrero fue recibida en Ciudad Nezahualcóyotl por miles de personas, que de manera espontánea llenaron la plaza principal en un episodio pocas veces en esa localidad. Adicionalmente, en otro episodio por separado, unos 400 niños de primaria y un centenar más de preescolar de la escuela Rey Nezahualcóyotl, ubicada frente a la casa de los padres de Belem, se apostaron afuera del domicilio para vitorearla al grito de “¡sí se pudo!” tras su regreso de Atenas, según reportó el diario El Universal (Lázaro, 2004). Por fin, Neza tenía algo de lo cual sentirse orgullosa.

Los deportistas profesionales, e incluso los amateurs como los jugadores de futbol americano estudiantil, no se mandan solos. Pertenecen a una comunidad a la que representan -a veces grande, a veces pequeña-, que muchas veces los patrocina financieramente y que casi siempre les exige triunfos. Esos grupos, como menciona Myers en su teoría de la facilitación social, pueden incluir positivamente, pero también pueden tener un efecto adverso. En el futbol americano estudiantil, un abucheo por parte de la porra puede ser una motivación para salir de una mala racha como sucedió con nuestro jugador consultado Félix Buendía, quien en esos momentos difíciles se planteó, junto con el resto de sus compañeros, la necesidad de mejorar su juego y, como cuenta él mismo, cambiar esos abucheos por aplausos.

En cambio, la experiencia de Juan René Serrano fue mucho más complicada, pues se vio expuesto a través de las redes sociales al escarnio del público por no ganar una medalla. El deporte profesional y el amateur, sabemos bien, es infinitamente diferente. Afortunadamente, Juan René, un joven de mucho carácter y con mucha experiencia, superó ese mal momento y continuó adelante con su carrera. En la entrevista, el arquero dio muestra de gran solidez anímica. Es un muchacho lúcido, de gran inteligencia y objetivos muy claros, sin embargo, también es cierto que su carrera ha mostrado un declive desde entonces, de tal

forma que pese a que su preparación es la óptima, según su propia apreciación, no logró clasificar a los Juegos Olímpicos de Río y no es la edad la causa, ya que, como se explicó, el tiro con arco permite gran longevidad a sus practicantes.

Coinciden, de igual manera, los hallazgos de la consulta con la base teórica sobre cómo influye la cultura en la forma en la que afrontamos diversos obstáculos. Citando a Horney, mencionamos que no son factores inherentes a la naturaleza humana los que nos hacen responder de una forma específica a ciertos problemas, sino que esa respuesta puede estar dada por la cultura y las condiciones específicas de vida que reinan en ésta. Así, vemos que en ocasiones los problemas de los deportistas, de acuerdo a la muestra estudiada, lejos de solucionarse, engendraron más problemas. Muy a la mexicana, digamos.

Belem Guerrero se metió en una avalancha de problemas que afectaron su carrera y que casi le cuestan la vida. Ramón Ayala, en el boxeo, tuvo que abandonar la carrera, al menos provisionalmente, y lejos de retomarla cada vez se han ido acentuando más esos conflictos, en particular por el hecho de no contar con un oficio en el que se pueda ocupar laboralmente para costear sus gastos. También en un entorno adverso, dado más por una cultura de discriminación que por la estructura misma del deporte, Marco Osorio abandonó el tenis envuelto en una furia absoluta, cansado de tantos episodios que él juzgaba humillantes, completamente injustos y alejados del trato que debería haber recibido en virtud de su condición de jugador número uno de México.

Psicología del deporte

Los postulados de la psicología del deporte no coinciden del todo con la realidad expuesta por los atletas. Evidentemente, la psicología del deporte hace una labor valiosa atendiendo ciertos aspectos de la preparación del deportista como el control del estrés, focalización de objetivos y concentración, sin embargo, ha descuidado abiertamente la parte clínica.

Ninguno de los autores consultados concedió importancia al área clínica como parte fundamental de la preparación psicológica de un deportista. González

(1997), por ejemplo, asegura que los problemas clínicos son “la excepción y no la regla”, pues los deportistas “son personas sanas y normales”.

Y la discusión no debe ser si los deportistas son “sanos y normales”, sino que precisamente por serlo están expuestos a problemas de la vida cotidiana como una decepción amorosa, como ocurrió con Belem Guerrero, a tropiezos profesionales como los que sufrieron el boxeador Ramón Ayala y el arquero Juan René Serrano y a una amplia serie de vicisitudes como sufrió el tenista Marco Osorio durante toda su carrera.

No hace falta recurrir al ejemplo fatal de Soraya Jiménez para ilustrar el hecho de que el deportista sólo vale como tal, mientras está en activo, y que sufre un total abandono cuando se retira o su carrera entra en decadencia. Comprobamos en este estudio que el deportista experimenta una sensación de incertidumbre ante su retiro y que, una vez que deja el deporte, se ve envuelto en un complejo entramado porque en muchas ocasiones carece de una profesión u oficio diferente al de deportista. Tampoco tiene un fondo de retiro, un seguro de desempleo o bien una pensión que pueda ayudarle a hacer frente a sus necesidades económicas. Belem Guerrero, nuestra entrevistada, fue afortunada al ganar una medalla olímpica que le significó una pensión mensual vitalicia, pero el beisbolista Alfredo Ortiz prácticamente necesitó de la misericordia del empresario Alfredo Harp, quien no tenía ninguno vínculo laboral con él, pero que honorablemente le concedió una pensión vitalicia en reconocimiento a su trayectoria con los Diablos Rojos. El jugador de futbol americano Félix Buendía no tuvo problemas al respecto gracias a su sólida formación universitaria, mientras Marco Osorio tuvo que rehacer su vida para establecer una academia de tenis. Se observa que el deportista debe reinventarse para hacer frente a una vida después del deporte, lo cual, evidentemente, le afecta en el aspecto emocional porque muchas veces carece de los recursos para afrontar las exigencias de las etapas posteriores a su carrera deportiva.

La literatura de psicología del deporte no parece estar muy interesada en analizar temas controversiales en la vida del atleta, en especial tras el retiro, como el riesgo de esterilidad en chicas que practicaron el ciclismo, ni tampoco en lo que

debe de hacer un beisbolista que pasó muchos años alejado del hogar y que por más esfuerzos que hace no alcanza a compensarle a sus hijos la larga ausencia.

Factores

Familiar.-

La literatura considera a la familia como uno de los factores que conforman el ambiente de una persona y que representan una gran influencia en el entorno del deportista.

En efecto, el estudio corroboró que el núcleo familiar, conformado tanto por padres como por hermanos, constituye una base fundamental en el desarrollo de una carrera deportiva, muy en específico cuando ésta se encuentra en formación. Independientemente de sus características particulares, las familias de los atletas consultados fueron clave en la formación y evolución de uno de sus integrantes como deportista. Resulta altamente significativo que no sólo las familias cohesionadas logran producir deportistas profesionales, sino que también las que carecen de cierta unión y armonía pueden lograrlo. El boxeador consultado es un ejemplo de ello. En tanto su padre se planteó el objetivo de introducirlo en el deporte y ser su propio entrenador, Ramón logró convertirse en boxeador profesional.

Los casos más especiales son, sin duda, los que terminan en un final feliz, en especial si se trata de una victoria olímpica, en la que puede apreciarse, por lo relatado por nuestra entrevistada Belem Guerrero, que el mérito de una medalla no sólo corresponde al atleta, sino al esfuerzo de muchos años de toda una vida.

También son importantes el factor familiar elementos como la pareja sentimental y las amistades. González, uno de los autores consultados, afirma que la pareja puede ser fuente de apoyo o de conflicto en la carrera de un deportista. Apreciamos relaciones afectivas estables en la vida de deportistas como Juan René Serrano y Félix Buendía, y encontramos un caso muy particular, el de Belem Guerrero, que ya se ha resaltado en páginas anteriores, cuyo efecto fue altamente negativo en un torneo para el que era clara favorita. Para Belem, enterarse de la

infidelidad de su pareja fue un evento traumático que incidió negativamente en su rendimiento en unos Juegos Centroamericanos.

Como ocurre en la vida cotidiana de cualquier persona, el amor tiene el poder de construir. En cambio, el desamor tiene el poder de destruir y sus efectos pueden ser devastadores.

Económico.-

El aspecto económico también forma parte de ese entorno que, como señala la literatura, juega un papel primordial en la vida de un deportista. La economía es, de hecho, una preocupación fundamental de cualquier ser humano y su efecto en el estado psicológico de las personas es indiscutible. Prácticamente no hubo familia entre los consultados, exceptuando al jugador de fútbol americano, que no tuviera en la economía una preocupación recurrente.

La historia cotidiana de las familias de los deportistas fue librar una batalla contra la falta de recursos. Si para muchas familias mexicanas cubrir su propia manutención es una lucha diaria, la situación se complica si deben costear los gastos de uno de sus integrantes que se dedica al deporte. Un deportista en formación requiere equipamiento, viajes, transportación, alimentación, médicos y entrenadores, entre otros rubros, y casi siempre esos recursos son cubiertos por sus familias.

Según observamos en la investigación, una vez que el sujeto ya se ha consolidado en su deporte, puede generar los recursos que necesita para su manutención y los apuros económicos familiares relativamente quedan atrás. Es la etapa más estable económicamente hablando. Sin embargo, una vez que concluye su carrera, las preocupaciones regresan, porque el atleta se enfrenta a una vida que desconoce, por primera vez en muchos años deja de ser deportista, y en ocasiones afronta esta nueva etapa en su vida sin una preparación académica o el dominio de un oficio que pueda abrirle paso en el mundo laboral.

Las limitantes económicas pueden afectar seriamente al deportista durante toda su carrera. La experiencia del tenista Marco Osorio es altamente ilustrativa. Fueron años de limitaciones, por no decir penurias, viviendo con lo mínimo, y a

veces menos. Los viajes para jugar torneos se convirtieron en verdaderas hazañas. Difícilmente podría uno imaginar que un deportista profesional, que se supone lleva una vida privilegiada, no tiene para cenar y debe conformarse con una barra supuestamente energética para mitigar el hambre después de una jornada altamente agotadora.

Social.-

El factor social también afecta directamente en la carrera de un atleta y, por tanto, en su estado psicológico. Para su discusión y análisis, este rubro puede dividirse en dos partes: la infraestructura deportiva y la comunidad.

La información recabada permite establecer que la limitada infraestructura del deporte mexicano no afecta tanto al deportista. Al menos no es un obstáculo que, con el debido apoyo como ocurrió como Belem o con el carácter infranqueable del beisbolista Alfredo Ortiz, no pueda superarse. Así, se puede inferir que el deportista es tal porque ya se adaptó a esa infraestructura deficiente, por lo cual los más afectados deben ser los millones de mexicanos que, a falta de instalaciones, no pueden practicar un deporte, mucho menos dedicarse a él a niveles competitivos y, ulteriormente, incursionar en el profesionalismo.

Tomando lo social como la comunidad conformada por sujetos, destacan ahí los aficionados y medios de comunicación. Sobre los aficionados, González decía contundentemente que “los éxitos del equipo son éxitos para ellos, pero no lo fracasos”. Y sobre los medios, con una injerencia enorme en el deporte profesional, apuntaba que “es conocida su influencia positiva o negativa en el rendimiento de los deportistas y de los equipos”.

En ese punto no parece haber debate que contradiga a la teoría. Por el contrario, existe un sinfín de evidencias que la corrobora. Los casos de mayor realce entre los sujetos estudiados fueron los de la ciclista Belem Guerrero y el arquero Juan René Serrano. En su condición de atletas olímpicos de alto rendimiento, ambos pasaron por etapas en la que fueron el foco de atención de aficionados y medios de comunicación por la posibilidad de ganar medalla y eso se reflejó en la atención que generaron. Su destino, en cuanto a resultados, tomó

caminos distintos, sin embargo, en ambos causó ciertos estragos. Ya se sabe la historia: Belem fue medallista en Atenas y eso generó un tsunami mediático a su alrededor. Curiosamente, la ciclista reveló en la investigación que el trato con los medios de comunicación simplemente no era lo suyo. Tuvo que requerir del adiestramiento por parte de su entrenador para mejorar su relación con los medios. No obstante, la atención que acaparó con su triunfo tanto de medios como de aficionados terminó por causar un severo desajuste en su carrera, lo cual, combinado con otros factores, ya no pudo solucionar. A su vez, Serrano también tuvo que enfrentar al público y a la prensa, pero por el motivo contrario: por no obtener una medalla. La personalidad del arquero ayudó a solventar ese difícil momento y seguir adelante con su carrera.

Otro episodio que corrobora la importancia de medios de comunicación y aficionados lo vivió el beisbolista Alfredo Ortiz, quien pese a fraguar una trayectoria llena de triunfos, en algún momento tuvo que enfrentarse con un periodista y amenazarlo físicamente por críticas constantes que se convirtieron en francas agresiones personales. El incidente no pasó a mayores, pero sí es una muestra del gran poder que detenta la prensa en el mundo del deporte.

Académico.-

Parte importante de un medio alentador que aumenta las posibilidades de triunfo de un deportista lo conforma también la posibilidad de ir a la escuela, lo cual incide directamente en el desarrollo de la personalidad de un deportista, sostenía Lawther (1978) en el marco teórico.

Los hallazgos del estudio confirman ese planteamiento, sin embargo, el caso mexicano es muy peculiar. La gran mayoría de la literatura en psicología del deporte proviene de países desarrollados o, en su defecto, de Sudamérica donde existen países como Brasil y Argentina cuyo deporte profesional está a la altura de los mejores del mundo. En Europa y Estados Unidos la mayoría de los atletas tiene la posibilidad de continuar con sus estudios, mientras en Sudamérica la cultura deportiva hace que muchos de sus deportistas no tengan siquiera la

aspiración o necesidad de estudiar. En México no ocurre ni lo uno ni lo otro. Su caso es muy peculiar.

La investigación señala que un deportista exitoso en México no requiere por fuerza tener estudios, sin embargo, los consultados, de acuerdo a su experiencia, tuvieron puntos de vista muy similares respecto a la importancia de cursar una carrera universitaria. Ninguno, ni el más exitoso, se abstuvo de resaltar la importancia de estudiar. Destaca la postura del tenista Marco Osorio, quien afirma que recomienda a sus alumnos tenistas terminar los estudios académicos y después dedicarse profesionalmente al tenis, porque eso los ayudará a ser personas más maduras. Y madurar en lo personal también los hace mejores tenistas, asegura. Juan Rene Serrano opina de una manera muy similar, y predicando con el ejemplo, terminó una carrera universitaria muy a pesar de que los procesos de preparación para torneos importantes son absorbentes y no dejan tiempo para otra cosa que no sea entrenar.

Belem Guerrero, una vez retirada del ciclismo, se ha colocado laboralmente en puestos ligados al deporte, sin embargo, admite que se siente limitada para desempeñar un trabajo ahora que ya no está arriba de la bicicleta.

Quizá el caso más elocuente sea el de Félix Buendía, jugador futbol americano, quien es profesor de la Facultad de Contaduría y se mantiene dentro del deporte como dirigente en el área de actividades deportivas. No se puede decir que tiene la vida resuelta, y no se debe olvidar que se desarrolló principalmente el área amateur, pero es notorio que su vida no pasó por ningún cisma en particular. Ser estudiante, más aún cuando llegó a la Facultad, no sólo le ayudó a ser un mejor atleta, sino que se combinó con su actividad en el deporte para conformar un individuo multidimensional e integral, que cuenta con grandes recursos para afrontar y disfrutar de la vida, de sus retos y obligaciones.

En México, pues, apenas se camina hacia una comprensión de la importancia de los estudios, aún lejos, por supuesto, de países desarrollados, pero ya se empieza a entender su trascendencia porque el deporte no alcanza para todos, no existe una industria como en Sudamérica. En México existe una liga profesional de futbol, otras de beisbol, algo de basquetbol y automovilismo, pero

prácticamente es todo. Los demás deportes están muy desorganizados, apenas sobreviven en medio de la corrupción y la incapacidad de sus directivos, y si un deportista quiere tener trabajo debe estar bien preparado académicamente. Los más afortunados terminan en la política, aunque casi todos con pésimos resultados.

Salud física.-

El cuerpo es la principal herramienta de un deportista, su principal activo. Si la salud física no es la óptima, simplemente no hay nada que hacer. Las lesiones no sólo sacan al deportista de una competencia, sino que son grandes generadoras de psicopatologías.

Recurrimos a Palmi (sin año) para subrayar que “la lesión deportiva resulta una fuente de tensión, dolor, dudas y sufrimiento para el deportista”. Un atleta que se lesiona puede pasar, a decir del autor, por situaciones de alto estrés y sintomatología depresiva que orillan al sujeto a dejar el deporte.

Entre los casos estudiados, los de Belem Guerrero y Alfredo Ortiz resultaron los más útiles para respaldar estos planteamientos. Las lesiones, a causa de dos caídas sumamente violentas y dolorosas, fueron el detonante que, combinado con factores ya explicados, precipitaron el retiro de Belem de las pistas, pese a que después de Atenas 2004 todo apuntaba a que le quedaban muchos años de vigencia en lo más alto del ciclismo mundial. Lamentablemente no fue así y tuvo que bajarse de la bicicleta.

El otro caso altamente significativo fue el del beisbolista consultado, quien desde el principio de su carrera padeció lesiones graves hasta que finalmente también tuvo que retirarse a causa de un impresionante y, por supuesto, doloroso pelotazo. Todas esas lastimaduras que sufrió el “Zurdo” Ortiz no alcanzaron a opacar su brillante carrera, ya se ha dicho que no existe otro lanzador zurdo más importante que él en toda la historia de la Liga Mexicana, pero sí le significaron serios inconvenientes porque estando lesionado no podía jugar, y si no jugaba no ganaba dinero, y si no ganaba dinero no tenía para mantener a su familia. Aun siendo un jugador estrella, necesitó del apoyo de un mentor, como él mismo

relataba, para hacer frente a esos tiempos aciagos que suponía la aparición de lesiones.

En este punto podemos detectar esa combinación de factores que inciden en el estado psicológico del deportista. En efecto, un atleta puede pasar por una lesión de gravedad, pero si cuenta con el respaldo del factor económico e incluso del académico, esa lesión no será más que una mera anécdota en su trayectoria. En ciertos ámbitos, el deportista no sabe más que jugar baraja, meterse al Facebook y ponerse los audífonos para entretenerse, y si tiene apuraciones económicas esa lesión cobrará una importancia aún mayor. Pero si el deportista está acostumbrado a actividades intelectualmente más estimulantes que jugar “candy crush” y, además, el factor económico no es una apuración fundamental, el receso por lesión podría no ser un periodo vacacional, pero al menos tampoco una tragedia en su carrera deportiva.

La investigación también alcanzó a revelar que las mujeres como atletas permanentemente están atentas a un eventual embarazo. El deporte profesional es una profesión muy celosa que no permite que las mujeres se embaracen, porque siempre hay una competencia próxima. Hay casos documentados, desde luego, de embarazos en el mundo del deporte, sin embargo podríamos considerarlos mínimos. En México, la clavadista Tatiana Ortiz, medalla de bronce en los Juegos de Beijing, se embarazó casi regresando de esa Olimpiada producto de la relación que tenía en ese momento con el boxeador Carlos Cuadras. Desafortunadamente el bebé falleció antes de nacer. El ultrasonido mostró falta de crecimiento del feto. Curiosamente, Tatiana se apresuró a emitir un comunicado de prensa en el que informó que “no fue culpa de ninguna actividad que usualmente realizo y que tampoco fue culpa de nadie” (Terra.com, 2009). No es que el embarazo sea tabú en el mundo del deporte. Lo que ocurre es que la carrera de una atleta es muy corta y no hay tiempo de embarazarse y menos para tomarse algunos meses para cuidar a un bebé.

En la investigación, se comprobó que Belem Guerrero no ha logrado convertirse en madre, aunque ése es su deseo, a causa, según ella misma explica, de la actividad intensa como ciclista. No se sabe qué ocurrió a ciencia

cierta con Tatiana Ortiz, pero sí sabemos lo que ha ocurrido con Belem. El deporte de alto rendimiento, como ya se ha mencionado, no es del todo sano para una persona. Las repercusiones en el organismo humano son muchas y las facturas que hay que pagar son muy altas. El caso de Soraya Jiménez siempre es altamente ilustrativo.

La discusión en este rubro, no obstante, no debe detenerse ahí. En el marco teórico se exponía que la NFL ha pagado cientos de millones de dólares a familias de jugadores por las repercusiones de tantos años de intenso golpeo. En el boxeo nadie le paga nada a nadie. En la muestra investigada, quizás la repercusión física más grave es la de Belem Guerrero por sus problemas para quedar embarazada. Ninguno presenta algún daño considerable que los imposibilite para realizar su vida con normalidad. Sin embargo, eso no impide reconocer que los efectos por la práctica de ciertos deportes pueden ser brutales y que los casos son múltiples, no sólo manifestados a través de una dolencia física en específico, sino a través, por ejemplo, de una adicción.

El análisis del factor físico, pues, no se agota aquí de ninguna manera. La discusión en este trabajo se limita a seis casos específicos, y a lo poco o mucho que es del dominio público, pero hay muchísimo más allá afuera que aún espera a ser descubierto.

Deportivo.-

No hubo caso alguno entre los consultados en los que el deporte careciera de una alta exigencia, la cual se renueva permanentemente en forma sistemática. El deporte es una industria con las características explicadas en el primer capítulo y los atletas son su fuerza laboral. Aunque la meta siempre es el triunfo, cada deporte, no obstante, tiene su propia exigencia y sus propios riesgos. El boxeador se juega la vida en cada pelea, el ciclista se somete a extenuantes pruebas físicas durante muchos años en la bicicleta, el tenista puede verse solo contra el mundo, sin un peso en la bolsa, desafiando un entorno engreído y discriminador, y el beisbolista, en especial el de antaño, se planteaba la meta de consagrarse en el deporte para escapar de un mundo lleno de carencias. En contraparte, el deporte

amateur puede ser un ámbito enormemente estimulante donde a un joven se le permite desarrollarse físicamente, enriquecer su personalidad alimentando la disciplina y el trabajo en equipo, al tiempo que avanza en su formación académica.

Pero cuando el deporte es un trabajo, sus obreros tienen que poner la vida en ello porque siempre hay alguien más que espera ocupar su puesto. El deporte, y más aún el deporte profesional, no tiene sentido sin sueños, el sueño de ser el mejor, pero para llegar hasta ese punto final hay que superar una serie de exigencias que no cualquiera puede sortear. Y cuando logran ese objetivo, hay que empezar de nuevo, porque el negocio no termina. No sería ese jugoso negocio si se detuviera ahí. Siempre está en busca de campeones, y cuando un atleta ya no puede serlo, siempre hay otro que ocupe su lugar.

Marco Osorio se retiró harto de las triquiñuelas de la Federación Mexicana de Tenis y el pésimo trato de la rancia alcurnia que domina este deporte en México, y nadie lo extrañó cuando se fue. Nadie fue a disculparse por las humillaciones de toda una vida. Nadie fue a pedirle que regresara. Fiel a su personalidad combativa, fue haciéndose una nueva vida, afortunadamente exitosa, y hábilmente colocándose en otra posición en la industria del deporte.

Tampoco nadie ha extrañado a Ramón Ayala, cuya vida expuesta cotidianamente al golpeo intenso del boxeo parece que no le ha redituado gran cosa. Por supuesto, a nadie le importa si no tiene para pagar la renta o para comer. En suma, a muy pocos les importa lo que ocurra con la vida de los deportistas de nuestra muestra ni la de todos los demás, salvo que eso que les ocurra sea un escándalo que termine en la portada de alguna revista de chismes. El atleta puede dar su vida como obrero de la industria deportiva profesional y puede obtener muy poco a cambio.

Estado psicológico.-

Existen muchos hechos en la cotidianidad que hablan de un estado psicológico del atleta que denota claras patologías, pero poco o nada de interés, de acuerdo a lo vertido por la literatura, en atenderlas. Hay numerosos casos que

hablan sobre cuán vulnerable puede ser un deportista en lo psicológico, pero no se aprecia interés de la psicología del deporte en que sean atendidos.

En la muestra se observó que el deportista profesional puede sufrir afecciones psicológicas producidas tanto por sucesos de su vida personal como de su carrera deportiva, sin embargo, aun los deportistas que contaron con psicólogos del deporte como Belem Guerrero, en ningún momento contaron con el apoyo de un psicólogo clínico.

El estado psicológico de los deportistas consultados llegó a sufrir altibajos e incluso momentos de crisis. Si bien no se dio entre ellos algún caso de escándalo como los documentados en el marco teórico, no fueron inmunes a los efectos de la vida cotidiana y a las exigencias de su profesión. En todo caso, esos episodios de crisis en la vida anímica se vivieron en silencio.

Por otro lado, de ninguna manera se observa en los consultados un aparato psíquico blindado que los proteja contra cualquier eventualidad que ponga en riesgo su estabilidad anímica. De ninguna manera. Durante las entrevistas, todas ellas realizadas en persona y con duración de más de una hora, es decir, con tiempo suficiente para analizar sus reacciones, escuchar sus testimonios, palpar sus emociones e incluso para conocerlos brevemente en ese pequeño y finito espacio en el que se desarrolló la charla, tuve la impresión de estar tratando con superdotados, con seres humanos especiales a los que no les duele la mente y el alma, que de alguna manera pudieran sostener esa regla de la que habla la literatura, de que sólo ciertas excepciones requieren apoyo clínico.

Observé jóvenes con sueños e ilusiones, pero también con temores e incertidumbre. Ninguno reprochándose por su decisión de haberse convertido en atletas de tiempo completo e incursionar en el maravilloso y apasionante mundo del deporte profesional, pero, al mismo tiempo, bien conscientes de su vulnerabilidad, tanto en lo laboral como en lo psicológico. Algunos de ellos incluso clamando por ayuda.

Sólo vi a personas comunes y corrientes que tienen una habilidad especial, justamente la que los ha convertido en profesionales. Pero no hubo ningún

superhombre como a los medios de comunicación, aun las publicaciones científicas, les gusta describir a los ídolos deportivos.

Ésta es la parte más controvertida. La realidad documentada señala que un deportista sufre como cualquiera, la psicología del deporte sostiene que no se necesita el apoyo clínico o bien lo soslaya abiertamente, y los deportistas consultados defienden su condición de personas vulnerables. Todos dejaron en claro, a manera de declaración de principios, que son personas antes que deportistas.

Conclusiones

Todo estudiante que se acerca a la conclusión de su trabajo de tesis, que ya ve próximo el desenlace, la luz al final del camino, suele presumir que ya está cerca de consumir la hazaña. Le encanta cacarear el huevo. Yo no fui la excepción y en esta etapa de satisfacción narcisista, me encontré con mucha gente que me compartió más casos que se agregan a los que documentamos a lo largo de este trabajo, desde el boxeador claramente favorito que perdió por nocaut exprés porque un día antes su esposa lo abandonó, hasta el beisbolista que después de una lesión estuvo varias semanas recluido en la absoluta obscuridad de su departamento, completamente solo. Tampoco cesaron los escándalos de reconocida exfigura del futbol inglés que no deja de aparecer en público en estado de ebriedad y los de jóvenes jugadores en eternos conflictos románticos.

Hace unos días, por cierto, poco antes de concluir este trabajo, por fin tuve noticias de Goyo, el boxeador del que se habla en el tercer capítulo, y me dijo con tono melancólico: “Sí, definitivamente la psicología fue algo que me hizo mucha falta y me hubiera ayudado mucho”. Lamentablemente ya es demasiado tarde.

No tiene caso plantear un enfrentamiento con la psicología del deporte, que soslaya la importancia de la clínica como parte de la preparación del deportista, porque hace lo que puede y, en particular en México, aún está en pañales. Hay, cierto, grandes exponentes en esa área en las últimas décadas, pero en general su labor es incipiente y las condiciones en las que ejerce seguramente no son las óptimas.

