

“Nos hemos alimentado demasiado del ‘yo soy así’. Se puede cambiar, y mucho”

Entrevista

Patricia R. Loeffler

PSICÓLOGA DE DEPORTISTAS

Ángeles Caballero

Patricia no para de sonreír durante la entrevista. No en vano, cuando se refieren a ella la definen como “la psicóloga del Betis”. Pero su carrera no es solo atender las demandas de los deportistas del club de fútbol. Atiende en su consulta a pacientes “para seguir teniendo los pies en la tierra y porque sigue habiendo gente enferma, es mi responsabilidad” y ha estado al lado de deportistas como el atleta Francisco Fernández, más conocido como *Paquillo*, quien le dedicó parte de su triunfo cuando batió el récord mundial de 10 kilómetros marcha.

¿Lo suyo con la Psicología viene de lejos?

R Totalmente, desde los 15 años, que tuve a una profesora de Filosofía que me valió de Píngalo. Lo del deporte también tiene parte de vocación. Había hecho gimnasia deportiva y me daban unos ataques tremendos de ansiedad antes de empezar los ejercicios. Me hubiese gustado poder disfrutarlo, y creo que para eso me hubiera ayudado la figura de un psicólogo. Aunque que conste que mi madre es abogada y me decía que hiciera Derecho, que como psicóloga me iba a morir de hambre (risas).

¿Cuándo se produjo su unión entre psicología y deporte?

R La verdad es que siempre he sido muy echada p'ante (risas). Todo empezó porque hice proyectos para la radio y la Cope me ofreció un espacio en la emisora de Granada que duró seis años. Este programa me permitió conocer a médicos del deporte y me fui informando. Pensé que era un campo de trabajo precioso. Y estos médicos me empezaron a mandar pacientes a mi consulta.

¿Cuáles son las enfermedades más habituales en los deportistas?

R Lo que pasa con los deportistas no es tanto que estén enfermos, sino que tienen un nivel de autoexigencia muy fuerte. Se juegan el futuro en un segundo, tienen carreras muy cortas en las que no pueden



elEconomista

Vocación profesional:

“Mi madre me decía que hiciera Derecho, que como psicóloga me iba a morir de hambre”

Psicología y deporte:

“Resolver una rotura es fácil y además se ve; una idea depresiva, no tanto”

¿Mourinho/Guardiola?:

“Los dos. Uno es comedido y socialmente correcto. Al otro no sabría como definirlo...”

permitirse fallar, y eso genera niveles muy altos de tensión. Mi tarea es trabajar ciertas variables para alcanzar cierta calidad de vida.

¿Prestamos demasiada atención a las lesiones físicas de los deportistas y muy poca a las psíquicas?

R Lo que ocurre es que lo físico se detecta enseguida porque puede verse, todo lo contrario que lo psíquico. Y resolver una rotura es fácil, pero una idea depresiva no tanto. Muchas familias son incapaces de verlo o le ponen otro nombre, como “debilidad”. Nos hemos alimentado demasiado del “yo soy así”, y hay un montón de cosas que se pueden cambiar.

¿Cuáles fueron los primeros deportistas con los que entró en contacto?

R Empecé con dos deportes, fútbol y atletismo. Fue entonces cuando conocí a *Paquillo*, empecé a trabajar con él y enseguida batió el récord del mundo, y cuando le preguntaba la prensa hablaba de mí, así que a partir de ahí tuve mucha suerte. Me llamó en su momento Gregorio Manzano y después Pepe Mel (actual entrenador del Betis).

■ **Ha trabajado con equipos más modestos antes de llegar al Betis. ¿Hay muchas diferencias entre primera y segunda división, al menos en los problemas que usted trata?**

R Tienen una presión similar. En la primera sesión de trabajo les explico quién soy y para qué estoy ahí. Que no trabajo temas personales y que sus asuntos son confidenciales. Los deportistas son mi pasión, los adoro.

¿Alguna vez ha visto una cara rara ante su presencia?

R Si se refiere a una actitud machista, nunca he tenido. Siempre ha habido mujeres, como enfermeras o psicólogas. Otra cosa es entrenadoras o fisioterapeutas. Lo importante es *camuflarse* bien.

Hablando de gente del deporte, ¿qué necesita un buen entrenador?

R Lo mismo que un profesor, tener muchos conocimientos y saber transmitirlos. Gestionar un grupo, comunicar bien, tapar los errores... hay que ser muy especial, por eso hay tantos futbolistas pero tan pocos entrenadores.

¿Mourinho o Guardiola?

R Los dos.

Mójese, por favor...

R Uno es comedido y socialmente correcto. Al otro... no sabría como definirlo, aunque tiene que ser muy bueno para estar ahí.

■ **Más información** relacionada con este tema en www.economista.es



TERRITORIO FEMENINO
ÁNGELES CABALLERO

MUCHO CUIDADO CON LAS ILUSIONES PATERNAS

El destino –o el azar, que pensaría Javier Marías– ha querido que la semana pasada dos mujeres fueran las protagonistas de la página de deportes. Una, Gemma Mengual, anunciaba su retirada después de años de gloria en la natación sincronizada. El argumento está claro: lo deja porque entrenar –actividad a la que seguramente dedicaba más tiempo que a dormir– ha dejado de divertirse tanto como antes. Ahora, dice, sus prioridades son otras. “Mi hijo y mi familia”, dijo. Es una de las mejores cosas de la maternidad, lo relativo que se vuelve casi todo.

La otra, Arantxa Sánchez Vicario, también nos ha dado enormes alegrías. Pero ha salido a la palestra de un silencio supongo que buscado para convertirse en carne de debate. Debates de los nuestros, claro, de talonario, decibelios y kilos de insultos. Arantxa ha decidido sacar los trapos más sucios de su vida para acusar a sus padres no sólo de haberla arruinado, sino de haberla anulado. Yo, que soy madre, y también hija, no sé a quién apoyar. Sí sé que la sobreprotección puede convertir a los niños en títeres. No es mi caso, afortunadamente. Y también sé que no se me ocurriría montar una rueda de prensa para cargar contra mis padres.

Pero esta vez, en vez de sacar al experto analista que todos llevamos dentro, le he preguntado a un amigo psicólogo. “Muchos padres intentan vivir la vida que les hubiera gustado vivir a través de sus hijos. Proyectan en ellos un futuro sin elección, y de una manera muy manipuladora, sin mala fe, van dirigiendo la vida de sus hijos hacia donde creen que es lo mejor para ellos”, me cuenta. Cree que deberíamos preguntar a nuestros hijos: ¿Te gusta lo que haces? ¿Disfrutas con este deporte? ¿Preferirías estudiar? “La idea es divertirse, conocer amigos, aprender a trabajar en equipo, educarse en valores como el trabajo y el esfuerzo”, añade. Ojo con las frustraciones paternales y cuidado con las extrañeces escogidas solo “porque dan caché” o “porque dan dinero”. Las carga el diablo.

○ Redactora