Pero tampoco tiene caso seguir ocultando lo evidente, que los atletas son personas normales que tienen problemas como cualquier individuo. Eso significa que viven y sufren los embates de la vida cotidiana y la de sus carreras mismas; que pueden sentirse felices, pero también tristes o francamente deprimidos; que la vida les puede sonreír pero que también les puede poner una mala cara. Con un deportista pasa lo mismo que con cualquier persona, con un doctor, un obrero, un ama de casa, un rector de universidad, un taquero, un profesor universitario. La vida anímica de un atleta no es ninguna excepción.

Existe una tendencia a imaginar al deportista como un superhéroe, un superdotado que todo lo puede. No en balde, tanto en Occidente como en Oriente, se ha usado al atleta profesional como estandarte de lo avanzada que es una nación. Lo han hecho Rusia, Estados Unidos, Alemania, China, Cuba, Brasil e incluso México. Lo hicieron capitalistas y comunistas, pobres y ricos, tiranos y demócratas. Lo han hecho todos, sin duda. Pensamos que a esos grandes héroes no les duele nada ni les falta nada. No tendrían por qué envidiar nada al Capitán América. Y si acaso fallan en lugar de una palmadita en la espalda, un psicólogo o por lo menos un sacerdote a su regreso a casa, les puede esperar la muerte como ocurrió con el futbolista colombiano Andrés Escobar tras el fracaso de su selección en el Mundial de Estados Unidos 94.

Hemos creado toda una mitología alrededor de los grandes héroes deportivos. El ser humano siempre ha tenido la necesidad de creer en dioses y ante tanta desesperanza en el mundo actual, tipos como Cristiano Ronaldo son una especie de deidades modernas. Los creemos especiales e incapaces de sufrir porque los deja su esposa, porque los engaña su novio o novia, porque se les muere un familiar, tienen dudas o crisis existenciales, porque su hijo está enfermo o les atormentan ciertos recuerdos de su niñez. O simplemente porque sienten miedo, tensión exacerbada antes de una competencia como cualquier simple mortal.

Nos imaginamos al deportista como el superhéroe que puede conectar tantos jonrones como se los pida un niño con cáncer terminal y que puede anotar

tres goles la misma noche que su padre muere de un infarto. El deportista está para dar consuelo, no para recibirlo.

En su número previo a los Juegos Olímpicos de Río, Scientific American Mind (Nuwer, 2016) publicó un reportaje titulado “La construcción de un deportista olímpico”. El subtítulo lo decía todo: “Lo que separa física y psicológicamente a los mejores atletas del mundo del resto de nosotros”, con una foto del corredor Usain Bolt en una pose que envidiaría Supermán. Días después, Bolt lo volvió a ganar todo en las pruebas de velocidad como es su costumbre. Horas más tarde, tras concluir su participación en los Juegos, se publicaron fotos en las redes sociales en las que aparecía de parranda con una brasileña con la que había acabado en la cama. La muchacha ni siquiera era una de esas bellezas monumentales como se podría suponer. Se supo que Bolt se fue a festejar desenfrenadamente con la misma velocidad con que recorre los 100 metros planos. El escándalo le hizo perder a su prometida, una novia de muchos años quien no dudó a mandarlo al diablo con todo y sus docenas de títulos olímpicos y mundiales. Scientific American no publicó ningún artículo titulado “Lo que hace a Usain Bolt igualito a todos nosotros”, pero en diciembre de 2016 el jamaicano confesaba a El País Semanal (Corcuera, 2016): “Estoy cansado. Ya lo he conseguido todo”. Y cuando un atleta está cansado simplemente deja de ser el dios que la industria necesita.

La psicología deportiva se ha acoplado muy a sus anchas en ese ridículo estereotipo todopoderoso y triunfador del deportista. Y para empezar no todos los deportistas son triunfadores. A la luz de esta investigación, podemos pensar que es gente aún más agobiada, porque su vida es pública, sus resultados son públicos, y sus éxitos y sus fracasos son públicos. Todo lo que hacen es público.

Por eso parece muy pertinente hacer este llamado de atención, este reclamo, para desmitificar la imagen de superhéroe del deportista y poner la psicología clínica al servicio de su desarrollo. La psicología del deporte podría ser más sensible respecto a este tema y reconocer su importancia. Incluso inculcarla. ¿Dónde estaba el psicólogo deportivo, por ejemplo, cuando Belem Guerrero sufría por un desengaño amoroso?

A partir de ahí podremos formar deportistas más completos emocionalmente y más conscientes de su condición de seres humanos. Más conscientes de que lo que están haciendo es sólo un trabajo. No los queremos ver matando a sus novias, suicidándose, cayendo en adicciones sin escapatoria y metiéndose en líos de todo tipo. Debemos transitar hacia la comprensión de que la psicología clínica puede ayudar al deportista, no sólo porque, entendemos, en el deporte no cuenta otra cosa que no sea ganar y eso pesa enormidades, sino porque las patologías que enfrenta bien pueden considerarse un problema de salud pública.

A final de cuentas, tampoco es que la psicología clínica necesite permiso de nadie para eso.

Bibliografía:

- Bakker F.C., Whiting H.T.A, Van der Brug H. (1993). *Psicología del Deporte. Conceptos y aplicaciones*. Ediciones Morata. Madrid.
- Bleichmar, H. (2013). *Avances en psicoterapia psicoanalítica*. Colección Psicología, Psiquiatría, Psicoterapia. Paidós. Buenos Aires.
- Carlin, J. (2011). *Rafa, mi historia*. Editorial Urano. Madrid.
- Carlson, N. R. (2006). *Fisiología de la conducta*. Pearson Addison Wesley. España.
- Ferrés Rial, C. (2006). "El aspecto invisible del tenis. Una mirada a los procesos psicológicos de la actividad", en *Alto rendimiento. Psicología y Deporte*. Roffé, Marcelo y Ucha, Francisco (compiladores). Lugar Editorial. Argentina.
- Freud, S. (2002a). *Psicología de las masas y el análisis del yo*. 1920-1921. Biblioteca de grandes pensadores. Barcelona.
- Freud, S. (2002b) *Duelo y melancolía*. 1915-1917. Biblioteca de grandes pensadores. Barcelona,
- Freud, S. (2002c) *El malestar en la cultura*. 1929-1930. Biblioteca de grandes pensadores. Barcelona.
- Galeano, E. (2005). *El fútbol a sol y sombra*. Siglo XXI Editores. México.
- Gervilla, E. (2004). *Valores del cuerpo educando*. Barcelona, Herder, 2000. En Ruiz Llamas, Guillermo y Cabrera Suárez, Dolores. "Los valores en el deporte". *Revista de Educación*. Número 335.
- González, L. (1997). *Psicología del deporte*. Biblioteca Nueva. Madrid.
- Historia Universal. (2005). Tomo IV. Salvat Editores. Lima, Perú.
- Horney, K. (1981). *La personalidad neurótica de nuestro tiempo*. Paidós Ibérica. Madrid,
- Howitt, D. (2013). *Introduction to qualitative methods in psychology*. Pearson.
- Klein, M. (1988). *Envidia y gratitud*. Paidós Ibérica. Barcelona.
- Lawther, John D. (1978). *Psicología del deporte y del deportista*. Editorial Paidós. Buenos Aires.
- Martínez, J. (2011, julio-diciembre). "Métodos en investigación cualitativa", en *Silogismo más que Conceptos. Silogismos de Investigación*.

Myers, D. (2011). *Psicología*. Editorial Médica Panamericana. 4ª edición.

Myers, D. (2000). *Psicología social*.

Piña, C. (1988, abril-junio). "Historias de vida y ciencias sociales", en Revista Mexicana de Ciencias Políticas y Sociales. No. 132.

Palmi Guerrero, J. (sin año) "Componente psicológicos de las lesiones deportivas", en Cruz Feliu, Jaume (editor). *Psicología del deporte*. Editorial Síntesis. Madrid.

Rivero Herraiz, A. (2011, abril). "José Ortega y Gasset: el deporte como metáfora". *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*. Volumen VII, Año VII. www.ricyde.org

Valdano, Jorge. (2013). *Los 11 poderes del líder. El fútbol como escuela de vida*. Cunecta. Madrid.

Hemerografía digital:

Agencias. (2017). "Hernandez dejó cartas a su hija, novia y novio". Jornada.unam.mx.
<http://www.jornada.unam.mx/2017/04/22/deportes/a15n5dep>

Almasy, S. (2015) "Hospitalizan a Lamar Odom tras ser hallado inconsciente en un burdel de Las Vegas". Cnnespanol.com.
<http://cnnespanol.cnn.com/2015/10/13/hospitalizan-en-nevada-a-la-exestrella-de-la-nba-lamar-odom/>

AP. (2015). "NFL pagará demanda millonaria a jugadores enfermos". Nbcdeportes.com.
www.nbcdeportes.com/nfl/nfl-pagara-millonaria-demanda-jugadores-enfermos

AP. (2017). "Aaron Hernández, exjugador de Patriotas, se suicida". Eluniversal.com.mx.
<http://www.eluniversal.com.mx/articulo/deportes/futbol-americano/2017/04/19/aaron-hernandez-ex-jugador-de-patriotas-se-suicida>

Badenhausen, K. (2015). "Los atletas mejor pagados de 2015". Forbes.com.
www.forbes.com.mx/los-atletas-mejor-pagados-de-2015/

Barrón, C. (2015). "Se fue el gran psicólogo; fallece Octavio Rivas". Excelsior.com.mx.

<http://www.excelsior.com.mx/adrenalina/2015/12/10/1062681>

BBC Salud. (2012). "Otra muerte alimenta la controversia por los riesgos del futbol americano". Bbc.com.

www.bbc.com/mundo/noticias/2012/05/120503_lesiones_cabeza_futbol_american_o_men.shtml

Carrillo, O. (2013). "¿Vudú al Tri?: El infierno de Haití".

<http://omarcarrilloh.blogspot.mx/2013/12/vudu-al-tri-el-infierno-de-haiti.html?view=flipcard>

Corbella, E. (2008). "Convierten en ópera rock la historia entre Tonya Harding y Nancy Kerrigan". Marca.com.

http://archivo.marca.com/edicion/marca/otros_deportes/patinaje/es/desarrollo/1100306.html

Corcuera, A. (2016). "Usain Bolt, misión cumplida". El País Semanal. 11 de diciembre de 2016.

Deportes.unam.mx. (sin año). "Asesoría para mejorar del rendimiento".

www.deportes.unam.mx/psicologia/asesoria.php

Diariopopular.com.ar. (2010). "Un rating Mundial para la gran final".

www.diariopopular.com.ar/notas/18252-un-rating-mundial-la-gran-final

EFE. (2015). "Mascherano: 'Yo sufro jugando al futbol'". Marca.com.

www.marca.com/2015/10/08/futbol/equipos/barcelona/1444295502.html?cid=SMBOSO34503&s_kw=facebookCM&t=518394555

Espinoza, V. (2011). "Un escándalo que rueda y rueda...". Proceso.com.mx.

www.proceso.com.mx/?p=290451

Espn.com.mx. (2015). "Definición por penales del Pumas-Tigres acaparó la tv en México".

http://espndeportes.espn.go.com/futbol/mexico/nota/_/id/2552789/definicion-por-penales-del-pumas-tigres-acaparo-la-tv-en-mexico

Granados, Omar (2014). "Miguel Herrera, ¿la figura del Mundial?". Animalpolitico.com.

<http://www.animalpolitico.com/2014/06/miguel-herrera-la-figura-del-mundial/>

Lanacion.com. (2015). "La confesión de Matías Almeyda: 'Creo que la depresión la tuve siempre'".

www.canchallena.lanacion.com.ar/1600233-la-confesion-de-matias-almeyda-creo-que-la-depresion-la-tuve-siempre

Lázaro, J. (2004). "Festean en Neza triunfo de Belem". Eluniversal.com.mx.

<http://archivo.eluniversal.com.mx/notas/241495.html>

Mas, F. (2006) "Tenía un miedo terrible, pensaba que me iba a morir". El mundo.es.

www.elmundo.es/suplementos/magazine/2006/377/1165946099.html

Multimedios.com. (2013) "El futbol no me dejó nada: Gato Ortiz".

www.multimedios.com/historico/futbol-no-me-dejo-gato.html

Mercado.com.ar. (2013). "El deporte está entre los 10 principales negocios del mundo".

<http://www.mercado.com.ar/notas/para-entender/8013198/el-deporte-est-entre-los-10-principales-negocios-del-mundo>

Nicholson, C. (2011). "More football players found to suffer from degenerative disease". Scientificamerican.com.

www.scientificamerican.com/podcast/episode/more-football-players-found-to-suff-11-08-07/

Nicholson, C. (2012). "More than one blow for a concussion in football". Scientificamerican.com.

www.scientificamerican.com/podcast/episode/more-than-one-blow-for-a-concussion-12-02-04/

Nuwer, R. (2016). "The making of an olympian". Scientific American Mind. Julio, 2016.

Patten, D. (2015). "Touchdown! NBC's Super Bowl Scores Record-Smashing Viewership". Deadline.com.

www.deadline.com/2015/02/super-bowl-ratings-patriots-seahawks-2015-superbowl-xlix-1201364688/

Pereira, B. (2013). "A Soraya Jiménez, México la abandonó". Proceso.com.mx.

<http://www.proceso.com.mx/340337/a-soraya-jimenez-mexico-la-abandono>

Peter, J. (2015). "Ex-NFL running back Lawrence Phillips periodically sends letters to Tom Osborne from prison". Usatoday.com.

<http://ftw.usatoday.com/2015/06/lawrence-phillips-tom-osborne>

Quesada, Juan Diego. (2014). "Herrera, el antihéroe que lleva en volandas a México". Elpais.com.

http://deportes.elpais.com/deportes/2014/06/24/mundial_futbol/1403635784_269041.html

Quixano, J. (2015) "El United firma ante el Chelsea un empate que huele a condena". Elpais.com.

www.deportes.elpais.com/deportes/2015/12/28/actualidad/1451331335_089816.html

Radioformula.com (2013). "Miguel Layún acudió con psicóloga deportiva para superar críticas".

<http://www.radioformula.com.mx/notasimp.asp?Idn=357815#sthash.rGDBOsT7.dpuf>

Reuters. (2015). "Andre Agassi y su odio por el tenis: Era el N°1 más infeliz del mundo, prefería ser el 141". Lanacion.com.ar.

<http://canchallena.lanacion.com.ar/1839001-andre-agassi-y-su-odio-por-el-tenis-era-el-n1-mas-infeliz-del-mundo-preferia-ser-el-141>

Schrovk, K. (2016). "Six things you should know about concussions". Scientific American Mind. Enero-Febrero.

Sdpnoticias.com. (2014). "Top 100 de asistencia de estadio: Dortmund lidera el mundo".

<https://www.sdpnoticias.com/deportes/2014/12/19/top-100-de-asistencia-de-estadios-dortmund-lidera-el-mundo-america-y-tigres-los-mejores-nacionales>

Terán, J. M. (2013). "América-Cruz Azul, la final más vista de la historia". Mediotiempo.com.

www.mediotiempo.com/futbol/mexico/noticias/2013/05/27/america-cruz-azul-la-final-mas-vista-de-la-historia

Terra.com (2009). "Tatiana Ortiz pierde a su bebé".

<https://deportes.terra.com.mx/otros-deportes/tatiana-ortiz-pierde-su-bebe,ed180417e16af310VgnCLD200000bbcceb0aRCRD.html>

Univision.com (2015). “José Reyes arrestado en Hawaii por violencia doméstica”.

www.univision.com/noticias/detenciones-y-arrestos/jose-reyes-arrestado-en-hawaii-por-violencia-domestica

Villanueva, R. (2013). “Fallece de un ataque al corazón la medallista Soraya Jiménez”. Jornada.unam.mx.

<http://www.jornada.unam.mx/2013/03/29/deportes/a13n1dep>

Villarreal, L. (2014). “Los eventos deportivos con más audiencia”. Tiemporeal.mx.

www.tiemporeal.mx/nota/37235/

Anexo
Entrevista a los deportistas de la muestra
Transcripción
(Se muestran en orden alfabético)

Nombre: Juan Ramón Ayala Rodríguez		Sexo: M	Fecha de nacimiento (edad): 12 enero 1989
Deporte: Boxeo	Fecha de inicio en el deporte: Mayo 1994	Tiempo de practicarlo (fecha de retiro): En activo	
Familia: Padres y dos hermanas. Otra hermana se suicidó en 2010, a los 25 años de edad.		Estado civil: Unión libre. Una hija de seis años de una relación previa.	
Escolaridad: Preparatoria		Ocupación (adicional al deporte): Comerciante	
Ciudad de origen: Cuernavaca, Morelos		Fecha de aplicación: 12 noviembre 2016	

Perfil:

Conocido en el medio boxístico como “Niño de Oro”, Ramón Ayala se estableció como una sólida promesa del boxeo mexicano en la primera parte de esta década, sin embargo cayó en una mala racha de la que no ha podido salir y que lo alejó en 2016 de los encordados. Como cualquier boxeador, carga con el peso de los golpes y de la alta expectativa de un deporte en el que no cuenta nada más que ser campeón del mundo.

Factor familiar

¿Cómo ha sido tu relación con tus familiares desde que practicas el boxeo?

-Realmente nunca ha sido muy cercana. Amo con todo mi corazón a mi padre, a mi madre, pero nunca he estado cerca de ellos. Creo que lo que me alejó de ellos fue el mismo deporte. Desde chiquillo, las concentraciones, estar lejos, el no estar cerca de ellos. Los amo con todo mi corazón, pero no somos de vernos y abrazarnos y estarnos dando besos, pero es buena, con mi hermana, mis papás, los veo con gusto, los saludo, me preguntan cómo he estado, qué he hecho.

¿Cómo defines a tu familia?, ¿qué tipo de familia es?

-Es una familia convencional, mis papás se apoyan mutuamente con los gastos de la casa, y mi hermana que está con ellos, están unidos pero yo soy el separado.

El hecho de que tu papá fuera tu entrenador durante algún tiempo, ¿te acercó a él? ¿Cómo fue esa experiencia?

-Muy difícil, él como papá tenía la confianza de regañarme no como alumno sino como hijo, al ver que no hacía yo las cosas, en algún momento, a pesar de que estuvimos juntos entrenando y trabajando, nos alejó como familia.

Ya con el tiempo, ¿funcionó haberlo tenido como entrenador?

-Hasta cierto momento sí, yo soy la persona más floja del mundo, si no me hubiera metido la presión que me metió no hubiera hecho nada en el deporte, en los últimos años, los últimos cuatro, ya no fue tan unida la relación, estás en la etapa donde quieres hacer lo que se te hincha tu gana. Entonces en el momento en que él me regañaba, me decía lo que estaba bien y lo que estaba mal, a mí me molestaba. Sus consejos, que ahora que lo veo sí eran muy buenos, yo los tomaba mal.

En los momentos más importantes de tu carrera, ¿cuáles fueron los principales problemas de tu familia?

-Económicos, era lo que más nos aquejaba a nosotros como familia. Inconscientemente yo creo que también por eso me salí de mi casa, para no ser una carga. Había enojos, peleas, frustraciones por parte de mis papás, que las cosas no salían como ellos querían. Eso no alejaba como familia. A veces, no salían para los gastos, que el niño necesita zapatos, era duro, yo entraba a la casa, lo que me acuerdo, mi cuarto estaba aquí, tenía que caminar un pasillito para encerrarme, veía que estaban de malas, iba y me encerraba en mi cuarto. Fueron algunos años. Aunque mi papá tenía etapas que traía coche nuevo, fajos de billetes, pero no sabía administrar. De repente, llegaba con un coche del año, todo el fajo de dinero, y de repente ya no traía nada. Vivía con mi familia en Chalco, en el Estado de México, aunque nací en Cuernavaca y me trajeron de bebé.

La vida en Chalco puede ser dura, ¿no?

-Como niño no veía eso. Ves peleas por cualquier tontería, pero al rato te vuelves a hablar. Era tranquilo.

Cuando te saliste de tu casa, ¿cómo viviste esa transición?

-No los extrañé, porque siempre he estado solo, por lo mismo de las concentraciones, me sentí más libre, sin rendirle cuentas a nadie, sin tener que pedir permiso, poder llegar a la hora que sea, es un sentimiento de libertad.

¿Tu mamá cómo tomaba el hecho de que quisieras ser boxeador?

-Al principio le daban muchos nervios y miedo, su único hijo iba a subir a agarrarse a golpes con otro niño. Después lo fue asimilando y ya normal. Empezó a apoyarme.

Y los amigos, ¿cómo te llevas con ellos?

-Yo soy esa persona sin amistades, siempre estoy solo. Me gusta mi soledad. Soy bien feliz encerrado en mi cuarto, teniendo libros, mi computadora, mi teléfono, con eso soy feliz, no ocupo estar saliendo, sí salgo, con gente conocida. Un amigo está ahí cuando realmente lo necesitas, pero estas personas con las que salgo no lo hacen, amigos-amigos, hay mucha gente que me ha apoyado, y toda mi vida se lo voy a agradecer, pero una amistad, yo creo que no.

¿Salías en aquel tiempo a divertirte?

-Yo probé el alcohol por primera vez, hasta los 24 años y medio. Hace año y medio, dos años, es bien chistoso. ¿Por qué? Mi papá es de carácter fuerte, y yo lo veía grandote, cuando empiezas a ir a la prepa empiezas a salir más. Una vez le dije que iba a ir a una fiesta, y me dijo: "sí, está bien, pero me llegas con olor a alcohol o a cigarro y te voy a romper toda la cara. Y sí le creí, porque mi papá así es. Si te decía algo, lo cumplía. Yo por miedo a mi papá, porque sí me ponía mis friegas, yo decía que no, y no. Fui creciendo, ese fue el principal motivo. El segundo, de los más importantes, es salir con tus amigos, ver que toman, y ver cómo se comportan, yo pensaba "si tomo, voy a hacer esas estupideces, me voy a comportar así... No quiero". Ya después iba a las fiestas no por alcohol, sino a ligar, ese era mi principal motivo para ir a las fiestas. ¿Borracho? No puedo ni

articular palabra, y no me van a hacer caso, porque son odiosos, dicen incoherencias. Mejor en mis cinco sentidos, pienso bien las cosas, por eso opté por no tomar.

¿Tu papá era golpeador?

-Sí, decía que no me pegaba con la mano porque me podía lastimar, pero sí me agarraba a cinturonzos, que a lo mejor me iba a dejar marca, decía, pero no me iba a romper un hueso. Mi papá era muy pegador, por todo te daba un coco, yo creo que por eso me fui a la derecha, por temor a lo que mi papá me pudiera hacer.

¿A quién recurrías cuando tenías problemas?

-A mí. A mí mismo, nada más. Nunca ocupé de nadie, nunca le hablé a nadie. Veníamos de una familia de clase media, tienes lo necesario, lo básico, pero sin lujos, no era como ahora que los chamacos tienen celular, y si me regaña mi papá le mando un whats a mi amigo. Es lo que recuerdo, siempre me apoyé en mí.

¿Te hubiera gustado contar con alguien?

-Yo creo que sí, si me preguntas en quién, no tengo la menor idea, pero hubiera sido una buena idea.

Factor económico

¿Cómo es tu situación económica actualmente y cómo era cuando estuviste en el profesionalismo?

-Cuando inicié en el profesionalismo fue cuando empiezo a gastar dinero, pero de no tener, a tener 2 ó 3 mil pesitos, fue un cambio muy radical. Tener 3 mil pesos y llegar a la prepa con billete, era el más rico. Fue un cambio radical, fue cuando le empecé a tomar cariño a los billetes, porque te cambia la perspectiva, puedes hacer muchas cosas, comprarte cosas. Ahora, te voy a ser muy sincero, no me gusta trabajar, no me gusta recibir órdenes de nadie, nunca he trabajado en la vida, y espero nunca hacerlo. Prefiero andar haciendo mis negocios por mi cuenta. A todo le veo negocio yo. Y hacer las cosas por mí, y si necesito de alguien yo ser el jefe, y lo que gane es para mí, el que contrata, el que paga, el que dice qué hacer, es lo que quiero. Y siempre se me ha dado, tengo cierta suerte.

¿En algún momento tuviste apoyo de becas?

-Sí, y de alguna persona que me echó la mano. Fui parte de Ring Telmex y del equipo de boxeo del Sindicato del Metro. En Ring Telmex fue algo muy bueno para mí, tenía dinero, por hacer lo que siempre había hecho, ¿a quién no le gusta que le regalen dinero? Ya no me preocupaba, ya no me andaba tronando los dedos, cuando se me acababa lo de la pelea pasada. Los del Metro duró como un año, año y medio, me daban 8 mil pesos mensuales. Estaba comprometido a pelear y a estudiar. Esa era mi obligación.

¿Cuáles son tus perspectivas económicas?

-Yo me quiero ver establecido financieramente, sin estar sufriendo ni tronándome los dedos. Y, ¿por qué no?, siendo millonario. Yo me veo como todo un hombre de negocios.

¿Cuáles eran los principales problemas por falta de dinero?

-Cuando te falta el dinero te tienes que privar de muchas cosas. Ha habido momentos que no he tenido dinero y no he tenido para comer. Me ponía a pensar qué voy a hacer, hasta que me venía una idea a la cabeza, entonces ya salía beneficiado con algún dinero.

¿Hay riesgos en el boxeo por tener mucho dinero?

-Híjole, yo no le veo ninguno. Puede pasar que alguien te lo va a intentar quitar, o que quieran joderte por dinero alguien de tu familia. Sí hay muchos peleadores que no tenían nada, y se iban de fiesta con “amigos”, y gastan, le dan dinero a la gente para que los idolatrara. Y se fueron a la quiebra. Su vida volvió a ser como antes o muchísimo peor.

Factor social

¿Contaste con instalaciones deportivas adecuadas para entrenar y entrenadores?

-Por parte del gobierno no hay. Los partidos buscan obtener algún beneficio. Quieren que les pagues. Toda la gente anda buscando lo mismo, dinero. Yo siempre entrené muy rústicamente, en un costalito, una perita y mi papá me manopleaba. No tenía ni un ring, ni un compañero para hacer sparring.

¿Contabas con suplementos alimenticios, vitaminas y una buena alimentación?

-Pues me la aventaba a la “viva Mexico”, sin vitaminas, con lo que había. Sin dieta. Era de comer lo que hacía mi mamá de diario.

¿Cómo fue tu relación con los medios de comunicación y los aficionados?

-Fue buena. Recuerdo que la gente se quedaba a mi alrededor, era muy satisfactorio, desde que peleaba a cuatro rounds, tenía cierto ángel, hacía media hora, 40 minutos, de regreso del ring al vestidor, porque la gente no me dejaba ir. La gente tomándose fotos. La prensa, bien, nos llevamos bien. Nunca hablaron mal de mí. Me ayudó mucho trabajar con (el periodista) Camarillo, hasta la fecha me da consejos, una de las mejores personas, me apoyó muchísimo. Todavía lo frecuento y le pido consejos.

En tu última fase en activo, no se dieron algunas cosas en su carrera, ¿cuál fue el punto en el que te apartas un poco del boxeo?

-Hartazgo, de haber llevado 18 años consecutivos de carrera, entrenar, correr, todos los días, llegó al momento en que dije ya basta, mi cuerpo no quería hacer nada, quería hacer algo diferente. Mi mente también. Estar diario párate a correr, vete a entrenar, soportar a la misma gente, ve a que te golpeen, mi cuerpo que ya no quería.

¿Hubo un día en particular que te despertaste y ya no quisiste seguir?

-Muchos, demasiados. Me paraba a las 4 de la mañana a correr. Había días en que me quedaba acostado a las 5, a las 6, y decía “ya no quiero, ya no corro”. O sí iba, me tocaban 10 kilómetros, llevaba uno o dos, y yo solito me detenía. Me regresaba y me dormía. Decía mañana corro o el domingo lo repongo, y no es cierto, no lo haces. Y no lo hacía. Ya fue como a los 22 años o 23 años que mi mente y mi cuerpo ya no querían. Quería salir, conocer gente, ligarme a alguien. Quería hacer cosas de gente normal.

¿Cómo viviste la etapa con la mamá de tu hija, estar con ellas y luego la separación?

-Soy muy desesperado, si las cosas no son rápidas no me sirve, Regresé de Estados Unidos, venía de una relación de un año, viviendo en pareja, nos peleamos. No hacía nada allá. Una vez peleé en Las Vegas, me quedé allá con mis primas, vine a México y me regresé a Estados Unidos porque ya tenía novia.

Esa chica empezamos a andar, y nos fuimos a vivir juntos. Yo no tenía obligaciones ni responsabilidades. Tenía 19 años. Nunca entreno si no tengo fecha para pelear, así que no tenía gran cosa que hacer.

¿Estabas enamorado de la mamá de tu hija o fue una relación pasajera?

-Yo venía mal emocionalmente. La persona con la que estaba en Estados Unidos abortó y por eso es que yo me regresé. Se fue de la casa como 15 días, cuando regresó ya no existía el bebé. En esos momentos crees que te comes el mundo a puños.

¿Estabas enamorado de esa chica?

-No. Yo creo que no he estado enamorado de nadie. Me afectó por mi hija, por no estar con ella, me cayó el veinte de que era papá hasta que me separé, cuando me di cuenta que ya no tenía a mi hija y que la quería ver. La abrazaba, mi hija es toda mi vida, pero no le ponía toda la atención que le pongo ahora.

Todo eso que pasaba contigo en tu vida sentimental, ¿te afectaba en el boxeo?

-Ahora que lo veo, dicen que los toros se ven mejor desde afuera, ahora que ya no estoy y que me pongo a analizar, sí. Según yo decía "yo dejo mis problemas donde los tenga, llego al gimnasio limpio". Pero no es cierto. No es cierto. Tienes cosas en la mente y estás pensando en otras cosas y no te concentras al 100.

Factor académico

¿Tu familia te brindó las facilidades para estudiar?

-En algún momento hubo problemas, que no había para un libro, pero mi papá y mi mamá siempre me inculcaban los estudios. En la primaria tuve buenas calificaciones. Hasta la secundaria fue el niño ñoño, porque no anda con los amigos. No era que no quisiera ir, tenía que llegar temprano a mi casa, descansar, comer, adelantar la tarea, y después entrenar. No era que no me invitaran a jugar fútbol. Era por obligación en mi casa.

¿Era difícil combinar el deporte y los estudios?

-No tanto, como mi papá no me dejaban tener distracciones, más que escuela y deporte, yo era muy dedicado.

¿Qué carrera querías estudiar?

-Desde niño siempre quise estudiar derecho, porque quiero ayudar a la gente. Ahora veo que hay mucha gente que necesita ayuda y nadie se les brinda, no tienen con qué pagarla. Incluso por problemas míos. Desde hace tres años me gustaría estudiar filosofía. A mí me ves con mis libros, leyendo, me encanta la filosofía. Dicen que si estudio filosofía me voy a morir de hambre. No me importa, quiero hacer lo que yo quiera, no lo que la gente me dice.

¿Crees que el estudio podría ayudarte en el medio boxístico?

-Sí, claro. Mucho. Quiero creer que gracias a que yo leo mucho, porque así es, me ha ayudado a saber expresarme, a saber comportarme, escribir. Me cae muy mal la gente que no sabe escribir, que escribe con K en lugar de Q, no los aguanto, los borro del Face, creo que sí te hace una mejor persona.

¿Piensas seguir estudiando o ya lo cancelaste?

-Sí, voy a estudiar filosofía, sigue derecho, y como tercera opción psicología o literatura. Quiero escribir un libro.

Factor salud

¿Cuáles fueron las principales lesiones y enfermedades que has sufrido?

-Fíjate que hasta ahora no he tenido una lesión grave. En alguna ocasión se me estrelló el hueso de la rodilla y le tuve enyesada como un mes, para que no la moviera, no porque estuviera fracturada. Enfermedades todo normal, una gripa. La única vez fue una semana antes de pelear por el campeonato del mundo (juvenil), me estaba muriendo, no me podía parar. No sé a qué se deba. Creo que fue por todo lo que aconteció atrás, de mi hermana que falleció y pues toda la bronca me la aventé yo. Psicológicamente estaba muy mal. Yo siempre me he sentido muy fuerte. Pero ver a mi hermana tendida, con el cuerpo en descomposición, de días, fue algo muy fuerte. Me quise aventar la bronca, era la consentida de mi mamá. No quise que mi mamá la viera así. Y mi papá también la quería muchísimo, no quería que la viera así. Vi el cadáver, lo reconocí. Faltando una o dos semanas

para la pelea. Y yo me enfermé a muerte. Después de que la enterramos, me caí en la cama. En la pelea me fue bien. Todo mundo recuerda esa pelea en el noveno round, donde casi me noquean.

¿Cuáles son los principales riesgos de tu deporte?

-Los golpes en la cabeza. Yo ya lastimé a un muchachillo. A un chiapaneco. Lo lastimé muy feo. La última pelea que hice en México conmocioné a mi rival en 33 segundos, el primer izquierdazo que le coloqué. Del chiapaneco, que le decían “Gavilancito”, lo que supe, porque mi papá no me dejó ver, porque dijo que me iba a traumar, en la revista Proceso, se veía cómo había quedado, decía mi papá que se había encogido de tan mal que estuvo. Dicen que le quitaron 10 centímetros de cráneo, que su cerebro se inflamó.

¿Te afectó eso, Ramón?

-No. Yo no sé si esté bien o mal. Si me dicen “híjole, por tu culpa está mal”. Yo digo “híjole, para qué se sube”. Yo también me estoy arriesgando. ¿Y si él me hubiera noqueado a mí? A él no le importaría, no me diría ten mi sueldo. No, él está viendo por él y su familia. Y de hecho, él fue el primer peleador que realmente me puso mal en una pelea. Él me tiró en el primer round, me acostó, yo ni me acuerdo en qué momentos me pegó. Me dicen que pensaban que de ese golpazo no me iba levantar. O que me iba a levantar y me iba a recetar de nuevo. El susto de nuestras vidas, ahí quedaba. Yo soy de los peleadores que aunque esté mal, intentó levantarme y seguir peleando.

¿Has tenido problemas de adicciones?

-No, jamás, te digo que a los 24 años, casi 25, fue la primera vez que probé el alcohol. Y lo probé porque andaba de galán, pedí unas margaritas. Le dije al mesero que se las llevara a una señorita. Ella dijo que no, que muchas gracias. Y me dijeron mis amigos “¿ahora qué vamos a hacer con tanto alcohol”. Y las tuve que probar. Y siendo sinceros, no me gustó. Sí me han hecho controles

antidoping, pero no tuve problemas. Pero es una estupidez antes o después de la pelea, te lo tienen que hacer un mes antes de la pelea.

¿Observaste un declive en tu carrera? ¿Estás retirado, te decepcionaste? ¿Qué pasa con tu carrera?

-Me decepcioné, cuando no me pagaron, dije que no trabajo de a gratis. Fueron dos veces, en la función del Bicentenario en la Plaza México (2010) y otra con Erik Morales en Tijuana. Me dejó sin boletos de avión, me dio 10 mil pesos bajando del ring. Y esos lo usé para pagar mi comida porque todavía nos tuvieron una semana más en Tijuana, además de la seis semanas previas de la pelea. La última vez, en enero, me prometieron una buena pelea, con buena paga, un buen rival, y que siempre no, que ya encontraron a otro. Me dieron un dinerito, tuve una pelea en diciembre. Me dijeron que descansara. Me fui con mi novia. Y me hablan el 2 de enero y me dicen “peleas el 12 de enero”. Como peleador no digo que no. A veces tengo excesos de confianza en mí mismo. Pero traigo una lesión en el ojo izquierdo, de una pelea hace dos años. Tengo que enderezar mi cabeza porque si la tengo inclinada veo doble. En esa pelea, me dieron un rozón en el ojo y me “apagan” la luz. En el segundo round dije “no veo nada”. Se me iba la visión y regresaba, y cuando regresaba veía dos personas. Dije que pararan la pelea, me estaban golpeando y no estaba respondiendo. En esos momentos fue cuando dije “creo que ya estoy madurando. Ya veo las cosas más importantes”. Opté por mi salud.

¿Has cumplido tus metas en el deporte?

-Sí, sólo me faltó ir a las Olimpiadas. Quería ser campeón del mundo, tuve la oportunidad, no es el que quería, pero fui campeón mundial juvenil. Se suponía que yo iba el campeonato mundial plata en esa función de Tijuana, y al final ni título, ni dinero, ni nada.

¿Estás satisfecho con todo lo que le dedicaste y obtuviste del deporte?

-Gracias al deporte he hecho lo que he querido. He viajado, he tenido más solvencia económica, admiración de la gente, amistades. Es un deporte muy exigente, pero te retribuye lo que trabajas. Si trabajas te recompensa bien, si no, no va a haber nada bueno.

¿Ya tienes bien pensado qué vas a hacer? ¿Te vas a retirar, vas a regresar bien o vas a pelear por pelear?

-Quiero regresar, no sé si es exceso de confianza en mí mismo, creo que todavía puedo hacer mucho en este deporte. Sí quiero pelear por un campeonato mundial, quiero ganarlo, pero necesitas apoyo de todo tipo. Económico, patrocinadores y las amistades, ser bueno no es suficiente en el boxeo, no es lo único, hay muchos peleadores mejores que yo y nadie las ha dado la oportunidad de pelear por un título. Así hay muchos casos. Necesitas a la gente correcta contigo.

Factor psicológico

¿Alguna vez recibiste el apoyo de un psicólogo deportivo?

-Jamás. Yo era de la idea errónea de que el psicólogo era para los locos. Jamás lo busqué.

¿En tu vida, fuera del deporte, recibiste terapia psicológica?

-No, nunca.

¿Crees que el apoyo de un psicólogo clínico, no sólo el deportivo (se le explica la diferencia)?

-No estoy muy empapado en el tema, si te ayuda es necesario. Si te ayuda, lo necesitas, si te va a ser mejor persona, o mejor deportista, si te va a ayudar en la vida, todo lo que sepas que te va a ayudar, lo necesitas.

En esta investigación planteamos la teoría de que el deportista es una persona normal con una habilidad especial, y que un psicólogo clínico podría ayudarlo con

los problemas de la vida cotidiana y aun con los del deporte mismo, ¿qué opinas al respecto?

-Todo lo que te beneficie, todo lo necesitas. Lo probamos y si me siento mejor, es porque me está haciendo bien.

¿Te hubiera gustado tener ese tipo de apoyo psicológico en momentos complicados de tu vida como la muerte de tu hermana?

-Si hubiera sabido que me iba a beneficiar, sí.

-Cómo te sientes ahora respecto a la vida que llevas ahora?

El 90 por ciento de las cosas que he obtenido son gracias al boxeo. No estoy resentido con el boxeo, estoy resentido con la gente que lo degenera...Yo siento que vivo en una depresión muy fuerte desde hace mucho tiempo. Yo me hago el valiente, el que no me pasa nada. Salgo a la calle sonrío y toda la gente que está a mi alrededor, creen que llevo una vida perfecta. Me dicen "te cambio mi vida por la mía". Y yo entre mí, "si supiera". He pasado noche enteras llorando sin saber por qué, durmiendo durante días sin querer prender la luz, abrir la puerta. Llorando, durmiendo, comiendo. De esas veces que en una sentada te echas dos pizzas familiares tú solito. Te dicen o creen que eres perfecto, que tengo muchísimo dinero, y por dentro estás acabado. Apenas estaba hablando con una amiga, mi socia, piensan que soy millonario y que nada me falta. Te digo, siento que desde hace año vivo una depresión muy cabrona, llorando por las noches, queriendo gritar y... no sé. Durmiendo, sin ganas de nada. Hay días que me los aviento durmiendo y sin comer, porque no tengo ni ganas de pararme a hacerme de comer. Por eso creo que estoy pasando por una depresión muy fuerte. Ahorita con mis negocios medio me distraigo, me salgo. No tengo ganas de nada, no sé ni qué voy a hacer de mi vida y eso que ya tengo 27 años. Luego veo a mis amigos de 30 viviendo con sus papás y digo "bueno, mi vida no es tan mala".

¿Qué se siente estar acabado por dentro?

-Híjole, es fuerte, muy, muy fuerte. Tener que demostrar en la calle algo que no eres. Cuando era campeón del mundo a lo mejor y sí. La gente sigue creyendo

que soy el mismo, pero yo sé que no. Saber que llegas a tu casa y no tienes ganas de hacer nada es muy feo. Muy feo. Ya tengo años así, mínimo unos diez años, ocho-diez años. Pero no se lo digo a nadie. Nadie lo sabe. Me ha tocado de esas veces que estás tan mal que hasta la fuerza se te va del cuerpo. Una vez en Las Vegas estaba llorando, me debilité tanto que hasta me caí al piso. No tenía fuerza de nada, ni en las piernas. Te quedas dormido, al día siguiente le tienes que demostrar lo contrario al mundo. Sales bien sonriente, que nadie me tira.

Hasta que te tira...

-Sí. En Los Ángeles hasta el rival me tenía miedo de subir a pelear conmigo. Yo bien marcado, fuerte, me veías pasar en el pesaje sonriente, confiado, pero por dentro estaba acabado, muerto. Quince días no comí para dar el peso. Comía un puño de ensalada, y 100 ó 200 mililitros de agua. Y correr con hules, entrenar con hules. Una noche antes del pesaje bajé como tres kilos, mi papá me puso la regañiza de mi vida. Subió la temperatura del cuarto, me puse a moverme y luego me aventó un edredón. Estuve como una hora y bajé como dos kilos. Me estaba muriendo. Me quedé sordo, ciego, no podía ver. Mi papá me dio tantito suero y me metió a la bañera. En la mañana todavía fui a bajar un kilo más. Y perdí la pelea en el segundo round, no tenía piernas y estaba seco, y la comida me hizo daño. Por fuera todo mundo me ve perfecto, pero por dentro es mentira.

Nombre: Félix Fernando Buendía Mato		Sexo: M	Fecha de nacimiento (edad): 28 junio 1982 (34 años)
Deporte: Futbol americano	Fecha de inicio en el deporte: 1990 (ligas infantiles)	Tiempo de practicarlo (fecha de retiro): 2003-2007 Liga Mayor / 2016 semiprofesional	
Familia: Esposa y una hija		Estado civil: Casado	
Escolaridad: Lic. Administración con especialidad en Mercadotecnia.		Ocupación (adicional al deporte): Profesor Mercadotecnia. Coach Búfalos FCA.	
Ciudad de origen: Ciudad de México		Fecha de aplicación: 25 agosto 2016	

Perfil:

Jugador defensivo de los Pumas de la UNAM que tuvo la distinción de ser capitán del equipo, algo poco frecuente para la posición (tacle defensivo) que desempeñaba. Le tocó una época difícil con el equipo universitario, sin embargo su dedicación le ayudó a salir adelante y, como líder del grupo, colaborando en la reconstrucción de los Pumas, que lograron regresar a playoffs en las temporadas 2006 y 2007. Jugó además con los Cardenales de Palermo en la NFL Europa.

Factor familiar:

¿Cómo era la relación con tu familia cuando eras jugador?

-Bastante buena, realmente el futbol americano en mi familia fue un factor religioso, en vez de ir a la iglesia iban a ver mis partidos los domingos. Era el pretexto ideal para reunirse los días de juego.

Al margen del futbol americano, ¿cómo describes a tu familia?

-Una familia muy unida. Tengo dos hermanas gemelas, yo soy el mayor. Mi mamá es de Zacatecas y mi papá del DF, ambos viven. A mis hermanos nos han dado todo lo que han podido. Es una familia muy unida.

¿Algún conflicto en particular que recuerdes?

-Yo creo que no. Terminé mi carrera en tiempo y forma. Tuve la oportunidad de estudiar un posgrado cuando estaba jugando. Un equipo italiano me invitó a jugar, en Palermo, en 2008, y disfruté mucho eso.

¿Alguien te inculcó el gusto por el futbol americano?

-Mis primos jugaban. Mi primer contacto con el futbol americano no fue muy bueno. Realmente me obligaron a ir a jugar, a entrenar. En primer año no me gustó, me obligaban a ir. Ya después me empezó a gustar. Ya sabes, cuando no

lo juegas bien, no lo juegas con gusto, eres el malo, vas a fuerza, no lo disfrutas, por lo tanto no juegas bien. Fue hasta en estos entrenamientos de golpeo que no me dejaban retirarme. Me decían “hasta que no taclees no se acaba el ejercicio para ti”. Ya estaba cansado, ya estaba llorando, tenía ocho o nueve años. Para mí era superrudo, pero no era tanto. Para la percepción de ahora puede parecer brutal. Saqué todo mi coraje, me pusieron al más gandalla, iba con todo, y fue cuando “pum”, lo tiro, lo tacleo, y recuerdo muy bien esa sensación, a partir de ahí me empezó a gustar el futbol americano. Le tomé más gusto.

¿Pensaste en renunciar?

-No me gustaba porque no me sabía las posiciones. Eso pasa mucho. Yo tenía la idea, a mis ocho años, que el quarterback se llamaba centro, en mis razonamientos está en el centro, pues es el centro. Mis primos me consentían, decían “¿de qué quieres jugar?” y yo decía de centro. Me lo repetían varias veces, se me quedaron viendo, hasta que nos equipamos y me dijeron “vas a ser el centro, pero no vas a renunciar a ser el centro”. Hasta que supe qué era centro, no me gustó nada ser centro, centraba mal, lo hacía mal, después ya me gustó, me recorrieron de guardia y dejé de ser centro ya de grande.

¿Tu familia te apoyaba para jugar futbol americano?

-En mi familia con el futbol americano me apoyaban al máximo, problemas con ellos nunca tuve, fue un apoyo incondicional, por ahí me llegaron ofrecimientos de becas, mi papá me dijo “escoge donde tú quieras jugar, yo te voy a becar hasta que termine tu carrera y tu elegibilidad”. Eso me dio la oportunidad de quedarme en el equipo de mis sueños que eran los Pumas. Que yo recuerde no tuve ningún problema o conflicto con mis papás acerca del futbol americano.

¿A tu mamá no le preocupaba ese asunto del golpeo?

-Sí, pero como todas las mamás, preocupona pero me echaba muchas porras. Hasta me sobornaba “si tacleas bien te doy tanto”. Eso de niño me motivaba mucho, de chico ganarte 10 pesos era muy motivador.

En algunos deportes cuando llegas a un nivel de alto rendimiento, o profesional, tienes que renunciar a muchas cosas por la exigencia, dedicación, entrenamiento, en su caso, ¿a qué renunciaste tú?

-A la vida social y estudiantil, a la vida después de clase, yo me acuerdo que me levantaba muy temprano para estar aquí (en CU), me iba saliendo de mis clases al gimnasio, me perdía esta parte de ir a tal lado, a las fiestas, a un balneario, a una feria juntos, con mis compañeros, me perdí todo eso, lo disfruté un año, y me lo perdí cuatro años en la Facultad.

¿Cómo eran tus relaciones amistosas?

-Creo que el jugador de futbol americano le gusta mucho estar con jugadores de futbol americano. Yo tenía un grupo de amigos que aún conservo, pero acabando Intermedia fueron todos mis amigos del futbol americano y buscas a la gente del futbol americano. Creas un vínculo más amistoso, fraternal, estás con ellos más de ocho horas. Te bañas con ellos, comes con ellos, sudas con ellos, tacleas con ellos, te abrazas, ganas, pierdes...

¿Qué hacías con sus amigos de esos tiempos?

-Me perdía un poco mis amistades de la Facultad, pero seguía formando lazos afectivos con mis compañeros de Pumas, estar con ellos era muy divertido, estar en el gimnasio, salíamos, comíamos juntos, salíamos con nuestras novias juntos, ir al cine, a comer, cualquier cosa que hacíamos era muy divertida.

Factor económico

En general, ¿cómo calificas la posición económica de tu familia?

-No me tenía de más pero no me faltaba. Vivía en Villa Coapa, en una unidad, de dos recámaras,

¿Cuál era su situación en cuanto a empleos, becas, patrocinios?

-He sido muy afortunado, he ayudado a mi papá en su empresa. Tiene una empresa de consultoría de trámites vehiculares, también *coucheando*, a partir de que jugué en Liga Mayor empecé a *coucheear*, terminando la Liga Mayor y mi carrera, casualmente me llamó el secretario de Relaciones de la Facultad de Contaduría, me invitó a trabajar y desde ahí me jalaron para acá.

Usualmente existen limitaciones presupuestales en una universidad pública, ¿cómo fue para ti?

-Me tocó la fortuna de no dedicarme exclusivamente a lo deportivo, siempre me dediqué a la academia, y para eso no es tan limitante, no tenemos un sueldazo pero es algo muy digno.

¿Cuál es tu opinión sobre la disponibilidad de entrenadores e instalaciones deportivas para la práctica de tu disciplina?

-Los Pumas tienen grandes instalaciones, no le piden nada a nadie. Teníamos campos, todo. Ropa, lockers, zapatos, equipamiento para entrenar. Acá en la Facultad también nos apoyan mucho.

Te fuiste a Palermo, ¿cómo te fue allá?

-Llegué a un equipo nuevo en 2008, lo más difícil fue el idioma. No entendía nada y nadie me entendía. Creamos un gran vínculo, nos fue bien, ganamos tres partidos cuando tenían proyectado ganar cero partidos. Bien, contentos, quedaron todos contentos, la directiva. Me pagaban, la experiencia, no te hacías rico, me daban mil euros mensuales, no es mucho para vivir allá, pero podías sobrevivir sin problemas, me llevé mis ahorros, y gasté algo más en viajar a otros países, estuve ocho meses por las cuestiones de visa, y de regreso me quedé a trabajar en México.

¿Te sentiste frustrado por no poder vivir del fútbol americano, de no seguir activo en el profesionalismo?

-Nunca fue mi sueño vivir del fútbol americano, o vivir de *couchear*, me gusta, me encanta, contagiado de la juventud, me gusta aportarle a los chavos algo, son bien agradecidos cuando llegan sabiendo nada, y les enseñas a ser jugador de fútbol americano, me he llevado grandes experiencias, chavos que venían con la autoestima muy baja, con problemas familiares fuertes, de tartamudez, de “embaracé a mi chava”, problemas de violencia en casa, con la pareja, son grandes historias las que se cuentan, en toda facultad. Tenemos 16 mil 904 estudiantes y son 16 mil 904 historias que se cuentan semestre tras semestre. Me toca dar la bienvenida para padres y ves todo el crisol socioeconómico de México.

¿Cómo te fue con los aficionados y medios de comunicación?

Me fue muy bien, me siento bendecido, las muestras de afecto de los aficionados fueron muchísimas, me regalaban peluches, artesanías de Pumas, playeras, las

cuales yo siempre valoré, jamás me sentí tocado por los dioses, mi familia me ha puesto los pies en la tierra. Me fui enamorado de la porra de Pumas, de la afición.

¿Cómo les fue en cuanto a resultados?

-Me tocó un periodo de transición, 2003, 2004 muy mal, a punto de descender, 2005 levantamos, 2006 llegamos a playoffs y 2007 que fui capitán avanzamos bastante.

¿Qué ocurre cuando no se dan los resultados en una institución tan importante como Pumas?

-Me tocó una generación no tan buena. Como en las empresas a veces tienen picos de éxito, empiezas a hacer cosas mal, y viene la pendiente, hacia abajo. No me quejo ni me da tristeza, yo creo que nosotros nos cansamos de que las cosas estuvieran mal, ese impulso para que mejoraran, no había mucho talento, estaba en otros equipos. Hubo cosas que no estaban bien, la verdad es que se quedaron con lo que sobraba.

¿Cómo le afecta al jugador anímicamente que los resultados no se den?

-Pues que estás pensando en otras cosas, no en el rendimiento, en hacer tu chamba, estás pensando en arreglar la chamba de todo, no es sano, no es efectivo, para dar resultados.

¿Cuál fue el peor momento?

-El que más me marcó fue un partido contra Monterrey un abucheo de parte del público, estábamos muy mal, sientes cuando estás jugando muy mal, medio tiempo, no me acuerdo cuánto iba el marcador, íbamos al vestidor y toda la afición nos abuchea. Fue un momento que me dejó marcado porque dije “no quiero que me vuelvan a abuchear”, no quiero porque nosotros hicimos todo como equipo para que nos abuchearan. Lo que me planteé fue qué tengo que hacer yo. Ya ni siquiera el equipo, para que no nos abucheen, y fue una preparación mental, dije no puedo contagiar a todos, voy a tratar de predicar con el ejemplo y contagiar a los que se dejen.

¿Cómo los contagiabas? ¿Qué fue lo que hiciste?

-Pues trabajo de gimnasio, meterme a las películas, a la estrategia, y tratar de que las jugadas grandes influyeran positivamente en el resultado.

¿Asumiste una posición de líder?

-Hice lo que me tocaba, no esperé que lo hiciera el de a lado, hice lo que yo quería que pasara en el equipo, la jugada indicada para ganar.

¿Crees que eso influyó en el lugar que fuiste tomando en el equipo hasta que en tu último año fuiste capitán?

-Yo creo que sí.

¿Cómo te empezaron a tomar los compañeros?

-El futbol americano no miente, las estadísticas no mienten, los resultados se ven, soy de muy pocas palabras, no siempre me gustaba hablar dentro del campo, me gustaba contagiar dentro del campo, me gustaba hacer la jugada grande, no me gustaba andar arreándolos, o hablar mucho antes del partido.

¿Los volvieron a abuchear?

-No.

¿Ese día tocaron fondo?

Sí.

Factor académico

¿Cómo te ayuda el hecho de estudiar para resolver esos problemas cotidianos que te presenta el deporte?

-Estudí una carrera que tiene una característica de universalidad que puedo aplicar a cualquier disciplina de mi vida, a la vida social, y sobre todo a la deportiva, que es mi hobby, para todo se necesita un proceso administrativo, una retroalimentación, y ahí aterrizar todos los preceptos que los profesores me enseñaban y me sirvió bastante.

¿Tenía buenas calificaciones?

-Era de 8, 8.5, algunos 9 y 10. Me costaban mucho las clases de las siete de la mañana, era bastante difícil, pero tratábamos de hacer equipo con los compañeros.

¿Piensas que la escuela es básica para un deportista?

-Es lo mejor que le puede sacar al deporte, es vital para el desarrollo humano, si no te encapsulas en una sola cosa, sólo puede hacer futbol americano y ya. Estoy seguro que no sólo en el deporte sino que nos iría mejor como sociedad.

Factor salud

¿Cuál fue tu experiencia respecto a lesiones durante tu carrera y enfermedades a lo largo de tu vida?

-Gracias Dios no tuve muchas lesiones, lo de siempre, esguinces, fractura de dedos, nada grave. Luxaciones de hombro, nada que me dejara más de dos partidos fuera, ahora recaía por una infección porque combiné dos antibióticos. Me considero una persona sana.

¿Alguna enfermedad en particular?

-Nada en particular.

¿Tuviste alguna baja de rendimiento por causas físicas?

-En mi último año tuve salmonela y bajé un poco de rendimiento, fue un día antes del día de prensa (presentación del equipo a los medios de comunicación).

¿Cuáles son los problemas físicos como consecuencia de la práctica del futbol americano?

-Es un deporte de mucho riesgo, pero creo que si eres un atleta bien preparado el umbral de lesiones es más bajo.

En cuanto a los medios de comunicación, ¿cómo los trataba la prensa?

-En 2005 la prensa estuvo sobre nosotros, porque cambiábamos de *couches*, no teníamos buena fama, la verdad. Yo tuve cinco *couches* en cinco años.

¿Leías los periódicos para enterarte de las críticas?

-Trataba de que no hacerlo, te enojabas con los reporteros, que no hacen mal su chamba, trataba de no hacer en eso, enfocarme en prepararme

¿Le llega a afectar al jugador?

-Yo creo que sí, si te enfrascas en una opinión externa, dejas de hacer lo interno bien. Yo trataba de alejarme de eso.

¿Tuviste problemas de doping o adicciones?

-En mi época apenas estaban esa parte de complementos alimenticios, y esa parte del doping. Según yo, creo, no teníamos la parte del doping en el equipo, no éramos un equipo muy voluminoso, nos daban proteína mexicana, la marca era Pro EWinner, en 2005 y 2006 nos dieron proteína de mejor calidad y se vio la mejoría del equipo, pero en sí no vi a un equipo superfuerte, para tener problemas de doping.

¿Se te presentó alguna especie de tentación de algún externo?

-No vi, se cuidaba mucho, la moda no era, al menos en mi época, estar superfuerte, me refiero a gran masa muscular.

¿Existen afecciones psicológicas que te puede causar una enfermedad, una lesión o una baja de juego?

-Muy grandes, estabas hablando de tu vida, estás hablando de futbol americano, todo lo demás son elementos externos, yo estudiaba pero el principal objetivo era el rendimiento en el futbol americano, y si te iba mal en una práctica o un juego, te sentías mal. Si no podía jugar, te frustrabas. Gracias Dios no me fue muy mal, en el rendimiento ni el parte de lesiones. Tuve una lesión contra el Tec Ciudad de México, fui aquí mismo en actividades deportivas, un señor don Manuel, que enseña masaje y acupuntura y a probar todo lo que se pudiera. Entré con muletas, salí caminando y pude jugar el siguiente juego contra Águilas Blancas.

¿Cómo has vivido el declive en tu rendimiento por la edad?

-Ya no espero tanto de mí, mi finalidad ya es... siempre ha sido divertirme, ya lo que exijo de mí es muy diferente, lo hacía con furia total los cuatro cuartos, no te digo que echo la flojera, jamás lo haría en un campo de juego, pero lo tomo de manera diferente.

¿Se fueron cumpliendo las metas?

-Yo tenía una meta que era ser capitán de Pumas, ser seleccionado y lo hice. Y con eso me quedo muy satisfecho, me dio la oportunidad viajar a Japón, seleccionado, ser mejor defensivo del año. Para un tackle ser mejor defensivo es una posición que no brilla, me tocó destacar hasta brillar tanto como para ser defensivo del año. Me fui contentísimo, me vacié por completo, y contento de lo que fui. No fui campeón, pero en un deporte de conjunto no me queda clavada esa

espinita, tengo que hacer lo mejor que pueda, lo mejor para que mi equipo gane, tengo que quedar vacío de futbol americano en esos cinco años. No pude dar más. Lo di todo.

¿Fuiste pensando en el retiro, en el futuro?

-Decía ya no quiero, me hablan por teléfono, les decía que no, me decían va a jugar tu amigo, me ponía el casco, me divertía, me iba bien, ya cada vez me gusta menos, cada vez me gusta más el tochito, es parte de tu vida, de tu estilo de vida, eso difícilmente lo voy a dejar.

¿Te representa cierta bronca por ya no jugar equipado?

Para nada, hasta los 33 jugué profesional, no me queda nada por demostrar. Siempre digo qué voy a ganar si lo hago y qué voy a perder. Lo que perdí fueron 12 kilos, ya estaba un poco gordito.

¿Cuáles son las principales exigencias en tu deporte?

-Es un deporte que te exige mental, físicamente y en tus valores y si no tienes esos tres balances equilibrados no te va a ir bien en ese deporte. Porque ves mucho talento pero si te frustras rápido no te sirve para jugar futbol americano. Se piensa que al futbol americano llegan jóvenes con problemas de autoestima, y para desahogar agresividad.

-Tuve un ejemplo en la final. Un chavo me dijo “coach”... Me dijo yo para mi mamá era un delincuente, un borracho y drogadicto, y ahora soy su héroe. Ellos te cuentan una historia, eso ni siquiera es mi responsabilidad, yo no hice nada, es su convicción, se encontraron un deporte que los enamoró y les corrigió el camino. Eso para mí vale más que cualquier campeonato en cualquier ligar, el jugador de americano es agresivo, indomable, creativo.

¿Existe algún tipo de riesgo por la fama en el futbol americano?

Aquí en México ninguno, no veo a ningún jugador tan famoso, Jonathan Barrera, pero ha aprovechado muy bien su fama. A mis compañeros nunca los vi desubicados, centrados, la mayoría eran hijos de familia y estudiantes.

Factor psicológico

¿Contaban con apoyo de psicólogos deportivos?

-No todos los años, pero sí contábamos. Teníamos una psicóloga que nos ayudaba con ejercicios de visualización de objetivos, que te vieras haciendo la jugada grande, tus debilidades, tus miedos, control de estrés, concentración, respiración.

¿Has tomado terapia clínica?

-No.

¿Alguna vez lo consideraste?

-No, pero entiendo que siempre es sano. Nunca he visto esa opción, ni me ha pasado por la cabeza.

¿Alguno de tus compañeros tenía el apoyo de algún terapeuta?

-No, aquí tenemos al centro de orientación educativa en la Facultad de Contaduría.

Como jugador, ¿notaste que alguien lo necesitara por problemas de cualquier índole o piensas que son cosas que pueden llegar a ocultarse?

-Había un chavo que tenía ataques de ira, y el coach lo llevó con la psicóloga para tratar de controlar. Solo fue ese caso.

Ahora como coach, ¿te parecería adecuado que se le propocionara a los jugadores este tipo de servicios para atender casos de neurosis, ansiedad, depresión, como un complemento para ellos?

-Sí, sería un buen complemento. Los noto bien, hace unos años tuvimos un chavo que era mitómano, los chavos lo rechazaban mucho, él inició una terapia en el COE, coincidí con su terapeuta, platicamos, creo que sí lo sacamos, hicimos equipo para ayudarlo y logramos que se graduara y creo que le va bastante bien.

¿Crees que sigue siendo un tema tabú? Tu deporte es de hombres, de gente competitiva, agresiva, ¿es un tabú decir voy al terapeuta?

-Yo creo que no es parte de nuestra cultura, así decir voy al psicólogo la gente percibe vas al psiquiatra y estás mal de la cabeza y sí se percibe mal, lo cual para mí sería como ir al médico, al oculista.

Nombre: Belem Guerrero Méndez		Sexo: F	Fecha de nacimiento (edad): 8 marzo 1974 (42 años)
Deporte: Ciclismo	Fecha de inicio en el deporte: 1982	Tiempo de practicarlo (fecha de retiro): 2008 (2011 última competencia)	
Familia: Padres y 4 hermanos.		Estado civil: Unión libre desde hace 3 años	
Escolaridad: Preparatoria (no concluyó)		Ocupación (adicional al deporte): Directora del Deporte del Sindicato de Maestros Estado de México	
Ciudad de origen: México		Fecha de aplicación: 18 de enero de 217	

Perfil:

Belem Guerrero es uno de esos casos excepcionales en el deporte mexicano en el que un esfuerzo individual y familiar, prácticamente de la nada, termina con la consecución de una medalla olímpica. Ganó plata en Atenas 2004 en la prueba de pista por puntos ubicándose detrás de la rusa Olga Slyssareva. En 2001, obtuvo el Premio Nacional del Deporte, máximo reconocimiento que otorga el Estado Mexicano a un deportista. Fue multimedallista en los Juegos Centroamericanos de El Salvador 2002, campeona de la Copa del Mundo y subcampeona del Mundial de Ciclismo. Toda una autoridad en el ciclismo mundial a principios del milenio. No obstante, la gloria olímpica supuso un caos en su carrera del que nunca se pudo reponer, desembocando en el retiro.

Factor familiar

¿Cómo era la relación con tu familia cuando estabas en el ciclismo?

-Desde muy niña nos inculcaron mucho el deporte, y siempre nos daban la oportunidad de practicar natación, gimnasia, basquetbol, volibol. Todo era a través del deporte. Donde nosotros nos quedamos a vivir, en Ciudad Nezahualcóyotl, era una manera de vivir diferente, muy compleja, muy diversa, entonces, mi mamá nos inculcó la cultura deportiva. A todos lo hermanos, casi todos practicamos un deporte, cada uno el deporte que le gustó.

¿Era una familia muy unida?

-Sí, sigue siendo muy unida, es lo que percibo en las fiestas, los convivios, siempre era apoyar a cada uno, poner ese granito de arena.

Tú no naciste en Nezahualcóyotl, pero llegaron a vivir ahí.

-Llegamos a vivir a Neza. Soy del Distrito Federal, nací en un pequeño hospital en La Villa, cerca de la Basílica. Viví unos tres años en el DF y toda mi niñez la viví en Nezahualcóyotl.

¿Cuáles eran los principales problemas que afectaban a tu familia?

-Económicos había muchos, aparte en dónde vivíamos no había muchas escuelas. Era una manera diferente de vivir, había drogas, el entorno era muy difícil, por eso mis papás nos inculcaban mucho el deporte.

¿Se fueron a vivir a Neza por una cuestión económica?

-Mis papás vivían cerca de La Villa, pero no tenían una casa propia, compraron un terreno en Neza. Mi papá nos dijo “nos vamos para allá”. Él sólo tenía una camionetita con la que vendía tanques de gas LP, era como se mantenía, hacía unos viajes fuera, a hacer encargos. Mi mamá llegó al terreno a hacer la casa, no había nada. No había agua, cuando llegaba mi papá el sustento que había era poco, había que estirar el gasto. No había muchas casas en Ciudad Nezahualcóyotl que yo recuerde, por ahí de 1978, y pues calles como tal, tampoco. Era pura tierra. Iba a una avenida a jugar, la Vicente Villada, e iba a que nos mojaran las pipas, porque eran donde estaban asfaltando. Yo iba, nos mojaban y regresábamos todos empapados. Esa era nuestra diversión, pero no había muchas cosas. El agua, a cuentagotas, teníamos que hacer pozos muy profundos para tener algo de agua. Ya cuando empecé a crecer, mi papá empezó a trabajar como mecánico para quedarse en casa. Consiguió dos camiones de carga en el transcurso de los años, y era como sustentaba a cinco hijos, y a sus papás, y hermanos que vivían con nosotros.

¿Te afectó esa situación apremiante?

-No lo ves así, eres un niño, no ves eso, disfrutas de la vida, de la convivencia, hasta que ya tienes una edad más o menos madura, que ya tienes 14-15 años que ya ves las carencias, las necesidades.

¿Cómo fueron esos tiempos cuando tenías que alejarte mucho tiempo por los entrenamientos?

-Me enfocaron tanto que me atreví a ser independiente. Desde los 12 años tenía campamentos y me sentía muy a gusto, disfrutaba lo que sabía hacer, la bici, el ciclismo, y compartir la adrenalina con los compañeros. Al principio yo sólo iba de “oyente”, porque me veían con futuro pero era muy pequeña. Me invitaban pero no me iban a incluir en el equipo. A la primera oportunidad yo iba, los fines de semana, y así poco a poco fui despegándome de la familia. En un momento lo sintieron más ellos que yo. Yo los frecuento ahora cada 15 días, cada mes. No es tanta la necesidad como mis otros hermanos, aunque tengo mucha comunicación con mi mamá.

¿Cómo te enamoraste de la bicicleta?

-Tenía alrededor de siete u ocho años. Yo estaba en el IMSS allá en Neza. Había preparadores de natación, yo entrenaba ahí. Mi papá se encontró a un compadre, que le dijo “vamos a llevarlos a la bicicleta”. A los hombres. Llevaron a mi hermano el mayor y yo dije “yo también quiero”, pero me dijeron que me esperara. A mi papá no le gustó mucho la natación por el cloro de la alberca y dijo que mejor la bicicleta, y empezaron a inculcarnos a todos el ciclismo, pero como es muy costoso, sólo teníamos una bici, uno corría y los demás viendo. Se subía uno y el otro se bajaba. Sólo se subían los mayores. Yo quería subirme, hasta que alguien que me vio con tanto entusiasmo que me prestó la bicicleta de su hijo, en el Bosque de Aragón, había un circuito que lo hacían cada ocho días. Yo estaba ahí tiro por viaje. Desde los ocho años.

¿Y cómo eras con tus amigos?

-Todavía soy muy reservada, soy una persona que para tener una amistad, sí la entrego completamente, pero son muy pocas, muy exclusivas, casi no hablo con nadie, soy muy reservada, dicen que no soy “chiveada”, ahora en este puesto, imagínate el cambio. Este es mi segundo puesto de este tipo. Hablar era un tema

difícil para mí. Lo que he podido trabajar, me han dado la oportunidad de dar pláticas motivacionales, pero al momento la multitud, la gente, que perciba algo bueno de ti, es el momento más crucial, desde hace cuatro años más o menos a la fecha. Ahí vamos.

Algunos deportistas dicen que sacrificaron su niñez, su juventud por dedicarse al deporte, ¿cómo fue en tu caso?

-Yo siento que en mi caso no fue así. Yo me siento satisfecha con lo que hice, por mi propia personalidad, que soy reservada, comparándome con uno de mis hermanos, no hubiese podido porque les gustan las fiestas, bailar.

Y tú no lo hacías.

-No, para nada.

El entrenador no llegaba y decía "Belem no ha llegado".

-Al contrario, el entrenador me decía "nunca en mi vida había trabajado con alguien como tú". No sólo era la disciplina, sino mi forma de ser.

¿A quién recurrías cuando tenías algún problema?

-Hermano o mamá, más mi hermano, menor que yo, sabe no toda mi vida, pero la mayoría de las cosas, tenemos mucha comunicación, sabemos mucho tanto él de mí, como yo de él. Dos años menor que yo. Me ayudó para estar en las Olimpiadas. Fue mi mecánico.

Se convirtió en parte de tu equipo.

-Fue mi equipo. Cuando me veía llorando me decía "¿qué pasa?". "Es que yo te había dicho que iba a ganar". "Mira, me lo vas a demostrar pero me lo vas a demostrar bien". Esa es la manera en que yo podía complementarme. Cuando era más pequeña, no, porque no podía estar conmigo, pero después con una llamada... Cuando empezaba a competir, mi papá chiflaba, yo ya sabía que era a

morirme, sabía que estaba él, y me entusiasmaba y salía a demostrar que era la mejor.

Factor económico

¿Cómo calificas tu situación económica actual y cómo era cuando empezaste en el deporte?

-Sí se puede a lo mejor vivir del ciclismo, no te digo como mujer sino como profesional del deporte. Pero tienes que ser una de las mejores, para lograr que te den un buen apoyo. Ana (Guevara), Soraya (Jiménez), Iridia (Salazar), las nuevas chicas de Juegos Olímpicos, María del Rosario (Espinoza), Lupita (González), te apuesto que saben que sí se puede con el apoyo económico que les están dando. Si eras de las ocho mejores del mundo lo tenías todo. Buen material, apoyo, equipo, entrenadores, masajista, sí tienes la oportunidad, pero tienes que estar entre los ocho mejores del mundo, pero si no... porque lo viví en el transcurso de llegar a mis primeros Juegos Olímpicos, pero no alcanzaba ningún apoyo, hasta que llegué a Sidney y quedé en cuarto lugar.

¿Tuviste algún empleo para costear tus entrenamientos?

-En México, era el deporte y la escuela, cuando tenía 13-14 años. Después fui a los Centroamericanos, en los 90, gané medallas de plata, me dieron una beca, Proexcelencia a los mejores atletas jóvenes. Costó mucho trabajo. Me decían que sí en la Federación (de Ciclismo), y luego me decían “tú no, eres mujer, no tienes experiencia internacional”. Yo tenía un entrenador que me dio la oportunidad de conocer Italia. Mi mamá me dijo que si quería un viaje o fiesta de XV años, y mi papá y mi mamá vendieron su camión para mandarme Italia. Allá estuve en una casa, donde yo tuve la oportunidad de apoyar a la señora a hacer arreglos florales y en una cafetería, y en mis tiempos libres a entrenar, y cuando fue la competencia gané, novedad porque como mexicana, como latina, nueva, porque no había mexicanas que ganaran nada allá. Me regalaron muchas cosas, bicicleta, uniforme. “Vente a correr acá”, me decían. Me regresé después de cuatro o cinco meses, mi mamá no me había dado más que 50 dólares para todo ese tiempo.

¿Acá en México tuviste algún trabajo?

-Se fueron dando las cosas por los resultados que iba consiguiendo, Proexcelencia me siguió apoyando conforme iba ganando, y la beca nunca la perdí, al contrario, empezó a crecer, qué necesitaba, qué apoyos requería, todo el tiempo tuve buenos resultados, Centroamericanos, Panamericanos, Mundiales.

¿Con lo que te daban te alcanzaba para vivir bien?

-Realmente no necesitaba nada más, tenía bicicleta, material, había carencias de algunas cosas, algunos problemas cuando se manejaban los recursos a través de la Federación, cuando se hizo todo directo con el atleta fue mucho más fácil. Hubo muchos tropiezos, descalabros, no fue sencillo. Hubo cosas buenas de la gente que estaba detrás de ti, y otras malas, ponían piedritas para no alcanzar el objetivo. Mi meta era llegar a Juegos Olímpicos. Cuando tenía ocho años vi Juegos Olímpicos en la tele y dije “yo de ahí soy”. No sabía en qué deporte, no sabía en qué disciplina. Solamente fue el enfoque. Cuando fui a Atlanta 96 me gustó, pero me quedé con la espinita porque dije “yo le puedo ganar a ella”. Fue la dinámica de llegar a Sidney, cuando quedé en cuarto, me dijeron que podía subir al tercero porque el primero era doping, no pasó, pero estaba a gusto con lo que hice. Mi hermano me dijo “Atenas, cuatro años más, concéntrate bien, prepárate y te van a dar una aureola de olivo”. Ése es el apoyo de la familia. Le dije a mi hermano “sí, vamos a ver”. “Ya estás ahí, cuarto lugar, para una medalla...” y me preparé cuatro años más, pero más específico, más concentrada, con más experiencia, y un entrenador nuevo, que me hizo revolucionar, con Óscar Echavarría, cubano, muy bueno, falleció hace seis años, para mí el mejor entrenador. Esa fue la chispa que me empujó.

¿Cuáles son tus perspectivas económicas ahora que ya no compites?

-Estar estable, ¿no? Porque toda la República Mexicana se han escuchado, se han notado muchos problemas, me preocupa realmente, lo viví el año pasado y el antepasado, ¿qué voy a hacer si se me acaba el apoyo? Me retiré en 2008,

aunque competí en 2011 y gané el campeonato nacional. Ya soy más de hacer proyectos, para los jóvenes, preparar talento.

¿A qué te dedicaste después del ciclismo?

-Tengo una escuela de ciclismo, le puse mis iniciales (BG) procuro ayudar a la gente, estuve trabajando con niños, desde la edad de seis años hasta 13 años, estuve dos años con ellos, fueron campeones nacionales, para mí era satisfactorio ver que sí puedo transformar y generar talento, me dieron la oportunidad de trabajar en un municipio cercano, que es Almoloya de Juárez, después me pasé al Imcufide, como entrenadora de los mismos niños. Se cierran círculos políticos cada tres años, los proyectos se quedan, yo quería que los jóvenes no pasaran por los mismos problemas que yo, que los recursos llegaran hasta donde se necesitan, cuando se los comenté a los papás, algunos se quedaron. Cuando cerré la escuela, me fui a buscar trabajo a los ayuntamientos, al PRI, y ahí me dieron trabajo donde estaba Noé Hernández, en la Secretaría del Deporte. Ahora estoy en el Sindicato de Maestros del Estado de México, aquí soy la directora del Deporte, organizamos los Juegos Magisteriales. El Sindicato ya lleva 64 años y los Juegos 40.

¿Cuáles son los riesgos de tener mucho o muy poco dinero?

-No estoy en ninguno de los dos extremos, ni tanto que queme al santo... he tenido la oportunidad de moverme, buscar talento ahora para los jóvenes, en eso se encauza mi trabajo, me pagan por ello.

¿Eras gastalona?

-Sí, soy gastalona. En lo que me gusta sí le pongo, pero aun así soy austera, no soy una persona que quiera llamar la atención, que busque tener tantos lujos, si ves mi carrito me vas a decir "guau, ¿te cae, Belem?". Si no vengo en carro traigo una motoneta. Llamo la atención en la bici, porque me gustan los colores vivos en el uniforme, ahí me convierto en otra persona, abajo soy como cualquier persona. Hay muchos como entrenadores y deportistas que viven en un cuarto y apenas

para comer, sientes pena, porque no lo supieron explotar, y eso es lo que a la mejor les pasa a todos los atletas. ¿Qué hago? ¿Qué voy a hacer si soy un atleta? Esa es a lo mejor la etapa más complicada que un atleta tiene que pasar y saber pasar. No sabes qué vas a hacer, cuando te dicen “sí este es tu trabajo”, no te vas a echar para atrás,. Igual al deporte agarré el toro por los cuernos, le vas dando la idea. Cuesta mucho trabajo esa transición porque eres deportista, hacía entre 300 y 800 kilómetros a la semana, imagínate al mes, al año, 25 mil kilómetros al año, gimnasio, descanso, masaje, dedicarme al 100 por ciento a la bicicleta, con el objetivo de ir a todas las competencias y ganarlas, es una vida muy diferente a la que estoy conociendo ahora. Es muy diferente, ahora es de salir, de pachangas, de comer taquitos, actos sociales, es un cambio rotundo. Nunca habíamos abierto las puertas más que para ir a entrenar y regresar, ahora vas a una fiestecita, una cerveza. ¿Por qué no me habían dado esto, caray? Empiezas a probar cosas diferentes. Creo que por eso te bloqueas para el deporte.

¿Ya no te subes a la bici?

Sí, Lo más importante es que tienes que hacer un desentrenamiento, todo tu cuerpo fue al límite, al exceso, no puede bajarte así nada más.

Factor social

Ya mencionaste que contabas con todo cuando estabas entre las mejores del mundo, pero cuando comenzaste ¿contaste con las instalaciones y entrenadores adecuados?

-Al principio fue difícil, a veces no te dejaban usar el velódromo, tenías que buscar apoyo, un poco complicado cuando solicitabas algo, pero cuando empezaron a llegar los buenos resultados ya pasabas a cualquier velódromo, pero sí costó trabajo al principio.

¿Cuál fue el principal problema para ti?

-Al principio el problema fue el traslado. El velódromo donde entrenaba era el Agustín Melgar. La bicicleta de pista es fija, no tiene frenos, económicamente

todavía no tenía un apoyo, la tenía que subir al Metro, a escondidas porque no nos dejaban entrar, la desarmaba, intentaba que las ruedas fueran adelante con mi mamá y yo el cuadro atrás, casi diario, tres veces por semana,

¿Siempre te acompañaba alguien?

-Mi hermano, mi mamá, cualquiera de la familia, sobre todo mi hermano, Ir al COM cuando hubiera que ir a rodar, era pedir un auto de mi papá que estaba arreglando para trasladarme, me llevaba y regresaba en pesera, taxi, y dejar la bicicleta,

Parece que esa medalla fue de toda la familia.

-Sí, no es sólo mía, de un equipo atrás, de toda mi familia, mi mamá, mi papá, del apoyo que me dieron, encuentras otro equipo, en otras personas, el equipo que estuvo atrás de mí, entrenador, masajista, doctora, mecánico.

No es fácil que un hermano te acompañe todos los días a entrenar.

-A veces sí era complicado para que me acompañaran. El trabajo se lo tenían que estar turnando mi papá y mi mamá. Uno jalaba, el otro estiraba. Y no sólo yo, imagínate, cinco hermanos. Todos diferentes gustos, uno baile, otro natación, era un poco complicado.

¿Cómo fue tu relación con aficionados y los medios de comunicación?

-Con los aficionados bien. La gente me pide que la acompañe, y si puedo, con gusto. En el ciclismo le gusta al que lo practica, no es como el futbol. Es muy bonito compartir con la gente de ciclismo, rodar, compartirlo amablemente. A lo mejor toman a mal a veces porque soy una persona muy reservada. Y con los medios de comunicación, quien me empezó a ayudar mucho con ellos fue mi entrenador, el cubano, me decía que hablara con ellos, que ellos me daban la pauta. “Es que luego pegan”. “No importa, no importa, cada que te quieran pegar explícales”. Yo le decía “sí, entrenador, pero a veces es difícil”. Y me decía “vas a tener esto o el otro”, él fue el que me ayudó mucho, la doctora que me ayudó en psicología, me ayudó a controlar el estrés, que es muy fuerte con ellos, porque me

dicen "Belem, te vamos a hacer unas preguntas". Y te dicen "¿qué perfume te gusta?". "¡No pues éste!" "¿Qué libro te gusta?" "Éste". "¿Qué otro deporte te gusta?". "Patinaje". "¿Qué te gusta de comer?" "Ah, pues el pescado". "¿Vas a ganar la medalla sí o no?". Ohhh. "¿Sabes cuánto te van a dar?" "No me digas ya nada". Yo solamente tengo un objetivo. Estar bien para ese día para lograr el mejor resultado.

Y para los medios sólo cuenta que ganes, ¿no?

-Sí a ellos no les importa nada más. Si quedaste en cuarto, uta. "Ya llegó la del cuarto". Porque pasa, ¡eh! Me pasó. En Sidney hice un buen papel, pero para ellos...

¿Te llegaron a criticar fuerte?

-En algún momento sí. Tú quieres lo mejor, cada que subía a la bicicleta me transformaba y quería ser la mejor, pero para mí. Cuando te pegan y te dicen "No ganaste", "no eres buena", "eres chaparrita, ¿cómo le puedes ganar a las grandotas?". "Ay, pues si no las voy a cargar". Había puntos a favor y a veces en contra.

¿Y eso afecta, te llega a estresar?

-Por eso no quería acercarme a ellos, ni quería darles la atención, el que me ayudó fue mi entrenador, que les dijera qué estaba haciendo, cuántos kilómetros hacía, a dónde fui de campamento, los picos que hacía, todo el tema del entrenamiento, los envolvía en otro tema, para que no me dijeran "no eres buena", "no tienes las facultades", "otra vez te vas a quedar en cuarto". Me preguntaban "¿no llegó tu bicicleta". "No pero ahí tengo otra". "Pero te afecta". "No, la otra está igualita".

Maduraste con el entrenador cubano entonces...

-Maduré con el entrenador cubano y me ayudó mucho a ser muy fuerte, a tener la velocidad que no me había podido sacar ningún otro entrenador, la explosión y el trabajo de potencia que él puso específicamente para mí.

Y después vino la gloria olímpica y te cambió la vida.

-Sí, definitivamente, cambió muchísimo. No pensé que iba a ver tanta gente (al regreso de Atenas), no comprendía, iba con el objetivo de que se me reconociera, pero el que haya ido tanta gente a Ciudad Nezahualcóyotl nada más para verme, fue impresionante. Yo decía “guau, ¿y ahora?”. No se podía mover el camión para poder trasladarme, en la explanada del ayuntamiento estaba repleta. Neza tiene más o menos 2 millones de habitantes, para que desbordara de gente la explanada era una cantidad razonable.

¿Qué sentiste, Belem?

-Yo nada más no me lo creía. ¿Por qué yo? ¿Por qué tanta gente viene a verme? Cuando vi el video dije “ah, ok, ya entendí”. Si lloraron los comentaristas y gritaron como locos. Ya entendí por qué el fervor de la gente. Una medalla la tuvo Ana, Soraya, tantos deportistas y por qué a mí, la gente se entregó, fue por la manera de narrar.

También se identifica la gente por el terruño, ¿no? Fuiste adoptada por Neza.

-Pues sí, al final dijeron “ésta es de nosotros”. Entonces esa es la manera en que no supe balancearlo. Me decían “¿Belem, puedes ir?” “¿Te postulamos para presidenta municipal?” Había el color amarillo (PRD) y sigue el color amarillo. Entonces me pedían eso. Yo no buscaba eso. Me invitaban a fiestas, salones, antros y me pagaban todo. Ya llevaba un mes y dije “¡Ya!”. No podía ni salir a rodar en la bicicleta tranquilamente. Por una foto, “párate”, “ándale, acompáñanos”. Era demasiado. No lo supe controlar, se vino una etapa que dije a mí no me toca ninguna ciclista. ¡Mangos, qué! Y empecé a la decadencia, a los resultados poco satisfactorios. A nivel nacional no tuvo repercusión. Pero internacional, sí, porque vinieron jóvenes que tenían 27-28 años. Y como

medallista olímpica todo mundo esperaba que ganara y yo también esperaba ganar.

Eras la rival a vencer...

-Era la rival a vencer de todas las americanas y las europeas, porque la rusa (ganadora del oro) se había retirado.

La exigencia aumentó sobre ti.

-Sí y yo no empecé a trabajar como antes, ya decía “no, ya con eso”. Y como no estaba mi entrenador. Los dos desaparecimos, uno en Cuba y yo en México. Se acabó el contrato, él quería estar en su país y me dijo que me fuera a allá, que me entrenaba en Cuba. Y yo dije que no, que acá tenía todo. Yo era la reina aquí en todos lados a donde fuera, yo era feliz, ahí fue el detalle donde yo me equivoqué. A lo mejor en el siguiente ciclo olímpico (Beijing) podía lograr un buen resultado y llegar como campeona mundial, pero como él se fue, regresó, me dijo que me fuera a entrenar, que me alcanzaba, y ahí empecé a tener los accidentes, entrenando, tuve bastantes fracturas, de ahí empezó a decaer bastante mi trabajo. Después fui a Chihuahua, a otra competencia, y otra fractura, Y dije “ahí muere”, empecé a bajar mi nivel, quería clasificar en 2007 a Juegos Olímpicos, lo hice, pero le dieron el pase a otra compañera. Yo dije “muchas gracias”. Era una plaza que aunque la hayas ganado tú se lo pueden dar a alguien más, y ya no fui a Beijing.

Ese ciclo entre Atenas y Beijing fue muy duro para ti.

-Sí, fue cuando dije “¿qué hago?”. En 2007 seguí compitiendo y tenía buenos resultados y a mí me pedía la Federación la prioridad de la ruta y la pista iba a tener una invitación. Cuando clasifiqué mi nombre no apareció, pusieron a alguien más. Dije “gracias, yo me retiro”. En 2009 casi no hice nada y en 2010 empecé con mi escuela de ciclismo.

O sea que sí hubo muchos riesgos por la fama.

-Sí, definitivamente, ahora digo que tengo que pisar fuerte, seguro, que no puedes estar alardeando de ser la mejor, eso cuesta mucho trabajo, y más en los deportistas que buscan una meta, y es ganar una medalla, la ganan, se sienten satisfechos, como cuando tienes un título, terminas de estudiar, pero no sabes para dónde, y eso es un tema muy especial para todos los deportistas, y si se los comentas les dices ¿qué sigue? Y te apuesto que la mayoría no tiene ni idea. Esa es la incógnita.

Factor académico

¿Tuviste las facilidades para ir a la escuela?

Sí. Estudié hasta la prepa, no terminé. La dejé por el deporte.

¿No tuviste problemas con tu familia por dejar la escuela?

-Uh, sí. Tantos coscorriones que me dio mi mamá y todavía me lo dice. Es normal porque ella quería que sus hijos tuvieran deporte y estudio. Y yo fui la más burrita de sus hijas.

¿Sí se te complicó combinar estudios y deporte?

-Sí, sí, completamente. Y a lo mejor sí lo podía lograr, pero definitivamente la escuela para mí no es, no puedo decirte que el deporte es absorbente, mentira, puedes estudiar.

Aunque no te gustaba mucho la escuela, ¿te hubiera gustado estudiar una carrera?

-Me hubiera gustado bióloga o doctora, me gustaba la medicina, los animales, a través del deporte aprendes algunas cosas, cómo trabaja tu cuerpo con el entrenamiento. Mi entrenador me enseñó mucho.

¿Lamentas haber dejado los estudios, más allá de los coscorriones que te da tu madre?

-Creo que no se me da, pero lo seguiré intentando (risas). Lamentando no, como tal. Sí me he topado con retos que me exigen esa parte, pero cuando me caí, me fracturé de la clavícula. Se rompió en tres partes. Me operaron para que no se fuera a astillar la vena aorta, yo decía que me dejaran así, me sacaron una radiografía y ya no me dieron oportunidad de decir que no. Cuando me pusieron la placa, me dijeron que moviera el brazo, luego que empujara al doctor, lo hice y no me dolió, ni ocho días me tardé para poderme subir a la bicicleta, con costillas rotas, cervicales rotas, porque iba a ir al Campeonato Mundial, fue cuando entendí que debía haber tenido reposo. Aprendes muchas cosas.

Factor físico y salud

¿Cuáles fueron las principales lesiones y enfermedades que has sufrido?

-Cervicales, costillas, de ambos lados, por al accidente.

¿Qué pasó?

-No supe, cuando vi ya estaba en el hospital.

Supimos que te había embestido un camión.

-Es lo que me decían, ya no supe, ni quise investigar. Tuve fracturas de clavícula, costillas y cervicales. Nada más vi blanco y me dijeron “m’ija, párate porque te van a volver a atropellar” y yo me quería parar pero ya no supe de mí. A lo mejor el del camión ni me vio. Yo creo que ni sintió.

¿Ibas sola?

-Sí. Precisamente por la comunicación que nos faltó entre mi entrenador y yo.

¿Y se vio mermado tu rendimiento?

-Sí, porque dos meses y medio tuve una competencia en Chihuahua y tuve otro accidente, también caí en la competencia (en 2005) y también tuve fracturas.

¿Cuáles son los principales riesgos por la práctica del ciclismo?

-Una caída, pero no es sólo una. En la bicicleta siempre te caes. En México no existe la cultura del ciclismo como en Europa. En México la gente porque me conoce, me pita y me saluda. Pero no a todos. En Europa hay más respeto, hay más conocimiento del ciclismo.

¿Te viste involucrada en problema de doping o adicciones?

-No que yo haya ingerido o tomado.

¿Alguna vez diste positivo?

-Sí, me lo hicieron ver así, cuando salió una de mis compañeras en Juegos Centroamericanos. Por un antigripal. A ella le dijeron que salió positivo, la sancionaron, le quitaron todas sus medallas, en esos días. Pero fue ella. Yo salí gané las medallas, venía para México, a ella la detectaron, la bajaron del avión, Cuando llegué a México me comentaron, yo no sabía. Al otro día el presidente de la Federación anunció que eran tres dopadas, entre ellas yo. Yo tenía la calificación al Mundial, ya no iba a poder ir, fui a preguntar, me hicieron una segunda prueba, fui al Mundial, me hicieron otra prueba. Nada. Ni tabaco, ni alcohol. Nada.

El ciclismo va de muy de la mano con el dopaje, es un deporte brutal, muy exigente, y si es mediático como el Giro de Italia o la Tour de Francia más aún.

¿Es muy difícil mantenerse alejado del dopaje?

-Creo que sí, si te das cuenta todos los deportistas que están entre los mejores del mundo necesitan algo que los pueda ayudar, un suplemento. Yo corrí el Giro de Italia, una vez solamente. Fueron 15 días, y esos 15 días para mí fueron avasalladores, eran alrededor de 200 kilómetros diarios, en subida, bajada, lluvia, las personas adelgazan demasiado, no comen para reducir peso en las cuestas, buscan estar más delgados. ¿Cómo hacen para estar tan fuertes? Con los suplementos, con algo que los pueda ayudar a estar delgados y muy fuertes en la subida y en la contrarreloj. No sé cómo le hacen. Cuando estuve en un equipo profesional en Italia te quedas... mejor me regreso a la pista. Es demasiado. Ver

cómo todos piden algo para que los ayude, tú estás corriendo al natural no te dan las piernas, a veces no dormían, es impresionante.

¿Por qué corrías las dos modalidades, pista y ruta? ¿Así se acostumbra?

-Así se acostumbra si quieres andar bien en la pista, tienes una base muy fuerte que es el fondo, más resistencia. No es nada barato correr ruta. Yo tuve que estar en un equipo profesional, me invitaban porque era de las mejores a nivel mundial, y les ayudaba como sprinter y les ayudé a ganar varias etapas.

Con todo ese ritmo que traías hasta la medalla de Atenas, ¿te afectaron mentalmente las lesiones? ¿Te sentiste deprimida?

-Sí, es cuando ves si realmente está la gente contigo, y los que estuvieron fue familia, los que me apoyaron, te deprimen pero tienes que salir a flote. Es complicado, muy complicado, pero tienes que ver otra vez la luz. Es difícil. Ahora que hago la bicicleta, la gozo, la disfruto como al principio.

No sólo fueron las lesiones, fue un ciclo 2004-2008 muy difícil...

-Sí, muy complicado porque yo tenía el objetivo de ir al Mundial, prepararlo bien, y ganarlo. Mi entrenador me dijo que sí, el problema fue todo lo que generó Juegos Olímpicos, todas las invitaciones, las distracciones, las reuniones, no tomaba, pero el desgaste era demasiado,

¿Y cómo afrontaste el declive en tu carrera?

-Resignación (risas). Decir “bueno, hay jóvenes, hay talento, debemos darle espacio a ellos”.

¿Te pegó?

-Sí, sí me pegó. A nivel nacional, no. Es lo malo, física y psicológicamente me impongo, por el nombre me ven y empiezan a temblar. Lo siento pero la que ejerce su ley soy yo. Maña y experiencia. Pero a nivel internacional n'ombre, mis coscorriones fueron bien buenos.

Factor deportivo

¿Cumpliste tus metas en el deporte?

-Sí, sólo me faltó ser campeona mundial, pero todo lo demás, líder de copas del mundo (serial clasificatorio para el Campeonato Mundial de Ciclismo), campeona de copas del mundo, subcampeona del mundo.

¿Te sientes satisfecha?

-Sí, gracias a Dios los resultados están a la vista, me gustaría que fueran un reto para alguien más. Ya hay una línea, yo quiero que la pasen.

¿Cuáles son las exigencias propias de tu deporte?

-En la parte de ruta, tiene exigencias y dificultad física, económica, preparación y el objetivo que tengas. Ésa es la exigencia más grande. En la pista es más o menos lo mismo, pero no es tan desgastante como la ruta, son 40 minutos, que se te sale el corazón, mucha adrenalina, mucha destreza, definir la estrategia de lo que vas a hacer, son segundos en los que tienes que decidir, es la diferencia entre ganar una medalla e irte sin nada. Me costó mucho llegar a Juegos Olímpicos, tenía un deterioro de la vista, miopía, no alcanzaba a ubicar bien, en la pista si pierdes unos segundos es fatal, no alcanzaba a notar con el desgaste en la pupila. Después de Juegos Olímpicos me operé para tener la vista mejor, me dijo el doctor que fue por una tensión excesiva de todos los músculos del ojo. Ya no alcanzaba a ver rápido.

¿Cuáles son tus planes ahora en el retiro? ¿Sigue percibiendo una beca como medallista olímpica?

-Es una beca vitalicia del gobierno federal, así está estipulado para los medallistas olímpicos, no sabes nada de eso hasta que terminas Juegos Olímpicos, en mi caso. Yo no buscaba eso. “¿A poco había eso?” Ahora te das cuenta que necesitas dinero, empiezas a ver la vida la real, sólo tenía la deportiva, te encierras en un círculo que es el deporte

¿Hay una enorme diferencia entre ser medallista olímpico y no serlo?

-Sí, muchísimo. Ser medallista te va a costar. La vida sería diferente si me hubiera quedado sólo con mi cuarto lugar de Sidney, hasta amargo, y que no te reconocieran y otra cosa, el nombre como medallista olímpico te abre puertas, de trabajo, de todo.

En el caso de las mujeres deportistas hay un factor adicional que es la maternidad, no te puedes embarazar.

-No.

¿Cómo lo manejabas, tenías pareja?

-Sí, pero creo que tengo un problema en ese aspecto, no he podido tener familia, no sé si es la vida o el camino que me tocó, pero he buscado la forma de tener una familia y no se me ha dado. Bueno. Vivo en unión libre, el detalle ahorita es que mi vida de pareja, de relaciones, no tuve una solamente una persona, y cuando empecé yo quería a lo mejor bajar la luna y las estrellas, no se dio, no se dio tampoco tener familia, me limité, corrimos por un camino distinto cada uno, y ahora en esta relación estoy en unión libre, llevamos tres años, bien, estable, a gusto, diferente, sí, me gusta.

¿Cuando una mujer es ciclista, tiene que estar muy pendiente del tema del embarazo?

-Cualquier deportista, igual una de taekwondo, de caminata, de atletismo, puede tener una relación pero no puede embarazarse, porque trunca en ese momento, no todo el tiempo, algunos meses, después cuidar al bebé, si la apoya, no sé son varios temas a considerar, no es mi caso. Qué más hubiera querido.

Además coincide el momento de la cúspide deportiva con que tu cuerpo reclama ser madre, ¿cómo lo viviste, cómo viste a tus compañeras?

-Hasta ahora lo he estado viviendo. Un ejemplo, desde hace unos seis años he estado viendo gente que ya se casó y tiene hijos, y por qué yo no, si ni me estuve cuidando, y ya empezamos a ver una manera de ver la opción de qué está pasando, tienes un problema, a lo mejor es por todo el trabajo deportivo que hiciste, fue mucha la exigencia en la bici, tu motor está todavía en otro proceso, tiene que cambiar, espero cambie, espero que tenga la oportunidad de ser mamá, y yo he visto las otras etapas y qué bonito, me gustaría conocer esta faceta de madre, diferente y muy nuevo, que cambia tu vida.

¿Supiste de casos de abortos entre las atletas?

-Ay, en México no tanto, como yo estaba en el ámbito en Europa las rusas fueron las que tuvieron mucho eso, porque te da más fuerza, creo, si estás embarazada, no sé si sea verdad, pero ellas competían con cuatro o cinco meses de embarazo, y andaban ganando. No sé si estaban bien.

¿Y después interrumpían el embarazo?

-Algunas sí, cuando tenían menos de tres meses, iban a competir, ganaban y después lo interrumpían. Y eso era doping.

¿No podías competir embarazada?

-Sí, podías competir embarazada pero no podías interrumpirlo, si no seguía era caso de doping. Cuando los vi dije “por Dios, ya mejor me voy porque éstos están locos”. Y todo por ser los mejores, han hecho muchas cosas.

Factor psicológico

¿Llegaste a recibir el apoyo de psicólogos deportivos?

-Sí, más para llegar a Juegos Olímpicos en el 2003 y 2004, tuve una psiquiatra para ayudarme a lograr mi objetivo. Pero creo que es necesario para todos los deportistas. Todos lo tienen en el alto rendimiento, aunque algunos dicen “yo paso”. Pero es importante para todos si tienen el objetivo claro que es una medalla.

¿Y en lo personal tuviste un psicólogo?

-No (risas).

¿Por qué la risa?

-Es que sí me han dicho. Me dicen “ve, Belem”. Me encontré a una doctora que me ha estado atendiendo y me dijo “yo también soy psicóloga”, y le digo “¿ah, sí?” y me doy la vuelta. Le doy la vuelta a la psicología. Cuando me la pusieron como atleta de alto rendimiento dije “bueno, sí, ya venga”, pero como que muy grato no era para mí, pero era parte de lo que quería mejor.

¿Crees que un atleta requiere del apoyo de un psicólogo clínico adicional psicólogo deportivo?

-El atleta tiene sus detalles. Yo creo que se necesita. No solamente en el aspecto deportivo, en el transcurso de la vida, aunque a lo mejor lo niego cada que puedo, le doy la vuelta, en el deporte yo lo tuve, y te ayuda, porque te ayudan con el enfoque, con tus miedos, dentro y fuera de la competencia, saberlos llevar, menos cuando tienes más ansia,

A final de cuentas los atletas tienen problemas como cualquier persona.

-Es un rollo, los mismos problemas, si tú vas a competir y dejas a tu pareja, dices “¿qué hago?”, “¿qué pasa?”. Cuando regresas te dicen “¿qué crees? “Tuve un desliz”. ¿Cómo lo pasas, cómo lo manejas? Es cuando en verdad necesitas a una persona para terapia, y no solamente a ti, sino a tu pareja, si no, no vas a avanzar.

¿Llegaste a competir preocupada por un gran problema personal?

Sí, no una vez, dos o tres veces.

¡Cuéntame!

-Noooo... (risas) Uno de esos fue venir de una competencia de Europa, alrededor de seis meses o más, en Italia, en el equipo profesional y me dice “¿qué crees?

Pues tuve un desliz, y fue con esta persona". "¡Híjoles!" Cuando vas a ir a competir. Sólo venía a México, lo iba a ver, estaba emocionada, y me tenía que ir a competir. Cuando te dice eso y dices "pues ya", Y tienes que salir a Juegos Centroamericanos o Panamericanos. ¿Cómo vas? Destrozado. No estás pensando en la competencia aunque físicamente andes al 100 por ciento. Y que estás en óptimas condiciones, una base y una estructura, venía del Giro de Italia, había ganado una etapa, y me decían que era la mejor, y vas a llegar allá al 100 por ciento, vienes con toda la motivación, y llegas aquí y te la bajan, Llegas a la otra competencia y no estás (concentrado), compites porque estás ahí, pero realmente está desconectado tu cuerpo con la mente. No sabía si había ganado. Nada. Quedé en segundo y me preguntaban que por qué. No sabes nada, solamente estás pasando un proceso, de dolor. ¡Síguele! Cuando regresas le dices que ya, tú por tu lado y yo por el mío, esa fue la manera que pude resolverlo.

O sea que reflexionaste sobre el futuro de tu relación estando en Juegos Centroamericanos.

-Sí, porque dije va a ser lo mismo, otro desliz, mejor que se vaya a hacer los deslices que quiera, y ya tan-tan, me quise concentrar en el deporte, eso fue cuando tenía 24-25 años, me quise dedicar plenamente al deporte, Me buscó, no sé por qué, te busca gente, no sé por qué, en un momento dado te agrada, y a lo mejor dices que sí, pero es un poco incómodo porque el deportista se está enfocando más en el deporte y cuando regresas y ves dices "¡por Dios!". Es cuando empiezas a cambiar.

Es que te fuiste seis meses.

-Sí, pero vas en una línea, no por otra cosa, no piensas más que en eso, era fiel, sí, más de seis meses enclaustrada nada más en el deporte, tenía un objetivo muy claro, tu pareja, tu deporte, tus sueños. Así me enseñaron a hacer las cosas, no ves que esa persona es diferente a ti, y esas diferencias son enormes.

¿Buscaste ayuda en ese momento? ¿Se lo contaste a alguien?

-No le platiqué a nadie. Sólo me lo guardé.

Nombre: Alfredo "Zurdo" Ortiz Uzcanga		Sexo: M	Fecha de nacimiento (edad): 12 enero 1944 (72 años)
Deporte: Beisbol	Fecha de inicio en el deporte: Desde niño.	Tiempo de practicarlo (fecha de retiro): 1980	
Familia: Esposa (segundo matrimonio). Un hijo de cada matrimonio.		Estado civil: Unión libre.	
Escolaridad: Secundaria.		Ocupación (adicional al deporte): Jubilado.	
Ciudad de origen: Medellín., Veracruz		Fecha de aplicación: 29 septiembre 2016	

Perfil:

Legendario jugador de los Diablos Rojos del México, el equipo más popular, más querido y odiado, del béisbol mexicano. Ganó 255 partidos, máxima cifra para un pitcher zurdo en la Liga Mexicana. Integrante del Salón de la Fama del beisbol mexicano. Fue una estrella de su deporte que, no obstante, enfrentó un sinnúmero de injusticias laborales que derivó, en 1980, en una huelga histórica en el deporte profesional mexicano y la conformación de una liga alterna, de escaso éxito. Un movimiento que fue repudiado y perseguido por los directivos de la liga, convertidos en caciques del deporte profesional. La popularidad del "Zurdo" Ortiz llenó estadios, pero no se reflejó, pues, en ganancias elevadas que le permitieran gozar de una vida holgada, ni como jugador ni tras el retiro. Hoy vive de una pensión que le brinda de buena voluntad el empresario Alfredo Harp, actual propietario de los Diablos Rojos.

Factor familiar y personal

¿Cómo era la relación con sus familiares? ¿Cómo vivió su niñez?

-Bueno, yo fui de familia muy humilde. Éramos ocho hermanos, yo soy el mayor. Ya sabes, cuando es mucha familia y el papá no tiene un sueldo estable. Ahora en la actualidad, uno piensa en tener poca familia para darle una buena educación, nosotros fuimos nueve. Vivimos con muchas carencias y eso no creo que esté bien. Cuando eres el mayor... a veces dormíamos sin cenar, no teníamos lujos. Íbamos en escuela de gobierno, siempre se sufre.

¿Qué otros problemas había en su casa con la familia además de la limitación de recursos?

-Cuando una familia es grande y no hay recursos, no se vive como debe de ser, los padres trataban pero no alcanzaba para todo.

Cuando empezó a jugar beisbol, ¿tuvo el apoyo de su familia?

-Mi papá a veces me acompañaba. Donde empecé, en mi pueblo, Medellín, a los 10 años, me fui a Veracruz, cuando empecé a jugar en infantiles, caminaba como cuatro o cinco kilómetros para ir a jugar, porque no tenía para los pasajes ni para el tranvía, terminaba y así me regresaba. Empecé a jugar en el pueblo, no teníamos nada, y cuando empecé en la liga infantil jugaba descalzo, no me da pena decirlo. Antes no había las facilidades que hay ahora. Me fui a Veracruz, ahí empecé a jugar con un equipo que nos decían “los rateros”, pura palomilla, cuando estás chamaco, 10, 12, 14 años, decían que nos robábamos lo que nos prestaban otros equipos, los guantes, los bats, nos sacaron de la liga por eso. Se sufre mucho. Después empecé a jugar con el equipo de la Termoeléctrica Junior, ahí cambió la cosa. Me dieron uniforme, me dieron *spikes*, estuve hasta los 12 años, después con el mismo equipo a juveniles. Yo era el más chico del equipo.

¿Con quién vivía en Veracruz?

-Con toda la familia, mi papá trabajaba en el muelle en el sindicato de grúas. Ganaba bien ahí, pero tenía el defecto que le gustaba tomar, cuando la agarraba tomaba cinco, seis días hasta que caía.

Ya en el profesionalismo, ¿cómo era su vida?

-Cuando empecé a jugar, firmé contrato, iba a cumplir 15 años, me dieron un contrato para la Liga Central en León. Firmé con la firma de mi papá porque era menor de edad. Santos Amaro y Pedroz, manager y coach de El Águila, tenían trato con los Diablos Rojos para pasar jugadores a León, en la Liga Central, en 1961. Fuimos cinco jugadores a León. Yo era el más chico. No le dije a nadie que ya había firmado. Tenía el gusanito del béisbol. Mi mamá me dijo “no te vayas, no conoces a nadie”. Fuimos desde Veracruz a León sin parar, hicimos como 30 años, en Flecha Amarilla. Levaban ganas y de todo. Llegué a León y de los cinco

nada más me quedé yo. Pero yo iba de centerfield, no era pitcher. Se acabó la temporada, me llamaron al siguiente año y ya no fue a León, la sucursal era Fresnillo. En 1962. Ahí fuimos campeones, me dieron más sueldo. Había carencias porque el primer año me dieron 750 pesos y no me alcanzaba.

¿Y cómo le hacía?

-En un cuarto vivíamos cuatro. El "Diablo" Montoya (también futuro estrella de los Diablos Rojos) y yo dormíamos en una cama, atravesados porque no nos alcanzaba el dinero. Ni para comer ni nada. Ahora a un novato, mínimo le dan como 30 mil pesos o 40 mil, y le dan hotel, con eso nosotros teníamos que comprar todo. Ahora es una chulada en cualquier deporte porque te dan todo. Buen sueldo, buenos hoteles, avión. Antes viajabas de 20 a 30 horas para llegar a jugar. El autobús sin baño. Ya era una estrella y no me pagaban bien. Para comer te daban cualquier cosa, y no te alcanzaba, Había muchas carencias. Sin embargo, creo que el béisbol era mejor que ahora, porque uno tenía más deseo de ser alguien, de triunfar. Ahora tienen todo, no se les ve ese corazón.

Siendo joven, ¿cómo se fue adaptando a esa vida estando solo? ¿Quién le daba de comer o quién le lavaba la ropa, por ejemplo?

-No salía con amigos porque no teníamos dinero, apenas me alcanzaba para comer. Jugábamos en la tarde, porque no había alumbrado en los estadios. Sólo en uno o dos parques había alumbrado. A las 10 de la noche ya estábamos en la cama. Comíamos en fonditas, donde era más barato. Y te daban a veces huevo en la mañana, huevo a mediodía y huevo en la noche. Era lo más barato. De lavar, le pagábamos a alguien, pero muchas veces nosotros lavábamos nuestra ropa interior porque no nos alcanzaba.

¿No le daban ganas de renunciar?

-Claro, pero uno quería ser alguien. Me aguantaba, como cuando tienes un trabajo que sufres, y ganas mil pesos y al rato ganas 10 mil.

¿Extrañaba su casa?

-Claro, aunque era una casa muy pobre, muy humilde, tienes arroz, frijoles y de vez en cuando algo más. Ahí sufrimos mucho. Muchos de los que jugábamos en esos tiempos, el “Diablo” Montoya y un servidor sufrimos mucho para ser estrellas.

Ya después cuando fue haciéndose famoso, ¿cómo cambió su vida?

-Cuando empiezas a ser estrella, te sobran mujeres, vino, de todo. Si ganas un poco de dinero, y más aquí en la capital, si no tienes mucha fuerza de voluntad te vuelves loco, en cualquier deporte, sobresales, te sobra de todo, hay que tener mucha fuerza de voluntad para decir no a muchas cosas.

¿Cómo lo manejó?

-Tienes que aprender a decir que no. Empecé a ganar bien, pero tenía que mandarle dinero a mi familia. Apenas me quedaba algo para mí. Sí había chavas, había una que la invitaba un día a rumbear, pero no la podía invitar seguido. Y ellas decían “ahora yo pago”, había muchas muchachas, novias, amigas, y ellas nos ayudaban. Uno tenía que aguantarse. Con el tiempo, cuando empecé a ganar más dinero, era diferente la cosa.

El beisbolista pasa mucho tiempo fuera de casa, cuando formó su familia ¿cómo era la vida para ustedes?

-Los hijos te reclamaban “oye, papá, tú nunca estás aquí con nosotros, en la casa”, sobre todo las hijas. Y tienen razón, convive uno más con los jugadores, con sus compañeros, que con su esposa. Tienen razón los hijos, la señora, la familia. Tiene uno que viajar, 15 días aquí, 15 días fuera. Es muy difícil. Hoy me ofrecen trabajo, pero andar de aquí para allá y dejar a la familia sola, estoy muy viejo para eso.

¿Cómo era cuando se le enfermaban los hijos o había una preocupación en casa? Tenía que jugar así, no podía decir que no, porque estaba enfermo. Tenía que *pichar* con gripa, con un familiar enfermo. Mi papá murió y yo estaba aquí, y a los dos días tuve que tirar, y hasta que terminé pude ir a verlo cuando lo iban a

enterrar, los directivos no te dejaban. Se sufría mucho en todos los aspectos, hasta con la familia. Estabas enfermo y todo era por teléfono.

Y así era todo el año...

-Tenía uno que jugar todo el año. No había para comer y mantener a la familia.

¿Tuvo algún problema con su mujer y su familia por esa lejanía?

-Claro, últimamente el chico se iba conmigo a los entrenamientos. En la escuela ya más grande, ya no pudo, había que ir a la escuela.

¿Las mujeres pueden ser un gran problema para el beisbolista?

El deportista que te dice que siempre ha sido fiel a su mujer es un mentiroso. Tuve una mujer muy buena. El hombre es hombre...

Y la mujer mujer.

-Así es. La mujer mujer. Y peca uno. Claro, tienes que ser muy reservado. Y aun así, la esposa se da cuenta. La esposa es muy inteligente, muy abusada. Aunque la disfraces. Se da cuenta tu esposa de que uno anda de bandido por ahí.

¿Vio casos de jugadores que cometieron errores en su vida?

-Claro, muchos. Todos hemos cometido errores. No nada más en el deporte, en la vida personal. Eres hombre y cometes errores.

¿Y pasaba que alguno se metiera en problemas y lo dejara la mujer?

-Hay varios que sí. Había muchos problemas.

Cuando tenía problemas, de cualquier tipo, ¿a quién recurría usted?

-Tuve un amigo, que en paz descanse, Roberto Limonche, fue no como un amigo, fue como un padre, me llevaba 20 años, fue como un padre para mí. Me daba mil pesos, me ayudaba, si no iba a jugar, me daba 3 o 4 mil pesos. Siempre me decía "¿qué necesitas?" Creo que el único que me ha ayudado cuando tuve mi época

mala, sobre todo cuando me salí del beisbol profesional, para acomodarme y ver todo. En lo que encuentras otro trabajo. Batallas unos tres, cuatro meses.

Ustedes vivieron épocas muy duras, no en balde la huelga del 1981. ¿Cómo le iba a usted en aquellos tiempos?

-En la huelga, todos paramos. En ese tiempo estaba en Tabasco. Me hablaron, me habló el "Abulón" (Hernández, líder del movimiento), (Luis) Meré, yo estaba metido en la cosa de la Anabe, ya después que no, que no vamos a jugar, vamos hablar con los directivos. En el beisbol no te pagaban los entrenamientos, te pagan el hospedaje y la comida, y no te alcanza. Cuando fui estrella, decía "me voy a reportar (a entrenar) pero si tú me das 100 pesos más". "Te voy a suspender". "¡Suspéndeme!". A mí me sobraba dónde jugar, ganaba más en la liga pirata, allá me daban 60 mil pesos por dos juegos a la semana, que acá en la Liga Mexicana con Diablos, aquí ganaba 30 mil, gané 23 juegos, fui líder jonronero como pitcher. Me querían dar de aumento 500 pesos, pues no.

¿Tenían seguro médico?

-Sí teníamos Seguro (IMSS) pero si te retiras se acabó el Seguro. Había muchas veces que te descontaban el Seguro y no lo pagaban. Y terminaba la temporada y hasta ahí. Tengo 10 operaciones y nunca he estado en el IMSS, tobillos, pecho, codo, rodillas, 10 operaciones,

¿Tiene pensión? ¿Está jubilado?

-No, no tengo nada. Vivo de la pensión que me da don Alfredo Harp (propietario de los Diablos Rojos). Ojalá hubiera otro Alfredo Harp, para mí es el hombre más sincero, mejor que un buen ser humano, nos da a varios del Diablos, a mí, al "Abulón", al "Diablo" Montoya. Nos dan 15 mil pesos mensuales. A varios les dan cada mes desde hace tres años. El doctor yo lo pago. Mi hijo ahora trabaja en Pemex, es contador, tengo una tarjeta para ir a Picacho en Pemex, ellos (los hijos) ven por mí.

Y sus compañeros beisbolistas contemporáneos que no tienen a un Alfredo Harp, ¿de qué viven?

-De nada. Estuviste 20 ó 30 años en la Liga Mexicana y no te dan un quinto. Ahora es peor. Nunca ha habido un plan de pensión. Se peleaba todo eso (en 1981), pero no se hizo nada. Fue cuando el futbol empezó a resurgir. El beisbol era número uno, a raíz de eso, vino para abajo.

Factor social

¿Cómo era la disponibilidad de instalaciones para entrenar cuando comenzó en el beisbol?

Jugaba en campos en Medellín. Un campito de tierra, lo arreglábamos para jugar con otros pueblos. Era todo muy humilde.

¿Cómo fue su relación con los aficionados y los medios de comunicación?

Más buena que mala. Uno que otro, ya sabes cómo son varios periodistas. Ya ves, tiene uno una mala racha, tres juegos que no puedes ganar. Le dices es que tú no sabes cómo estoy *pichando*, tuve gripa, yo nunca perdí mi turno, jugaba right field, designado, no me pagaban extra. Le llegué a decir a (los managers) Tomás Herrera, “Cananea”, Calvillo, “no, ahí hay muchos que les pagan por batear”. Y no salía a batear. No me decían nada. Cuando firmaba le decía quiero tanto, jugaba, relevaba, designado, outfield, tiraba dos juegos a la semana.

¿Le llegaba a afectar la crítica de la prensa?

-Sólo tuve problemas con Villasana del Esto. Le dije “tuve dos operaciones del codo, estaba enfermo y así tiré, tú no sabes cómo estoy”. Cuando me pidió una entrevista y lo mande a volar. Una vez lo agarré de la corbata, me atacaba, una vez se metió con mi familia, me dio mucho coraje.

¿Vivió algún riesgo por el hecho ser famoso? ¿Más exigencias, más distracciones?

-Cuando empiezas a ganar más dinero, el Diablos Rojos era como el América, te exige el público, los directivos, cuando ganas más fallas una o dos veces y te comen. El primer año gané siete juegos. Al siguiente me empezó a doler mucho el codo, tuve temporadas buenas pero decían que era flor de un día. “Ahora quiero que hables mal de mí”. Te da coraje. “No te doy ni madre de entrevista”.

¿Y cuando no jugaba en el invierno de qué vivía?

-Me quedé en Veracruz ganando 3 mil pesos y la verdad no me alcanzaba, precisamente porque me dolió mucho el codo, sólo tiraba un juego a la semana, más tranquilo.

Factor académico

¿Tuvo facilidades para estudiar cuando era niño?

-Estudié hasta el segundo año en la academia de comercio, ya no terminé porque mi papá empezaba a tomar y cuando uno ya está grande te da pena que te saquen de la escuela por no pagar. Acabé primaria y secundaria y después a la academia. Desgraciadamente mi papá se gastaba todo en alcohol, dejaba tres o cuatro meses la escuela. Le dije “mira, ya no voy a estudiar”. Me vine de repente, les mandé una carta que estaba aquí en México, iba a cumplir 15 años. Así es la vida, tienes que sufrir para saber valorar la vida. Me despegué de la escuela por el dinero, no tanto por el béisbol.

¿Lamentó en alguna ocasión haber dejado los estudios?

La verdad sí, no hay como tener un título, si hubiera estudiado, el deportista nace, no se hace, más cuando uno facultades, en un pueblo quién te enseña a batear, a *pitchar*, necesitas tres o cuatro lanzamientos que puedas dominar o no ganas en ninguna liga.

¿Una formación académica le habría ayudado en su vida a resolver cuestiones extradeportivas?

-Te da más confianza para hacer las cosas. Un título es un título. No hubiera sido lo que fui en el beisbol. Cuando naces ya sabes, tienes la vocación, en el primer año, me operaron dos veces seguidas del codo, hasta la fecha tiro con el brazo podrido.

¿Fue prioridad para usted que sus hijos estudiaran?

-Claro, mi hija es secretaria bilingüe, en Hermosillo, mi hijo es contador. Mi primera esposa, me casé en Sonora, me divorcié al año, ahora ya llevo 40, la que más me ha aguantado, más me ha durado.

Factor salud

¿Cuáles fueron las principales lesiones y enfermedades que sufrió durante su carrera?

-Dos operaciones del codo empezando a jugar, novato, en Fresnillo. Allá gané 20 juegos, en 1962, me operaron jugando la (Liga) Central. Me cuidé, sufrí mucho, dos años sin jugar y sin ganar un quinto. Los directivos no te ayudaban. No sabía si iba a hacer algo en el deporte. Fueron 10 operaciones en total.

¿Qué otros riesgos representa jugar el beisbol además de las lesiones que comenta?

-Un testículo por una línea que me dieron, ya tenía 35 años. Con todo y concha, me dio en el protector, al caer de frente, me reventó el testículo. Un dolor que no se lo recomiendo a nadie.

¿Tuvo problemas de dopaje?

-No había como ahora. Apenas había para comer. Siempre ha habido uno que otro que se metía su mota, su marihuana. Las mujeres y el vino, esos eran los vicios.

¿Se abusaba del alcohol

No mucho porque se jugaba de día. Tenías que estar en el parque a las 12. Te echabas una copilla, un trago y ya con algunos compañeros. Siempre he sido de una copa o dos y ya.

¿Los compañeros eran sonsacadores?

-Siempre ha habido amigos que te acorralan, te llaman para invitarte un trago, mujeres, tienes que saber pasar desapercibido y decir que no.

¿Las lesiones le afectaron emocionalmente?

-Tienes que dejar pasar tiempo para poder regresar, cuidarte, sufre uno mucho cuando uno está lastimado y no puedes jugar, y el club no te da nada.

¿Se sintió deprimido?

-Claro, tu ilusión es llegar a ser alguien en el beisbol. Quiero saber qué deportista no se deprime ante eso. Debes tener mucha fuerza y pantalones para salir adelante.

¿Cómo afrontó el declive a causa de la veteranía?

-No me retiré, me lastimé la rodilla por jugar fielder (jardín), me lastimé en Mexicali y mejor me retiré en invierno de 1988. Tienes que saber retirarte. No le di más vueltas y se acabó.

¿Cumplió todas sus metas en el beisbol?

-Claro, pensaba en ganar y ganar. Bateando, con el juego empatado, en la novena, tienes que ser positivo para todo. Siempre me he sentido satisfecho. No sé me dio jugar en Estados Unidos, antes te veían la operación de Tommy John (en el codo) y te hacían a un lado. Ahora a todos los operan y no pasa nada. Nunca me dieron la oportunidad. Pero no me frustró. La ilusión era jugar en Estados Unidos pero ni modo

¿Dejó el beisbol por completo?

-Sigo entrenando niños de la Liga Maya y la Olmeca, y me dan mi dinerito.

¿Cómo se siente en este momento de mi vida?

-Me acostumbré a estar calmadón, soy muy inquieto, desesperado, me ha gustado la disciplina, cuando he sido manager he tenido problemas con los malos, con los mediocres. El pelotero bueno no te da problemas, te da problemas el que es malo. No les gusta la disciplina, quieren llegar tarde.

¿Cree que le haya faltado algo? ¿Cómo está viviendo su vejez?

-La estoy disfrutando con mi familia, de vez en cuando me salgo de vago, estoy con mi familia. Siempre estoy en la casa.

¿Ya pagó la deuda de tantos años de ausencia?

-No, eso nunca se paga. Te lo van a reprochar siempre tus hijos. Siempre te lo reprochan, y es la verdad. Casi no conviví con ellos. Solos. En el invierno te vas. Es difícil. Así nos pasaba a todos. Si entrevistas a cualquiera te van a decir lo mismo. De eso vives, de eso vive tu familia.

¿Se acostumbra uno a vivir en un cuarto de hotel

-A veces te sientes mal, platicas con tu compañero de cuarto, no puedes dormir, no sé explicarlo, sufres mucho.

¿En algún momento recibió apoyo psicológico?

-Sí había, el doctor Trejo, iba todos los días, a hablar de psicología, platicaba con nosotros. Te ayuda, estaba más loco él pero te ayuda en algo. Terapia psicológica tal cual, no. Lo mejor es que vivas y sufras y te des cuenta cómo es la vida. En la actualidad si eres bueno, destacas en un deporte, se te arriman los “coyotes”, hay de todo. Tienes que saber. Te llaman para todo. La vida te da sorpresas, tienes que saber afrontarlas y decidir sí o no. Uno tiene que hablar con ellos como líder, tienes que hablar con el jugador.

¿Extraña el beisbol?

-Extrañar, un poco, pero disfruto a mi familia los últimos años que me quedan, me siento feliz.

Nombre: Marco Aurelio Osorio Salinas		Sexo: M	Fecha de nacimiento (edad): 1 abril 1972 (44 años)
Deporte: Tenis	Fecha de inicio en el deporte: 1981 (9 años)	Tiempo de practicarlo (fecha de retiro): 1999 (28 años)	
Familia: Padres, hermana, esposa.		Estado civil: Casado, sin hijos.	
Escolaridad: Administración Técnica Universidad Anáhuac.		Ocupación (adicional al deporte): Entrenador, opera un club de tenis.	
Ciudad de origen: Naucalpan, Estado de México		Fecha de aplicación: 25 septiembre 2016	

Perfil:

Marco Osorio fue tres veces campeón nacional en la década de los 90. Fue un muy buen tenista que logró integrar el equipo mexicano Copa Davis, el equivalente a la selección en el fútbol. Destacan, no obstante, además de su habilidad tenística y su carácter inquebrantable, tres características: padece dislexia, pertenecía a una familia de clase media baja en un deporte de ricos y mide 1.63 en un deporte de gigantes.

Factor familiar

¿Cómo era la relación con tus familiares cuando comenzabas como jugador?

-La verdad es que ha sido muy buena. Todos los recuerdos que tengo acerca de mis padres y mi hermana son muy amigables, muy de apoyo. Mi padre se empezó a involucrar en el tenis, en el mundo deportivo, y mi madre se hacía cargo del apoyo, era de no menos y hay que ir por más. Siempre han sido parte fueron parte del deporte que me tocó participar y que estaba toda la familia involucrada. Esos fines de semana que empecé en el fútbol, como futbolista, los recuerdo muy padre porque era parte de un entrenamiento durante la semana y compartir el fin de semana con ellos, con mi padre que me entrenaba, y mi mamá que me apoyaba y mi hermana que era parte de la porra, era familiar, parte del crecimiento, íbamos a casa de mis primos, mi papá coucheándonos, siempre en apoyo, muy bonito. Ambiente deportivo, familiar, jamás en reproche, fue difícil cambiar de un deporte que destacaba mucho en el fútbol. En el tenis fue totalmente diferente, solitario, un singlista y no en trabajo en equipo, fue diferente, aprender ese proceso. El gran recuerdo que tengo de mis padres ha sido de apoyo y de empujar para adelante.

¿Qué problemas familiares se presentaban en esa época?

-Puede haber anécdotas interesantes en esa situación. Empecé a jugar tenis en la calle, pintábamos la cancha con gis, y ahí jugábamos, en la calle. Así empieza el proceso, el que me haya afectado una parte familiar no la recuerdo, el que me haya molestado cuando tuve una situación complicada difícil de asimilar fue cuando yo ya jugaba tenis, estaba en el profesionalismo, y estaba buscando el sueño de ser tenista, y vino el empuje cuando mi abuelita estaba enferma, tenía cáncer, y yo tomaba coca, prometí no tomar coca y mi abuelita se alivió. Yo jugaba tenis, ya ganaba en los nacionales, me iba en tren con mi mamá a los torneos, y para afuera en el primer partido, era una experiencia padrísima, bien bonita, la situación económica no era fácil, los dos trabajaban, íbamos a Tepito a comprar zapatos, mi mamá vendiendo zapatos, vendiendo esto, vendiendo aquello, yo no sabía lo que estaba pasando, nada más me tocaba cargar, íbamos empujando gente. Mi mamá me enseñó mucho, en ese momento no lo entiendes; era para comer, la situación económica no era nada sencilla y menos en el deporte que nos habíamos metido, es bastante complicado y caro para desarrollarte. Tengo más recuerdos bonitos y otros que me hicieron madurar a una edad temprana.

¿Cómo llegaste al tenis que era un deporte más caro que el fútbol?

-Tuvimos mucha suerte, el apoyo que empezamos a tener, jugábamos fútbol, veníamos de una liga de Satélite, empecé a destacar, ganábamos los campeonatos. Yo empecé a destacar, era el campeón goleador, nos iba muy bien, dentro de ese grupo había jugadores que iban a un club, jugaban tenis y eran compañeros, y uno de ellos nos regaló una membresía del Casablanca Lomas Verdes, así es como caí al tenis. Me acuerdo que mi papá, empezamos y no entendía el deporte, cuando llegamos al club cuál fue mi sorpresa que empecé a entender el jueguito, poco a poco nos fuimos enrolando en el mundo del tenis y empecé a dejar el fútbol. Empecé a destacar a nivel club, las clínicas, jugadores muy buenos, en la categoría de 12, estaba Pedro Alatorre que le ganó a André Agassi, había muchos que eran muy buenos. Mi mayor sueño era ir a jugar el Orange Bowl, en Miami. Nunca había salido del país, y yo quería porque los que

habían ido traían una sudadera hermosa con una naranja, ese era el sueño. Mi mamá me decía vas a ver que sí vas a ir, algún día vamos a ir, pero para nosotros un boleto era imposible y menos en pensar en ir a una gira de ésas, tenía claro cuál era el objetivo.

¿Qué pasó cuando les dijiste que querías ser tenista?

-Pues me apoyaron, primero empezamos a entenderlo, no sabíamos nada, empezamos con los maestros, tuvimos buenos entrenadores que nos empezaron a ayudar. Tuve un muy buen entrenador, mi entrenador de toda la vida, Raúl Hernández, que empezó a creer en mí y yo en él. Yo era un jugador chiquito, sin dinero, hoy lo platican muchos, (el periodista) Alejandro Álvarez, iban a apostar en todos menos en mí, porque no tenía posibilidades económicas para poderlo hacer, ahí empezamos a entender cómo poderlo generar. Yo tengo dislexia, era muy complicado entender cómo los niños aprenden, te ponían a escribir, cometes una falta y te daban un “zape”, entonces no estás entendiendo el proceso. Cuando empezamos a ir a terapia, la psicóloga me decía tienes que crearte en ti, porque eso lo vas a llevar el resto de tu vida. El don de la dislexia hoy, es un tema muy complicado, la gente es muy cruel cuando tú te equivocas. Yo no quería equivocarme, en el deporte me iba muy bien y en la escuela muy mal, y con mi hermana era al revés, y yo quería ser como mi hermana, pero yo no entendía cómo eran los procesos de enseñanza, hasta que esta psicóloga me dijo lo negativo lo tienes que convertir en positivo, cuando me dicen “no se puede”, se activan esas palabras, me hicieron un switch, se detonaba ese bullying, y transformar eso. Si tengo una característica es que soy muy fuerte mentalmente, difícilmente me voy a caer con algo.

¿Cómo era tu grupo de amigos?

-Soy muy amiguelo, sigo siendo, y líder, he tenido un buen liderazgo, ha sido algo que me ha ayudado a generar, que ya en el mundo del deporte fue muy difícil porque había los liderazgos de los (jugadores) Copa Davis, muy buenos, Luis Enrique Herrera, (Leonardo) Lavalle, ellos tenían otras maneras, vienen de otros

mundos, de otras posiciones y cuando viene una persona humilde, el mundo del tenis es muy cruel, muy duro, no te dejan entrar a esos círculos, mis mayores enemigos eran mis compañeros. Los jugadores mexicanos que no quieren que tú crezcas, y cuando empecé a avanzar mis amigos me dejaban de hablar porque les empecé a ganar. “Ahora qué hice mal”, decía, sin entender lo que estaba pasando.

¿Es difícil el medio del tenis para cultivar amistades?

Es cruel y muy duro, el deporte blanco no lo veo tan blanco, para convivir es bonito, se integra la familia, para salir de esa cazuela sí tienes que saltarte esos cangrejos.

¿En qué radicaba esa crueldad?

-La mayor de las crueldades es el rechazo de tus propios compañeros, entender que el enemigo lo tienes en casa, entender qué se estaba haciendo mal. Hoy te puedo decir que en el tenis hay uno que juega en Copa Davis uno que gana, y uno es el campeón. Es tan complicado porque todos los demás pierden, y no te enseñan a perder, y a lo mejor uno no entiende, a veces es más cruel cuando la derrota va con una burla, esa crueldad de que quieren que pierdas, los del mismo medio, cuando entiendes el deporte sólo hay un campeón y todos los demás perdimos, y eso uno no lo entiende. Si analizas un partido se pierden más puntos de los que se ganan.

¿Me puedes compartir un episodio de eso que llamas crueldad

-Te puedo decir que a edad pequeña le ganas a tu amigo y te deja de hablar ese grupo de amigos. El tema de no puedes ir a ese torneo porque no puedes pagarlo. Situaciones como un presidente de Federación que te diga “mira, tú eres número uno, pero su papá está pagando algo, y ellos tienen más dinero”. Mi papá, algo que hizo bueno fue quieres ir a pedir un patrocinio, póngase un pantalón bonito, una camisa ¿Por qué mi papá no tiene la posibilidad para que pueda viajar? Sabemos que eres el uno pero va a ir el dos, ellos están pagando, la mamá, a ti te vamos a dar cositas, me llevaron para ser visor del torneo ese, pero sólo podía

jugar uno, Oliver Fernández, su papá tenía grandes posibilidades económicas y él se estaba desarrollando más a nivel internacional, y fue el que llevan. Entonces ese tipo de cosas, enfrentarte a un Leo Lavalle, era mi mayor ilusión y cuando los conoces, no bueno, lo peor que puede haber, te humillaban espantosamente. En las cenas, “tú no sirves para nada”, “eres un gato”, “cárgame las maletas”. Te hacían sentir muy mal, ibas a un torneo y te sacaban tus cosas en las noches, tus compañeros de equipo, no entendía, no eras de ese círculo económico. Te decían “vamos a ir a tal restaurante” y tú veías tu cartera y decías “no pues yo bajo aquí y me como unos hot dogs afuera del restaurante”, o en un Oxxo, antes no había Oxxos, y ellos tenían esa posibilidad de hacerlo, esa era la parte cruel, que existe en las clases sociales no es fácil de llevarlas.

¿Cómo afrontabas esa situación?

-No había de otra que comiéndotelas, haciéndote fuerte. “Hoy me toca comer unas galletas”. No había para más, sí te daba tristeza pero tenía que amanecer al otro día, el poder expresar tus sentimientos, hacerte el duro, hacerte piedra, difícilmente te dejabas.

¿Pensaste en renunciar?

-Sí, a cada rato. No creo que no haya tenista que no quiera renunciar cada seis meses o cada año, porque no le encuentra sentido de a dónde va, si perdiendo, fracasos, golpes, quieres tirar la toalla, pero al otro día, tienes claro de a dónde vas, y para allá voy hasta cumplir. Cuando me retiré de lo único que me arrepiento es de haberme ido enojado, pero ya había tomado la decisión de que me quería salir de esto.

¿Por qué estabas enojado?

-Por cómo se dieron las cosas Estaba de número uno y metieron a otro porque yo no era del grupo. Siempre el no pertenecer a un grupo, está duro. Yo me hice solo y estaba solo, fue muy complicado tener mi entrenador, entre los dos, nos subíamos a un camión, con lo que ganaba yo comíamos los dos, él empezó de

recogebolas, era esa aventura, él por tener un jugador, y yo por crecer, y así nos la jugamos. “Vámonos a Tijuana”. Dos días en camión, me acuerdo que mi mamá me dejaba en la Central del Norte, no sabías dónde ibas a dormir, con 100 pesos en la bolsa, te quedabas en la sala del club, le pedías chance al velador, y así era, llegabas y uno andaba en el sueño de querer jugar Copa Davis, de representar a tu país, y esa era mi mayor ilusión que yo tenía.

¿Nunca te aceptaron?

-No que no me hayan aceptado. Yo me lo gané, empecé a escuchar buenos comentarios, respetaron más lo que había hecho que a Marco, ahora que si le preguntas a ellos te pueden decir que era muy... que tenía que ser muy fuerte porque en el momento en que me abría era un palazo, por parte de las federaciones, de las asociaciones, hoy veo que les pagan boletos de avión, antes no te regalaban ni una playera, ni una gorra, ni nada, esa situaciones era muy complicada de procesarlas, el dinero que se juntaban era para lo siguiente, aquí daba clases, trabajaba en unas canchas públicas, recuerdo a un señor, don Juan, me iba con él, me iba con él a comprar naranjas, exprimirlas, vender el jugo, y me daba dinero, me decía “órale”. Tenía unos 18 años, la ilusión de querer ser, la primera vez que salgo de aquí, voy a la Copa Yucatán, uno de los más importantes, de los mejores. Llego a la final, después a la minicopa Davis y llego a cuartos de final. Eso lo pagó la Federación, y luego me dicen “tú no vas a jugar, va a jugar otro”.

¿A quién recurrías en esos momentos complicados?

-A nadie, te lo tenías que comer, no era fácil. Le llamaba a mis papás y nada más llorábamos, era espantoso andar allá. “Hola, mami”, y yo chillaba, chillarle y chillarle, A comérselo y a seguir, no había más, eran temas complicados, agarras fuerza en casa, pero la fuerza, el hablar todos los días te haces muy débil, no puedes. Imagínate, voy a Europa con el boleto de ida, sin el regreso, “¿Cuándo regresas?” Pues cuando haya (dinero), “¿Dónde duermes?” Pues dormí en

parques, ya siendo Copa Davis. Fui a Wimbledon y no llevaba ni tenis, no hay esas historias soñadas, fui tres meses, así era, no es tan fácil.

Visto en retrospectiva, ¿por qué resististe tanto?

-Porque era mi sueño, era mi ilusión. Yo tenía ganas de ser el mejor jugador del mundo. Cuando a mí me cae el veinte de no lo voy a hacer, o sea ya lo hice lo mejor, luché con todo, no hay nadie que me pueda platicar, es momento de darme cuenta de que por aquí no es, hay que empezar a crear, de qué voy a vivir, y así fue, fue entre eso y me enojé con esa Copa Davis, al otro día fui a Puebla y dije “quiero ser entrenador, quiero poner mi academia”. Acababa de ganar el challenger de Puebla, y así empecé esta otra historia, yo quería ser, ésa es la realidad. Primero yo quería ir al Orange Bowl, ser el número uno de México, fui el uno de México sin ganar todo, sumando puntitos, desde 16 años, al siguiente año fui y gané los nacionales. Mi emoción era el Orange Bowl.

¿Con quién tuviste la principal rivalidad tenística?

-En el Estado de México había grandes rivales, había uno que se llamaba Ernesto Ponce que nos dábamos con todo, y fuimos rivales acérrimos. Fue buena esa rivalidad que tuvimos. Con él jugaba finales de estatales y regionales, muchas veces contra él. Había otro, Fernando Mañón. Yo entrenaba en cancha públicas, con Raúl Hernández, el señor lo hacía porque entrenaba con sus hijos, los demás entrenaban en los clubes buenos, yo los veía como grandes jugadores. En épocas de gloria, yo admiraba mucho a Jorge Lozano, a Leo Lavalle, a Luis Enrique Herrera, al “Bebé” Moreno, y los admiraba en la Copa Davis, fui atajador con ellos. Era como la mayor ilusión. Decía “guau”. Quería jugar con ellos, cuando entendí que sí puedo empiezo a competir con ellos, y es cuando te das cuenta, si algo le ha hecho daño al tenis es que esas generaciones, federativos bloquearon las generaciones que venían atrás, se cortó horrible, si tú querías jugar Copa Davis había que pagarle dinero a ellos para que te dejaran jugar de eso estamos hablando. Imagínate que llegas a una Copa Davis y que te digan cárgame mis

maletas, gato, no puedes comer aquí con nosotros tú tienes que comer en tu cuarto, esta mesa es para nosotros.

¿Quién era el más abusivo?

-Leo, su papá era el presidente, no había forma, era muy complicado. Jorge (Lozano) era más amigo, te tendía la mano y se abría más, pero eran bastante duros, a lo mejor por el nivel donde andaban, tampoco puedo decir, nunca fui 50 del mundo, pero me sorprendí una vez con Boris Becker cuando jugamos Copa Davis contra Alemania, y en la mañana se acerca y decía “señores, ¿qué necesitan?, ¿un chofer?, ¿quieren ir a cenar?”, y decías “wow”, era el número uno del mundo, y ves a tu jugador mexicano que no te quiere ni hablar. Becker me decía “Marco, ¿cómo estás?, ¿quieres pelotear?”, y Leo ni te saludaba, no te hablaba. Cosas bien duras, que es así, así son ellos, ni entre ellos se llevan, fueron camadas muy duras, que creo que también tuvieron que hacerse así, es un deporte muy duro.

¿Cuánto tiempo fuiste número uno de México,

-Cuatro años, había un circuito muy bueno, que fue el que ayudó mucho, organizado por Javier Gaytán, un año el mejor de la ATP, y dos años de México, ellos no querían jugar porque venían y nosotros les ganábamos, ellos viajaban a cualquier parte del mundo, y nosotros no viajábamos tanto, nosotros les ganábamos, yo estaba estudiando en el Tec del Estado de México, cuando empecé en el profesionalismo, me topo con lo mismo, no tengo lana, qué estoy haciendo, en esa época muy complicado, seguí con la ilusión de ser tenista, en esa etapa empiezo a ganar todo a nivel universitario, después de tres años, organizan un torneo satélite en Casablanca, juego la calificación, avanzo, primero le gano a un gringo, después me toca Leo, le gano; el “Bebé”, le gano: me toca la “Araña”, le ganó a la Araña; le gano a todos, y gano la primera semana, ahí me metí a la universidad, mi mamá me apoyó, me salí de la escuela, me prendió la ilusión de ser profesional.

¿Te ayudó o afectó la dislexia en el tenis?

-La verdad que la asumí cuando la entendí, tengo muchas habilidades para muchas otras cosas, pero no sabía ni para qué era bueno. Soy muy hábil para los deportes, la superé pero ya más grande, y supe cómo es. Pienso mucho, mi cabeza gira demasiado, cuando viene una pregunta, mi cabeza piensa tres respuestas, va en zig-zag, poder entender eso, para resolver problemas en las canchas era muy bueno y competir, me hacen un estudio por ser el jugador profesional más pequeño que había en el circuito, y le hicieron una a Phillipoussis, que era el más fuerte, le hicieron uno a (Alberto) Berasategui, el que le pegaba más fuerte, y se fijaron en mí porque además de que hacía bien las cosas, mi cabeza era muy buena en ese sentido, una manera de pensar y crear, de tener movimiento, razonamiento muy efectivo, la rapidez con la que actuaba.

Factor económico

¿Qué empleos has desempeñado en tu vida, sobre todo en esos momentos apremiantes?

-Desde pequeño vendíamos cosas con mi mamá, zapatos, pulseras, bolsas, comprábamos en Tepito y venía en esta área, el tema de clases, le entré a Los jugos con don Juan, no fui atajador, jugábamos mucho por dinero, en los clubes había apuestas y había que jugarle, dar clase de tenis, con esto como, no lo veía como algo bueno o malo.

¿Cuáles son tus perspectivas económicas hacia el futuro ahora que estás retirado?

-Me siento satisfecho con eso, la realidad es que sigo creciendo, hemos formado, soy bueno para crear, generar, pero soy malo para capitalizar, necesito que alguien cobre. El dinero nunca lo tengo, se lo daba a mi mamá, mi aspiración ha sido más allá de vivir como quiero vivir, de tener lo que quiero tener, a veces eso tiene que ver con dinero, sí, pero siempre estoy creando, entonces hoy día mis aspiraciones, nuestro objetivo, es tener la empresa más grande del tenis estamos muy cerquita, una cadena de clubes que tenemos, no tenía para comprar un club y

lo compré, un día, me decía mi mamá, vas a vivir en Florida, vas a tener un departamento allá, porque era donde se pensaba que estaba el mundo del tenis, y de repente te pones a ver y ves que lo lograste, el dinero nunca va a ser una complicación mía.

En el tenis, ¿hay riesgos por tener mucho dinero?

-Los que tienen mucho dinero están en los 50 del mundo, los demás no lo tienen. Es una vida muy bonita y muy fácil, vamos a clubes muy bonitos, a ciudades muy bonitas, y hoteles muy bonitos. Los ves jugar en Estados Unidos con esos estadios pero eso es para los primeros 50. Los demás la ven muy dura, a mí no me tocó ese glamur. Hoy Roscoe Tanner trabaja conmigo, convivo con Jorge Lozano, no sé qué sea para Federer no tener problemas económicos, los demás sé cómo viven, Ivan Lendl sigue trabajando, Jorge Lozano sigue trabajando, es un glamour temporal, si tienes gente a tu lado se disfruta, si no te pierdes. Hay mucha gente que está perdida, sin ilusión, más allá de todo lo que hicieron.

¿Como quiénes?

-Roscoe Tanner si no da sus clases no come, lo perdió todo, y así hay muchos amigos, hoy son profesores no los ves contentos con lo que están haciendo, y sin la ilusión de subir a otros niveles, el tenis es un deporte que puedes ganar muy bien, se va rápido, antes no había esas bolsas. Mi papá me llevaba a Tepito y me compraba unos tenis que se llamaban Súper Faro y unos Adidas y yo me sentía Raúl Ramírez. ¿Hoy a quién ves? Si bien te va, no hay nadie, no hay a quién seguir, por ahí ve un reportaje de Santiago González que llega a la final en un ATP en dobles. No conoces ni al equipo Copa Davis de nuestro país. Antes sí había, pero se perdió.

Factor social

¿Cómo fue tu relación con los aficionados y los medios de comunicación?

Muy buena, muy buena, siempre he sido bien querido. Me gustó, acabo de recuperar un video de una Copa Davis que jugué, y los comentarios que hacían

me gustaba escucharlos. Hoy platico con la gente y me dicen yo te vi jugar, eras un guerrero, el hambre que tenías, siempre son esos comentarios bonitos, yo entraba a la cache a fajarme, porque no tenía las facultades, era muy chiquito, y tenía que rifarme como loco, si alguna vez alguien me atacó ni lo recuerdo. La fuente de tenis siempre fue muy amable. No tuve una exigencia o presión de nadie, más que mía. Si yo no daba mi 100 por ciento yo no cenaba. Y para un deportista no cenar, a veces era una barra o una Maruchan; en Europa, una barra, ésa era mi cena, con eso, una baguette en Francia.

¿Nunca vas a ser capitán Copa Davis?

-Me daría mucha ilusión. Nunca se me ha ofrecido. Los jugadores siempre son muy padres conmigo. Por el amor a mi país, pero hay que esperar los tiempos. El agua está demasiado turbia. Ojalá algún día se me dé esa oportunidad.

Factor académico

¿Tuviste el apoyo de tu familia para estudiar?

-Sí, todas las facilidades, nunca fue un problema. Sí se me complicó con el tenis y más con la dislexia, mi mamá decía que un seis, era un 10 para ella. Mi hermana puro 10 y yo no podía. El problema es que si yo pongo atención recuerdo todo. Tengo una memoria perfecta, el problema es que alguien si alguien rompía la atención, mi cabeza gira mucho. Me costaba mucho trabajo, Hice la prepa abierta. Cuando me metí, sí terminé administración en el Tec después me fui a la Anáhuac, y la hice en línea, becado, hice una maestría, tengo dos maestrías, voy a hacer un doctorado, ahora me gusta leer pero antes no había manera.

¿El estudio te ayudó a enfrentar los retos del deporte?

-Totalmente, te da un soporte, una visión diferente. Hoy en día a nadie le aconsejo ser profesional, nunca le vendo a un papá, que se vayan a la universidad y de ahí que tomen la decisión. No es empezar demasiado tarde, hay muy pocos chavos, Becker, Chang, el mexicano como somos no vamos a tener esa capacidad. Nos consienten demasiado, nuestra maduración es más tardía. El americano consiente

mucho a sus hijos hasta los 18. Aprenden a madurar y entender la vida, a conocerte a ti, cómo extraño a mi mamá, si no me hago nadie me hace. Si no los sacas de México no salen. Tienen la vida resuelta, los que juegan tenis tiene una muy buena posición económica, no tienen hambre, no tienen la necesidad, eso te crea estar amarrado de las faldas de la madre, mejor que gane ese tiempo estudiando, y a los 21 años tiene 10 años de carrera.

¿Entender la vida te hace un mejor tenista?

-Sí, por mucho, el entenderte y reconocerte te da la claridad de dónde estás parado, cuáles son tus fortalezas y tus debilidades.

¿Cómo es esa peculiaridad del tenis de ser un deporte solitario?

-Es muy solitario, tienes que ser ermitaño, tienes que ser durísimo de cabeza y un cabrón. No hay tenista que sea de los buenos que no sea un cabrón. Tienes que serlo, es muy solitario, o ganas él o ganas tú, o come él o comes tú. Imagínate un boxeador que diga voy a ser buena gente, es mi cuate, yo como, mi familia come, tu familia es tu bronca. El tenis igual, es una batalla diferente, no es a golpes, pero nos pegamos en el tenis es una batalla psicológica fuertísima, tantas cosas ahí que son más fuertes que los golpes, el perfil del jugador es muy fuerte de cabeza, somos muy payasos, remamones, no le hablan a la gente, nos da miedo, todo te lo comes, estás que te mueres, pero no lo puedes sacar, pero en la cancha es un Dios, es su territorio, afuera no. El perfil de chavos bravos, los amigueros no llegan. Está muy clara la parte psicológica de un tenista.

¿Qué lesiones o enfermedades sufriste a lo largo de tu carrera?

-Gracias a Dios ninguna, me lastimé una vez el manguito rotador, que paré un mes. Nunca tuve una lesión más allá de un desgarrare un tirón que paras una semana. Jamás tuve lesiones. Fuimos adaptando el mejor tenis a mi biomecánica, yo pesaba 60 kilos, y era bajito, había que comer mucho, entrarle a los tamales, llegué hasta 62 kilos, mi promedio era 60, imagínate con uno de 1.90 con 85-90 kilos. Es natural que tenga mayor peso que tú, aprendí a hacerlo, a controlar,

fuimos adaptando mi cuerpo para jugar, tienes que ser más rápido e inteligente, a leer muy bien las jugadas, saber lo que iba a pasar, jugué un montón de finales contra Karlovic, que mide 1.90, ahorita que me ve es el único que me ha devuelto y me dice “pinche enano”.

¿Te sentiste discriminado en el tenis?

-Sí, claro, muchas veces, pero más que eso, no entendía lo que era eso, más bien me sentí aislado, no entendía el proceso, echaba la culpa de que mis papás no tenían dinero, no eres de un entorno social, para mí no eran las mismas posibilidades, no podía viajar como los otros a Europa, a dos torneos, a ellos les valía gorro, no creo que pensarán en mí, hasta que dije “luego vengo, ma”, “¿cuándo vienes?”, “quién sabe”. Momentos duros y malos, vas creando, viendo la luz, era una ilusión por el reconocimiento de tu país, de tu familia.

¿Tuviste problemas de doping o adicciones?

-Sólo tomé Centrum, en mi época eran los Lemaitre, fumaban, mis papás me hablaron muy claro, me dijeron “por ahí no es”. Empecé a tomar (alcohol) a los 28 años. Me tomé una cerveza, cuando decidí salirme, para mí fue muy satanizado, y no tenía lana, mejor cenaba que tomarme una chela, nunca salía, bastante tranquilo, no existió ese tema, eso de salir fue más tarde.

¿Cómo afrontaste cuando se aproximaba el declive en tu carrera y se aproximaba el retiro?

-No hubo un declive, sino un enojo que dije “ya no quiero más”. Ese día quería pegarle a Alejandro Hernández, que era el presidente de la Federación. Me quería pelear con la “Araña”, esa vez me enojé y dije al carajo, fue en una Copa Davis contra Venezuela, entró a jugar Mariano Sánchez, una serie que íbamos a ganar, aquí en el Casablanca San Ángel. Yo era el uno, venía él de estar lesionado de un año, pero ellos traían un asunto de patrocinio con Pegaso, y dije “adiós, se acabó”. Yo era número uno, dije por aquí no va a haber mucha manera.

¿Nadie fue y te dijo “oye, Marco, piénsalo bien, no te retires”?

-No, jamás, el ciclo de cuando estás arriba es muy chiquito, muy egoísta, ellos siempre han manejado el tenis, para entrar ahí, hay que ser parte de ellos, te siguen tirando aun cuando ya te retiras. No sabemos manejar en equipo. Nuestro ego no nos permite aceptar que ya no salimos en la pantalla. Sale más en la foto el capitán que los jugadores. No aprovechamos para hacer equipo y trabajar juntos. No hemos podido por nuestro ego de mexicano.

¿Cumpliste tus metas en el tenis?

-Sí, todas, ser campeón de primera fuerza y lo logré, ser campeón juvenil, llegar a Copa Davis, la lágrima de escuchar el Himno, era la mayor ilusión que pude haber tenido en mi vida, y eso nadie me lo va a quitar, ir a Panamericanos y Centroamericanos y ganar medallas.

Aunque te fuiste enojado, ¿terminaste satisfecho con tu carrera?

-No en ese momento porque me fui enojado. A otros les diría que no se vayan enojados. No me despedí bien del tenis. Me hubiera encantado que alguien me hubiera dicho que no me fuera. Me alejé y no quise saber de nadie. No supe cuánto duré enojado. Estaba caliente. De repente ya me encontré jugando otra vez. Me hubiera encantado que alguien de la Federación me hubiera dicho “gracias”.

Factor psicológico

El tenis es uno de los deportes de mayor exigencia psicológica por su carácter solitario, ¿recibiste apoyo de la psicología deportiva?

-No, jamás. Sólo con la psicóloga familiar, entender algunas cosas que estaban sucediendo en la familia. Mis papás que estaban creciendo como pareja. Me quedó claro que cuando fui con un psicólogo era “sí se puede”. Tengo la capacidad de bloquear. Me quedo con el mensaje positivo. Mi mamá sufre cuando estaba jugando. Cuando volteaba a verla, me decía “a ganar”.

¿Cuánto tiempo recibiste terapia?

-Poco. Lo de la terapia fue para entender la dislexia. Nos enteramos por una revista, el Seleccionados, dice mi papá “este burro tiene esto”. Ya en la universidad leí el *Don de la dislexia*, que me ayudaba a comprender la enfermedad. El disléxico lee por imágenes. No puedo deletrear una palabra. Una casa, me imagino una casa, me da igual si es con s, con c o con z. Me ponía a hacer circulitos, rayitas, palitos, lo que me daban eran procesos, secuencia.

¿Qué encontraste en el tenis?

-Fortaleza de una manera impresionante, me hizo muy fuerte. No hay manera que no haya algo que no pueda.

¿Cómo es la sensación de soledad en el tenis?

No me pega. Me fui haciendo duro, como una piedra. Me forjó el carácter. Ir a casa me hacía fuerte, pero a la vez me debilitaba porque mi mamá me hacía todo y allá no la tenía para sobrevivir.

¿Consideras necesario que el tenista reciba terapia psicológica?

-Sí, sin duda alguna. Los psicólogos que he ido, a las pláticas, te dicen te tienes que relajar, respira, piensa positivo, la verdad es que eso es pura mentira. No hay manera que tú puedas asumir, el psicólogo tiene que estar contigo en el campo, entendiéndote a ti como persona, y dándote herramientas para que tú puedas romper tus límites. Te enseñe a ponerle palabras a tus límites. Si no identificamos tus miedos, nos los puedes vencer. Y el psicólogo te debe ayudar a entender a qué le tienes miedo y cómo atacarlo. Más allá de que te digan relájate, tranquilo, estas técnicas de relación, que sin duda ayudan, pero cada persona es diferente, así que es bien complicado que haya una técnica que ayude a relajarse para todos. Si a mí me dices respira, en ese momento mi cabeza empieza a pensar en mil cosas, mi cabeza se fue, perdí el objetivo de por qué me estaba relajando, empiezo a pensar en la playa, en Florida, en Acapulco. Eso en mí cuando alguien pasaba, por ejemplo una chava, y se fijaba en mí, yo pensaba que se estaba

burlando, que me estaba criticando diciendo “qué feo juega”. Está chaparro y jugando feo. De repente regresaba y veía ya estoy perdiendo 3-0. Si un psicólogo te ayuda, por ejemplo, a ver un punto positivo, que en mi caso es mi mamá, se acaba todo ese diálogo. Pero no era cosa de relajación, porque perdía lo que estaba haciendo. El psicólogo tiene que ir con el jugador al campo y conocerlo ahí, donde el jugador se enfrenta a su miedo.

El tenista es una persona común y corriente con una habilidad especial, ¿cuál es tu opinión?

-Sin duda. Yo veo dos personalidades en los tenistas. Hay el sensitivo y el estructurado. El sensitivo es el que siente, lo tienes que ayudar a que se sienta a gusto, que no tenga miedos, orden a sus procesos. Cada uno es diferente. Lo que he experimentado con los jóvenes, les ayudo a desarrollar sus herramientas. Cuando está tomando una decisión, le doy dos opciones. Poco a poco, a través de la experimentación, que llegue a una sola opción, un proceso automático cuando ya sepa qué hacer de inmediato. En un punto decisivo, todos hacen un ritual. Es el botón para llegar a hacer lo que sabe hacer. Siempre hace lo mismo. Es la forma de llegar, el proceso, para vencer ese miedo. Los tenistas estamos llenos de miedo. Cuando empiezas a tener esa claridad, le ayudas a apretar el botón, en el momento en que piensa, se acabó, pierde, pero si hace lo que sabe, a apretar ese botón, el jugador ya sabe qué hacer. Ahí es donde debe llegar el jugador.

El poco talento que se ha generado se ha perdido en parte por ciertos factores psicológicos, ¿esa parte está muy descuidada en el tenis mexicano?

-Mi percepción es que los entrenadores no hemos aprendido a desarrollar y apoyar a un jugador. Nos hemos preocupado mucho por la técnica, pero el jugador somos pocos los que se van con un jugador para desarrollarlo. En mi caso, yo no viajo con ningún jugador, estoy con él 20 semanas al año, si yo no hago eso, y nadie lo hace, no estamos atacando el punto. Nadie está con ellos, los que tienen buenos resultados son los que viajan con ellos. La parte económica no está para

viajar. Quién me paga, mi entrenador se la jugó conmigo. Nadie paga ese precio. Somos buenos técnicos, pero no estamos con ellos.

Nombre: Juan René Serrano Gutiérrez		Sexo: M	Fecha de nacimiento (edad): 23 febrero 1984 (32 años)
Deporte: Tiro con arco	Fecha de inicio en el deporte: Septiembre 1997	Tiempo de practicarlo (fecha de retiro): En activo.	
Familia: Padres y dos hermanos.		Estado civil: Soltero (novia)	
Escolaridad: Ingeniería Industrial		Ocupación (adicional al deporte): Empresa propia comercializadora.	
Ciudad de origen: Guadalajara, Jalisco		Fecha de aplicación: 13 septiembre 2016	

Perfil:

Arquero mexicano que dominó su deporte al final de la década pasada y comienzos de la presente. Campeón mundial, centroamericano y panamericano. En los Juegos Centroamericano de Mayagüez en 2010 logró ocho medallas de oro. Cuarto lugar en los Juegos Olímpicos de Beijing en 2008. Ha ganado casi todo en su brillante carrera menos la gloria olímpica. En los Juegos de Londres 2012, en la disputa por la medalla de bronce ante Corea del Sur, erró un tiro dejando al equipo mexicano fuera de las preseas.

Factor familiar

¿Cómo es en términos generales la relación con tu familia?

-Tengo una muy buena relación con mi familia. Soy integrante de una familia de cinco, mis padres, una hermana mayor, yo, el de en medio, y un hermano menor. Siempre he tenido mucho apoyo de parte de ellos, siempre he estado muy arropado, acogido por ellos, en todos los aspectos, en el sentimental, en el psicológico. Siempre he tenido muy buen respaldo de mi familia.

Eres de Guadalajara, pero vives en la Ciudad de México, ¿en dónde creciste?

-Tengo viviendo 12 años en el Distrito Federal, me vine a la edad de 20 años, tengo 32 años de edad, toda mi formación antes fue con mi familia en Guadalajara.

¿Viniste especialmente a entrenar?

-Sí, vine a México por el entrenamiento. Llegué a vivir al COM (Comité Olímpico Mexicano).

Cuando le dijiste a tu familia que querías dedicarte por entero al deporte, ¿cuál fue su reacción?, ¿qué te dijeron?

-Cuando yo expuse que me quería venir a México a entrenar, tuve el apoyo de mis papás, ellos me apoyaron, me dijeron que si era lo que quería que lo podía hacer, que le echara muchas ganas. Me brindaron todo el apoyo para que pudiera venir.

¿Cómo han sido estos 12 años viviendo lejos de la familia?

-Al principio sí fue un poco difícil porque era totalmente nuevo, un ambiente muy diferente, sin reglas, un ambiente coloquial, donde prácticamente podía hacer lo que quisiera sin pedirle permiso a nadie. Era el ingreso a la vida adulta, la vida de responsabilidades. Al principio sí fue muy diferente a lo que hacía allá en Guadalajara, ahorita ya te puedo decir que, a los 32 años, ya tengo una vida establecida, una forma de vida, un pensamiento, una estructura en mi sociedad, en mi formación y en mi forma de ser.

¿Cómo fueron esos primeros días viviendo solo en México?

-Sí extrañé a mi familia durante un tiempo, obviamente extrañaba mucho lo que hacía allá, cómo me desenvolvía allá, mis padres, mis hermanos, pero bueno al final siempre estuve aquí por un objetivo y eso era lo que me mantenía más tranquilo. No decía “extraño a mi familia, ya me quiero regresar”. Nunca fue así. Sí los extraño porque es mi familia, y siempre he recibido el cariño y el apoyo de ellos, sin embargo también yo sé y ellos saben que tenía que avanzar en mi camino y tomar mis decisiones, y fue cuando decidí venir a entrenar al Distrito Federal.

¿Se te presentó algún problema en particular en aquellos tiempos cuando te mudaste para acá?

-Nunca hubo un problema significativo, algunos problemillas, cosas tontas, el coche o falta de dinero, sin embargo nunca nada que me pusiera en peligro, ni nada que fuera muy estresante o me hiciera considerar regresarme a Guadalajara o que tuviera que considerar dejar el deporte.

¿No era fácil adaptarse a la Ciudad de México?

-Tampoco fue difícil. Sí, era algo diferente pero te adaptas en 20 días a cualquier cosa.

¿Cómo describirías la relación con tus amigos?, ¿cómo te llevas con ellos?

-Me llevo bastante bien con mis amigos, soy una persona bastante abierta en ese sentido, me gusta hacer amigos, me gusta tener amigos, me gusta cuidar mis amistades, no es que me pase todo el día con mis amigos, pero sí procuro estar con ellos y entablar buenas amistades. Más del 80 por ciento de mis amigos son del deporte. Antes mis amigos eran de ámbitos diferentes, de la colonia, de la escuela, que todavía los frecuento, sigo en comunicación con ellos, pero mis amigos más recurrentes son del deporte.

¿Qué hace tu grupo de amigos para divertirse?

-Normal, como cualquier persona, podemos irnos de fiesta, a echar unos tragos, a la disco, podemos divertirnos yendo al cine, a un partido de soccer, de pesca, de vacaciones a la playa, es como cualquier otra persona. Se supone que el deportista no debería divertirse o que su diversión es diferente a los demás. No lo es. Es igual a todas las personas, de la misma manera sí tienes limitaciones, de tiempo, de que no puedes salir igual que toda la gente en temporada de vacaciones, no puedes salir a lo mejor todos los fines de semana, no puedes desvelarte los martes ni los miércoles, o andar siempre en los antros, pero sí puedes salir en la tarde al billar, al cine, al boliche, es algo común como cualquier otra persona, a un museo, una plazuela, pueblos mágicos de aquí cerca. La diversión no es diferente a la de cualquier otra persona en este país.

¿A quién recurres cuando tienes problemas?

-A nadie. Lo soluciono por mi cuenta, si necesito un abogado, contrato a un abogado, si tengo un problema con mi familia lo arreglo yo.

¿Cuáles son los principales problemas por los que ha pasado tu familia?

-No puedo decir que mi familia es perfecta, todos tenemos detalles, sin embargo problemas familiares han sido muy pocos, y nada que sea de preocupación. Sí hemos sufrido con la crisis, con el trabajo, el dinero, la salud, muerte de familiares, tíos y abuelos, pero ningún problema de parte de mis padres como agresión, abuso, abandono, enfermedades, todos bien, mis hermanos, mi hermana tiene un hijo, mi hermano es arquitecto, mi padre tiene su empresa, mi mamá tiene su negocio, tengo la fortuna de contar con una buena familia.

Factor económico

¿Cómo calificas tu situación económica actual y cómo era cuando iniciaste en del deporte?

-Antes era un poco limitada. Vivía del deporte más que de mis padres, cuando me vine a México quise independizarme totalmente, sí tuve que pedirle prestado de repente a mi papá, pero desde que tenía 15 años traté de ser independiente económicamente. Empecé a recibir las becas de CIMA y eso me dio para rentar un departamento pequeño con unos compañeros, y tener mis alimentos aquí en el Comité y estar entrenando. Sí era una situación limitada, no podía darme lujos. Podía darme el lujo de ir al boliche, de ir al billar, de estar con los amigos, pero hasta ahí. Tenía un coche, había podido ahorrar para tener un coche, y en estos momentos tengo una situación económica estable. He estado recibiendo el apoyo de Conade, del Ejército, y de mi Estado (Jalisco), puede decirse que vivo bien, no es una vida de lujos, de excesos, sin embargo vivo cómodo. Nunca faltó la comida en la mesa.

¿Qué hacías en Guadalajara cuando viniste para acá?

-Estaba chavo, me la pasaba entrenando, siempre he sido deportista al 100 por ciento, siempre estuve entrenando, estudiaba la prepa, y cuando llegué a México estudié la universidad.

¿Cuentas o contabas con algún empleo desde que te dedicas de lleno al deporte?

-No, hice una empresa, es una comercializadora deportiva, me asocié con mi compañero Eduardo Vélez y tenemos una empresa que ya tiene ocho años de existencia, la hicimos después de Beijing (2008), pero un empleo formal tal cual, no.

¿Estás satisfecho con los ingresos que percibes?

-Creo que estoy bien, es lo que merezco.

¿Cuáles son tus perspectivas económicas hacia el futuro?

-Ser financieramente libre, poder tener el capital necesario para tener una casa, para tener un coche, para salir de vacaciones, para en un futuro darle lo necesario a mi familia.

Como deportista, ¿cuáles son los riesgos de tener mucho o poco dinero?

-El riesgo de no tener dinero es no darte algunos lujos o no tener ciertas cosas que necesitas como equipamiento, que no puedas aportar para tu familia, o si tienes hijos o pareja, es el riesgo, te limita en tiempo, si no tienes el suficiente recurso tienes que buscar otra forma adicional de conseguir esos recursos fuera del deporte, un trabajo, un empleo de medio tiempo o hacer tu propio negocio o incluso el tema de buscar patrocinios, buscar ayuda de otras instancias fuera del gobierno. El hecho de tener mucho yo creo que ha afectado a algunos deportistas, ha afectado su desarrollo, el hecho de que sea algo muy volátil, se va de la misma manera que llegó, muy poca gente ha tenido educación en el deporte para administrar el recurso que se les otorga, de becas, premios, patrocinios, que puedan llegar a tener. Sí hay gente que no ha sabido administrarse, el deporte es difícil, en algún momento se acaba y te quedas sin nada, te vas con una mano adelante y otra atrás, no hay una pensión... "yo ya le dediqué 20 años, me jubilo y recibo una pensión". En este caso después de 20 años si me retiro me voy con una mano adelante y otra atrás.

¿Se ven mucho este tipo de casos?

-Es en la mayoría de los deportes, no sé si alguno tenga un plan de jubilación, pero lo dudo.

Factor social

¿Qué opinas sobre la disponibilidad de instalaciones y entrenadores que has tenido a lo largo de tu carrera?

-Siempre he tenido el apoyo necesario en mi deporte, lo único que necesitamos es el arco, la paca y el campo a distancia, 70 metros, con eso la puedes hacer. Cuando inicié sí estaba limitado, había pocos campos, muy poca infraestructura, ahora ya hay mucho más, tenemos un buen campo en Guadalajara, aquí el COM tiene un muy buen campo de entrenamiento, ha mejorado con los años el apoyo al deporte.

¿Quién te influyó para practicar el tiro con arco?

-Mi papá, él fue arquero, lo hizo de recreación, llegó a competir en un par de torneos nacionales, nunca como seleccionado, él ya tenía familia, empezó cuando yo nací.

¿Cuáles son los principales obstáculos para la práctica de tu deporte?

-Nunca me afectó algo así, porque inicié con uno de los mejores entrenadores que ha tenido México, el profesor José Almanzor, empecé con mi padre, después Almanzor, y vine a México con el profesor Li Wong, siempre tuve buenos entrenadores. En Guadalajara el campo no era muy afín pero nos acondicionaron un buen campo en la Unidad Revolución, Campo Panamericano, ya acá el COM invirtió en este campo y es el mejor de todo México. Estoy de tiempo completo, en Guadalajara es de vacaciones por tiempos cortos. Vivo en un departamento.

¿Cómo calificas tu relación con los aficionados y medios de comunicación?

-He tenido muy buena relación con los medios y la gente que me sigue. Obviamente no eres monedita de oro, tanto personas del medio, periodistas o deportivos, que no les caigo bien, hay por ahí alguno que no le caigo bien, pero es uno de 100, al menos es lo que me dicen. Y en cuanto a la gente que me sigue en

redes sociales siempre he tenido buen apoyo. Obviamente están los *haters*, la gente que no sabe nada absolutamente de deporte, que simplemente critica, pero eso es normal, lo entiendo como parte de la vida de un deportista.

¿Cómo es la exigencia hacia un deportista de élite como tú en México?

-La exigencia es muy simple: todos quieren que ganes, todos esperan que ganes, esperan que siempre estés en el primer lugar, que ganes, que estés triunfando. No hay más. No hay que “espero que tengas un buen rendimiento o una buena competencia no importando el resultado, que cumplas un proceso satisfactorio”. No, siempre esperan que ganes, siempre esperan que estés en el primer lugar.

Eso no siempre es posible...

-Hay algunas excepciones, en algunos deportes, algunas personas, tipo Michael Jordan, Usain Bolt, claro que se puede, María Espinoza, Paola Espinoza, hay atletas que sí pudieron lograrlo, pero siempre es la misma exigencia para todos. Hay deportes que por su propia complejidad, como el nuestro, que es más difícil. Nosotros competimos contra más de 100 personas por cada torneo, entonces es un poco más difícil la probabilidad.

¿Cómo es la vida cuando todo te sale bien, cuando ganas siempre?

-Cuando ganas lo primero que pasa es el medio de comunicación, lo primero que sucede son los medios, son los más interesados en ti cuando ganas. El periodista que quiere una entrevista, el programa de radio que quiere que lo atiendas, el programa de televisión que quiere que estés con ellos, después de ahí son las autoridades, las reuniones con las autoridades, las reuniones con la gente que maneja el deporte y después de ahí vienen los amigos y la familia, los entrenadores, ya en una manera más sencilla, en las felicitaciones, estar contigo, apoyarte, reunirse contigo, te empiezan a salir invitaciones a todos lados, desde fiestas, reuniones, pláticas, pláticas motivacionales, conferencias, diplomados. Te empiezan a llamar a donde sea.

¿Y eso te puede desubicar?

-Sí. Es algo que te puede desubicar si no estás... si no tienes una buena formación previa, porque eso llega en un instante, tú puedes salir del anonimato en una competencia, en unos Juegos Olímpicos, puedes ser alguien que llegó siendo nadie, teniendo un foco muy pequeño y saliendo con una gran linterna, puedes salir siendo el centro de atención de todos los juegos En este caso (Río 2016) hubo varios. Alejandra Zavala que era una competidora que sabíamos que tenía buena competencia, pero el caso del lanzador Diego del Real, él venía teniendo una carrera buena, competitiva, sin embargo no tenía expectativas como para estar en la final y casi se llevó la medalla de bronce. Eso te convierte en un foco, de la noche a la mañana, en una sola competencia, y eso lo cambia absolutamente todo, si no tienes una formación, si no te guiaron y si no sabes qué es lo que viene después de eso, sí puede llegar a afectarte, en todos los sentidos, tanto bueno como malo, te puede ayudar en la vida social, en tu vida personal, en tu desempeño deportivo, también te puede afectar.

¿Tuviste a alguien que te pusiera los pies en la tierra?

-Mi familia. Sí tuve momentos donde, soy muy sincero, donde se me despegaron los pies, cuando empezaba a tener buenos resultados, pero afortunadamente tuve a mis padres ahí siempre, y me dijeron que de esa manera no iba a poder llegar a ningún lado y que no iba a poder seguir como lo estaba haciendo, y un jalón de orejas me bastó para darme cuenta que tenían mucha razón, y creo que gracias a eso he tenido una buena carrera, me considero un atleta que ha tenido logros importantes. No he podido alcanzar la gloria olímpica, sin embargo sí tengo logros mundiales, panamericanos, centroamericanos, y soy el único arquero que ha tenido dos finales olímpicas.

¿Por qué hubo necesidad de darte ese jalón de orejas?

-Pues se dieron cuenta que estaba un poco alzado, no recuerdo exactamente qué fue lo que detonó, lo que estaba haciendo, pero se dieron cuenta de que no estaba haciendo las cosas bien, se dieron cuenta que andaba alzado, que no tenía

los pies en la tierra, que estaba sobrevalorando lo que estaba haciendo, y por eso me jalaban las orejas.

¿Cómo es la vida, en específico de Juan René Serrano, cuando no ganas?

-¿Cómo es la vida cuando no ganas? Hay mucha esperanza de todos, cuando no ganas sí se siente. El golpe más duro es el personal, cuando fallas, cuando no tienes un rendimiento como quieres, es personal, porque entregas muchas cosas, que la gente no lo nota, porque sacrificas todo, la familia, los amigos, la pareja, los hijos, tu tiempo, entregas todo de tiempo completo, y el no lograrlo es un golpe amargo a tu carrera y a tu persona, porque dices bueno qué estoy haciendo, hacia dónde voy, estoy entregando todo absolutamente de mí, y no estoy logrando triunfar, qué es lo que está pasando, por qué, será esto lo que realmente deba hacer, será esto lo que quiero hacer, entonces empiezan esas incógnitas dentro de tu vida, dentro de tu percepción, y son cosas difíciles. Para mí el no ganar sí se vuelve algo difícil, de asimilar y decir “ok, tengo que aprender algo de aquí. ¿Qué aprendo? Debo prepararme más, preparar mejor la competencia”. Vas aprendiendo cosas. Sin embargo, sí es algo difícil y vas a tener que aceptar la derrota.

Y ese golpe que, dices, empieza en ti, se extiende a lo demás, al entorno...

-Sí, muchas veces sí se extiende, muchas veces tienes que aprender a controlar para que no se extienda, porque es lo que haces de vida por completo, porque este es tu centro por completo, tu centro es el deporte, si mi centro no está bien, no puede estar bien lo demás, es como ser un poco hipócrita, es como si estás con tu familia y si tu familia no está bien, tú sabes que no vas a estar bien en lo demás, cuando tu centro no está debidamente... si tienes una debilidad ahí o hay algo que te preocupa pues lo extiendes a todo, tu relación personal, tu pareja, tus amigos, a todo lo demás.

¿Cuáles han sido los momentos más difíciles en tu carrera?

-El momento más difícil fue ahora en la calificación para Juegos Olímpicos (Río), fue el más difícil de mi carrera, el no haber clasificado a Juegos Olímpicos de Río.

¿Cómo lo viviste?

-Fue un sube y baja, me di cuenta realmente de muchas cosas, me di cuenta de lo que la gente hace, lo que la gente percibe de un deportista, de las autoridades, me di cuenta de muchas cosas. El hecho de no haber clasificado a Juegos Olímpicos fue un golpe duro para mí, por mi carrera, porque tuve la mejor preparación de toda mi vida para estos Juegos Olímpicos. Entonces sí fue algo muy difícil de asimilar, estaba contento precisamente porque nunca me había entregado de esta manera, y eso me deja satisfacción de haberme entregado de esa manera, de saber que tengo unos límites muy altos, saber que puedo superar esos límites.

¿Cuándo crees que recibiste el trato más duro por parte de medios, patrocinadores, aficionados en tu carrera? ¿Cómo fue cuando tenías expectativa de medalla y que por una u otra cosa no pudiste lograr?

-Lo más duro creo que fue en Londres, que no logramos la medalla, cuando nos quedamos en cuarto, yo tuve un fallo que prácticamente nos sentenció en esa posibilidad de medalla, y ese año fue muy criticado, muy duro para mí.

¿Cómo lo viviste? ¿Qué hiciste?

-Tenía que afrontarlo, soy responsable de mis acciones y tenía que afrontarlo de esa manera con responsabilidad, como viniera, recibí críticas, recibí preguntas, recibí de todo, tenía que contestar todo de la manera más cordial, de la manera más humana posible, sin tener que exaltarme contra las personas que hicieran los comentarios o las preguntas un poco incómodas, preguntas difíciles, agresivas. En su momento tuve preguntas muy agresivas pero, bueno, es algo que no te dicen cuando entras al deporte, es algo que no te dicen cuando empiezas a hacer deporte. No te dicen "eh, si te va bien vas a tener mucha gente a tu lado, pero si te va mal todo mundo va a estar en contra de ti". Nadie te lo dice, nadie te explica eso.

¿Cómo crees que te afectaron psicológicamente aquellos momentos?

-Pues afortunadamente tuve una madurez psicológica buena después de Beijing, antes de Beijing donde todavía no éramos la meca del deporte, todavía no éramos un deporte priorizado, después de eso tuve un buen psicólogo que me dijo “sabes qué, va a pasar esto, tiene que hacer esto, tienes que atender de esta manera, te va a tocar de todo, vas a tener gente que esté a tu lado y gente que esté en contra, independientemente de los resultados, sean buenos o sean malos, entonces tienes que aprender a lidiar”, y en base a eso fui aprendiendo sobre la marcha. Fui haciéndome fuerte a las entrevistas, y te puedo decir que en este momento cualquier persona fuera de mi círculo personal, me puede decir lo que sea y no me afecta, no es algo que me quite el sueño, que me haga retractarme de algo que haya dicho o hecho. Si me lo dice mi padre, mi madre, mi hermano, mis amigos, o alguien de mi familia, pues claro que sí lo voy a tomar más a pecho, más personal, pero en este momento psicológicamente si me lo dice alguien de la calle, un directivo, un medio de comunicación, un periodista, pues es una opinión diferente tal vez, pero no marcará nada personal para mí.

Todos estamos expuestos con las redes sociales, ¿cuál ha sido tu experiencia?

-No he tenido amenazas de que te vamos a golpear, te vamos a madrear, pero sí me han dicho eres un inútil, no sirves para el deporte, qué vergüenza. Tuve mucho de eso, tuve incluso unos que estuvieron muy... hasta tuve que contestar algunos, nunca he contestado agresivo a nadie, simplemente lo que creo que es necesario para que la gente se informe, que la gente tenga en cuenta, incluso hice invitaciones para que si querían venir a probar en el deporte estaban abiertos, yo estaba abierto a que vinieran y que vivieran lo que vivimos los deportistas, para que tuvieran un poquito de consciencia y un poquito de noción de qué es lo que vivimos nosotros.

Factor académico

¿Tuviste las facilidades en tu familia para estudiar?

-Sí, una de las cosas dentro de mi familia ha sido impulsar la educación. Mi padre no terminó la universidad, mi mamá tampoco, pero estuvieron siempre muy conscientes de que la educación es necesaria para sobresalir, para desarrollarte y para poder ser una persona de apoyo social, que puedas aportar a tu sociedad y a tu país. Yo tuve muy buen apoyo por parte de mi familia para seguir la escuela. Yo les dije, en el 2002, a mis padres, voy a dejar de estudiar este semestre porque quiero estar en Juegos Centroamericanos que estaban justo a seis meses. Me dijeron “ok, adelante, si eso es lo que quieres, te vas a dedicar bien, adelante”. Gané Juegos Centroamericanos, faltaban seis meses para Juegos Panamericanos, fue en noviembre de 2002, y era en junio o julio de 2003 los Panamericanos. Les dije que iba a repetir la dosis, no voy a entrar tampoco este semestre a la universidad para poder hacer el ciclo a Panamericanos y quedamos en segundo lugar, en equipo, entonces ahí decidí tomar un año sabático más para ir a mis primeros Juegos Olímpicos, Atenas, y no me arrepiento absolutamente de nada. En ese entonces, mis padres ya sabían que ya tenía una idea clara de qué era lo que quería y yo les dije en el momento que terminen los Juegos Olímpicos yo me pongo a estudiar. Continuó mi preparación académica y sí. Fue en ese año cuando me vine a México, en 2004, llegué a la Ciudad de México y lo primero que hice, la primera semana, fue ponerme en comunicación con las universidades. En la UVM me abrieron las puertas y empecé mi carrera. Antes estudiaba diseño industrial, e hice la mitad de la carrera. Me volví a salir para Beijing, para Panamericanos de 2007, y reinicié la carrera en la UVM hasta 2008. Y ya la terminé. Nunca fue un problema. Antes de tomar la decisión, yo les explico por qué, y después simplemente tengo su aprobación. Terminé hace dos años, a los 30 años, pero terminé como ingeniero industrial, no como diseñador industrial, Cambié de carrera. La otra no la terminé porque me requería mucho tiempo presencial. Me validaron 11 materias.

Terminaste tarde por el deporte, siempre estuviste ligado al aula, a la escuela...

-Preparatoria la hice normal, en prepa 7 de la Universidad de Guadalajara, sin ningún problema. Mis periodos fueron de dos años de universidad, por el ciclo olímpico. En 2013 terminé la universidad.

¿Crees que lo académico ayuda al deportista a enfrentar todo lo que se encuentra en el deporte mismo?

-Sí, claro que sí. Yo creo que el deporte y la educación deben ir ligados, tanto en alto rendimiento como preparación académica. Creo que es algo porque no solamente es una preparación académica para una profesión, te ayuda a darte cuenta para solucionar tus problemas en el deporte, para ser más analítico, para preguntar por qué, y darte cuenta del porqué. Sí creo que el deporte debe ir 100 por ciento con la preparación académica, ya sea antes o después, o intermitente, pero sí tiene que ir de la mano.

En general ¿cómo ves esa cuestión en el país?

-Ahora ya lo veo. No soy el único que se ha dado cuenta, está en su carrera, o terminando, o están dentro de una universidad y eso no pasaba antes, yo conozco gente, entrenadores que fueron arqueros que no terminaron la universidad, que decidieron por una o por otra, que no pudieron combinarla, era el ámbito antes, no había ese apoyo de las universidades. Ahora hay programas de la Anáhuac, la UVM, el Tec, el ITESO, que te permiten prepararte como deportista y como profesional en sus nuevas carreras ejecutivas, deportivas, eso ha ayudado mucho a que se pueda combinar el deportista profesional.

Factor salud

¿Cuáles son las principales lesiones y enfermedades que has sufrido a lo largo de tu vida y de tu carrera?

He tenido un par de lesiones, tendinitis es la común para un deportista de tiro con arco, contracturas, me fracturé la clavícula, esguinces de tobillo, de mano, de dedos, pero afortunadamente de ahí no ha sido nada más. Nada que me haya dejado fuera del deporte un mes.

¿Tu rendimiento deportivo se ha visto deteriorado por causa de estas lesiones o enfermedades?

-En algún momento sí tuvo alguna influencia, alguna injerencia en mi rendimiento, sin embargo estando bien se puede regresar. En 2010, cuando me quebré la clavícula, dejé de tirar. Afortunadamente fue en mi espacio de vacaciones, entonces no tuve una pérdida de rendimiento, sí tuve un problema de tendinitis que me afectó en un proceso de selectivos, pero cuando me repuse pude regresar a mi nivel.

¿Hay riesgos físicos por la práctica de tu deporte?

-No, el riesgo es mínimo, realmente es muy bajo, es como en todos los deportes, mientras te cuidas puedes ser longevo en el deporte. Y mi deporte es uno de los más longevos que existen, entonces realmente el riesgo es mínimo.

En un medio tan exigente como el alto rendimiento, ¿qué tal fácil o difícil es mantenerte alejado del dopaje y adicciones?

-Simplemente tienes que ser responsable de ti. En ese caso tienes que darte cuenta de qué es lo que vas a hacer y qué es lo que no vas a hacer. Si estás peleando por una medalla, si estás peleando por ser el mejor de México, del mundo, pues hacer trampa es algo ilógico, es como tener que doparte para ganar es algo que en mi persona no cabe. Es como hacer un examen, quererte titular de ingeniero pero tener que copiar. No lo vas a hacer, te va quedar en la consciencia y en algún momento se van a dar cuenta, y son cosas que se quedan para el archivo, que siempre van a estar ahí. Ve el caso de los pesistas que estuvieron dopados desde Atenas, desde Beijing, le tocó a Damaris Aguirre una medalla, Marion Jones, es algo que la gente debe tener mucho en cuenta, muy consciente, porque si lo vas a hacer hazlo bien. Hazlo de una manera profesional. No hagas trampa simplemente.

¿En algún momento de tu carrera te has visto involucrado en algún problema de este tipo?

-No, absolutamente.

Viven solos, son personas normales, con una habilidad especial, se puede tender a problemas de alcoholismo, ¿cómo has visto este problema?

-Yo creo que sí hay momentos donde, por ejemplo el hecho de venirte a vivir solo a una ciudad, donde tienes sólo amigos o donde conoces a la gente, sí te pone en un riesgo, que te puedas pasar de copas, que puedas empezar a consumir drogas, tener alguna mala influencia de amigos o personas, eso depende mucho de la persona, de tus raíces, de dónde vengas, de cómo te hayan creado de cuál sea el objetivo que tengas aquí. En mi caso, sí me fui de borrachera, de parranda con mis amigos, nunca he consumido drogas, cuando lo hice fue en tiempo que me permitía, en mis vacaciones, el fin de semana, no en competencia. Obviamente he cometido errores de terminar una competencia y echar la copa y se ha visto mal, sin embargo ha sido mínimo, y una de las cosas que ha quedado muy en claro con mi familia fue “voy a hacer deporte”. Voy a hacer el mejor en mi deporte, no puedo darme el lujo de estarme equivocando, el tiempo se va y no puedo cumplirle, no puedo fallarme a mí mismo.

En el tiro con arco, ¿vemos casos de dopaje?

-Ha habido casos por negligencia médica o personal, no ha habido casos de dopaje intencionales. Realmente son betabloqueadores para estabilizar, controlar la tensión, pero es superfácil que te lo detecten, la primera orina y ya sale, no se quita, y tiene que ser en el momento, no los puedes consumir antes, no es como la hormona del crecimiento, o alguna hormona que te dé un rendimiento físico. Lo único que puedes hacer es tomarte un tequila, dos tequilas, o una cerveza, pero también hay alcoholímetro en el tiro con arco, te relaja y no te quita precisión.

¿Cómo esperas afrontar el declive en tu carrera conforme llega la veteranía?

-Ya lo afronto, no pude ir a unos Juegos Olímpicos porque no tuve el mejor rendimiento, sí tuve la mejor preparación pero no el mejor rendimiento, entonces ya lo he afrontado de una manera tranquila. Yo sé que me falta poco para retirarme, ya está mi carrera en su culminación, sin embargo quiero aprovechar los años que me quedan, quiero dejar huella, quiero dejar mi nombre bien impreso en la historia del tiro con arco y en el deporte mexicano. Eso es lo que me ha mantenido, y tengo que tomarlo de una manera muy calmada, muy inteligente, y saber que todo por servir se acaba y en un momento mi rendimiento ya no será el mismo, en este momento ya no es el mismo, sin embargo todavía tengo capacidad para competir y puedo superar a muchos de los deportistas que están actualmente como los mejores, entonces creo que todavía tengo chance de culminar bien mi carrera y en su momento decir adiós.

¿Cómo tomarías el hecho de retirarte sin haber ganado una medalla olímpica?

-Híjole, no creo que... sería algo que me faltó en mi carrera, sería la cereza del pastel, una medalla olímpica siempre ha sido mi sueño, lo que más he anhelado, pero a veces no obtenemos lo que queremos sino lo que merecemos, creo que he aportado mucho al deporte, y siempre he querido ser un referente en el deporte y eso es más importante para mí que existe la posibilidad de que lo logramos, a simplemente ser codicioso con una medalla.

¿Qué te gustaría que pasara contigo después del retiro?, ¿cómo te imaginas?

-Quiero seguir apoyando al deporte, mi intención es seguir en esto, me encanta el deporte, es lo que mejor sé hacer, lo único que sé hacer casi, casi, entonces quiero poder apoyar en algunos de los ámbitos, apoyando con mi empresa, o simplemente apoyando el tiro con arco, pero culmino mi carrera y seguiría en el deporte.

En conclusión, ¿te encuentras satisfecho con lo que has logrado?

Sí, he logrado lo que muchas personas han soñado, he logrado estar en finales olímpicas, he logrado estar como campeón panamericano, en finales de copas del

mundo, he estado dentro de los mejores del mundo, he sido referente para muchos países.

Factor psicológico

¿Has recibido durante tu carrera apoyo de psicólogos deportivos?

-Sí, he tenido cuatro o cinco psicólogos deportivos, especializados en deportes individuales, algunos en deportes de conjunto. He tenido con alguno de deporte de precisión, y pues sí he contado con el apoyo.

¿Por qué has contado con ese apoyo? ¿Fue algo que tú pediste o se te proporcionó?

-Es algo que pedimos y se nos proporcionó a la vez. Fue algo que sabíamos que necesitábamos y los directivos en ese momento sabían que necesitábamos apoyo psicológico, es algo básico. Para mí la psicología deportiva es algo fundamental que todos los deportistas deberíamos tener una preparación psicológica integral. Desde el cómo podemos desarrollarnos en el deporte, hasta los ámbitos familiares, profesionales y el social. La psicología te puede ayudar no solamente a competir sino a llevar bien tu vida, poder enfrentar a los medios, a los amigos, situaciones de crisis, familiares, con la pareja, es un tema que sí está un poco descuidado en nuestro país. Bien leía en la mañana un RT (retwitt) de Horacio Llamas que en México no se enseña a ganar, se enseña a competir. Creo que tiene razón, no se nos ha enseñado y viene de la parte de psicología, no de la de entrenamiento. Creo que eso es el ámbito está descuidado.

¿Has recibido algún tipo de terapia clínica?

-No. Siempre me he enfocado en psicología deportiva.

¿Crees que en algún momento de carrera lo has llegado a necesitar?

-Estuve con mi psicóloga deportiva explorando un poco de la psicología clínica cuando terminaron los Juegos Olímpicos para definir el rumbo de mi carrera, pero ha sido todo.

En algunas corrientes de la psicología deportiva, se piensa que el deportista es una persona normal que no tiene problemas psicológicos de la gente común, no es vulnerable a los problemas de la vida cotidiana. ¿Qué piensas de eso?

-Está mal, no sé de dónde sea, pero es la cosa más errónea que he escuchado en mi vida. La verdad es que todas las personas tenemos problemas, tanto emocionales como personales. Puedes ser un deportista de alto rendimiento, ser el mejor del mundo y tener depresión, eso no te exime de nada, el que seas deportista no te quita que seas un ser humano. La gente tiene que entender que el deportista es un ser humano. Nació siendo un humano, no siendo un deportista, no siendo un triunfador, nació siendo una persona. Creció siendo un niño, creció siendo un joven, y luego de adulto, no es 100 por ciento deportista. El deporte no te quita las enfermedades crónicas, no te quita la influencia social, los problemas con tu novia. No te va a dar una pareja fiel toda la vida, eso está mal. Es algo irónico. Es lo peor que se puede pensar, que un deportista no es inmune a cualquier cosa y mucho más a lo social, está más expuesto en lo social a cualquier otra persona. Sufres más como deportista en lo social que cualquier otra persona, porque está en el ojo de cualquier persona. Yo soy cazador, me encanta la cacería, pero no puedo publicar que me voy de cacería. ¡Imagínate! Si a Lucero la tomaron como lo peor, al Rey Juan Carlos. Es algo normal. Es algo que a mí me gusta hacer, pero no lo puede hacer en sociedad. ¿Qué es lo que provocas? Entonces tienes que estar te cuidando, tienes que estar a la defensiva, tienes que estar viendo siempre algo bueno para la sociedad. Eres una persona, un referente social, eso no es algo que te va a dar un escudo, que te va a quitar una enfermedad, que te va a quitar una depresión, al contrario, creo que muchos problemas de los deportistas son precisamente eso, que no se dan cuenta que el deportista también es persona, que tiene derecho a vivir, tiene derecho a equivocarse a convivir, a socializar, a tener familia, y no solamente ser la esperanza de México, del país, de una medalla de oro olímpica.

¿Crees que es un tema que aún es tabú en el deporte mexicano?

-Creo que es un tema que poca gente ha tenido la capacidad y la voluntad de afrontar. Creo que es un tema que muchos prefieren ignorar. La sociedad prefiere ignorarlo que afrontar el tema social. ¿Cómo es que hemos visto tantos campeones olímpicos, tantos campeones mundiales, tantos medallistas panamericanos que terminan viviendo en la calle, siendo personas despreciadas, o en puestos gubernamentales sin tener la capacidad, haciendo lo que no deberían hacer, porque no tuvieron una buena guía, porque no se les dio seguimiento psicológico, porque no se les guió en su momento? Campeones mundiales que se quedan sin un peso, y entrenadores que fueron campeones mundiales que tienen que estar sufriendo con federaciones, que tienen que estar viviendo en la miseria, porque no supieron llevar, porque nunca se les guió. Y eso es causa de que no hay una estructura deportiva para el deportista retirado. No hay una estructura psicológica para el deportista de alto rendimiento, social. Tiene que haber en estos momentos ya, un despacho de psicólogos o un centro integral para el deportista, no solamente para psicología deportiva, también para psicología familiar, para psicología de pareja, para su manejo de depresión e incluso tal vez hasta psiquiatras. Para mí el punto más débil en el deporte mexicano es el punto de psicología. Es el eslabón más débil donde sufrimos todos y donde simplemente te das cuenta por qué solamente garbanzos de a libra han podido triunfar en el deporte mexicano. No te das cuenta pero a veces eres sólo una herramienta para conseguir medallas y ya que la lograste entonces el que sigue.