



## Exdeportistas de élite recomiendan a las familias dar apoyo pero no interferir en la práctica deportiva de los niños

- El Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya ha organizado en la UAO CEU la mesa redonda 'Esport, pares i fills: èxit o fracàs'
- Sergi Bruguera, Jordi Sans, Sito Pons, Jaume Alguersuari o Joan Golobart coinciden en que al niño se le ha de dejar libertad para que disfrute del juego y en señalar las dificultades de que comporta el hecho de que los padres ejerzan también la función de entrenador o instructor
- Los psicólogos participantes en la mesa advierten del burn out como causa habitual de abandono del deporte en los niños

**Barcelona, 22 de febrero de 2016.-** El deporte en la infancia no puede perder su condición de juego, de espacio de libertad. Cuando se convierte en otra cosa, aparece el peligro de agotamiento –burn out-, que en muchas ocasiones puede derivar en el abandono definitivo de la práctica deportiva. Este es el mensaje que ha predominado en la mesa redonda 'Esport, pares i fills: èxit o fracàs', organizada por el **Col·legi de Psicologia de Catalunya** en la **Universitat Abat Oliba CEU**.

El coloquio ha integrado la voz de exdeportistas de élite y de psicólogos especializados en el ámbito del deporte. Han sido éstos los primeros en intervenir para presentar un estado general de la cuestión. Así, la psicóloga y coach **Raquel del Àguila** ha puesto el acento en la íntima correlación entre la situación de burn out -que comporta agotamiento, falta de confianza, bajo rendimiento y baja realización personal- con el denominado 'drop out', o cese definitivo de la actividad deportiva. "*El 40% de los jóvenes en burn out abandonan el deporte y el 80% de los que lo abandonan lo hacen a causa del burn out*", ha afirmado.

¿Qué factores inciden en la generación de esta sensación negativa respecto al deporte? La psicóloga sanitaria y del deporte, **Meritxell Beatriu**, ha mencionado factores internos y otros de carácter externo. Entre estos últimos, las elevadas exigencias competitivas (el 16% de los jóvenes deja el deporte por la presión que reciben), falta de refuerzo positivo, imposición de un estilo de vida, focalización excesiva en el resultado, expectativas poco realistas o metas fijadas por otros. Respecto a estos dos últimos aspectos ha mencionado el hecho de que "*el 85% de los padres de niños que destacan tempranamente crean que su hijo llegará a ser deportista de élite*", cuando, en términos estadísticos, la posibilidad de que esto suceda es muy baja.



Por tanto, la involucración de la familia en la actividad deportiva de los menores puede ser un factor tanto de unidad familiar como de distorsión del disfrute que, en principio, debería suponer practicar un deporte.

### Experiencias paterno-filiales en la élite

La mesa redonda contaba con el testimonio de deportistas que, además de haber llegado a la élite, han vivido la experiencia de carreras marcadas por la relación paterno-filial. En el caso del campeón de motociclismo y director de equipos de deportes del motor, **Sito Pons**, y del campeón de Europa de motociclismo y presidente de Alesport, **Jaume Alguersuari**, ambos encarnan el caso de padres con hijos que despuntan en las mismas disciplinas que ellos. Alguersuari, considera que es importante no empecinarse en que el niño haga algo que no le salga naturalmente. Así, ha hablado de la “*marca de agua*” que todos tenemos y que determina nuestras aptitudes. “*Los defectos que tenemos siempre acaban saliendo, por mucho que entrenes*”. El padre no debe empujar a su hijo a hacer algo que no desea ni esperar que llegue a lo más alto, sino “*hacer que el deporte sea algo que eduque y una*”.

Pons, por su parte, y como director de un equipo de deportes del motor, ha confesado que “*es más difícil aconsejar a los hijos que a cualquier otro deportista profesional. La frontera que tienes con los otros desaparece, no guardas la distancia y la prudencia que tienes con un tercero y les exiges más*”.

La perspectiva que ha aportado el campeón de Roland Garros y director de Bruguera Tennis Academy, Sergi Bruguera, ha sido la opuesta: la del joven que es entrenado por su padre. “*El hecho de que en mi caso saliera bien es la excepción*”, ha reflexionado. A su juicio, lo mejor es que “*el espacio profesional y el personal estén separados porque, si no, no descansas*”.

### Padres intervencionistas

El director de la UFEC y medalla de oro en los JJ OO de Atlanta 96, **Jordi Sans**, sostiene que el problema de la superación del fracaso afecta más “*a los padres que a los hijos. Duran más las frustraciones en los padres que en los niños*”. Por su parte el articulista deportivo y exjugador del Espanyol, **Joan Golobart**, ha lamentado el hecho de que el deporte infantil se haga hoy en entornos casi profesionalizados, con el tiempo tasado, donde se da poco margen a la imaginación y a que los menores jueguen por el hecho de jugar, sin relacionar la diversión con la competición. “*Lo bueno que tenía el fútbol cuando yo era pequeño es que era un sitio en el que me sentía libre, ahora los padres son intervencionistas. Tenemos derecho a soñar con el futuro de nuestro hijo pero no obligarle a que sus sueños sean necesariamente los nuestros*”.



*Universitat  
Abat Oliba CEU*

*Gabinete de Prensa*



Col·legi Oficial de  
Psicologia de Catalunya

En la mesa, que ha conducido el psicólogo sanitario y del deporte, **Albert Soldevilla**, ha participado también la comisionada de Deporte del Ayuntamiento de Barcelona, **Marta**

**Carranza**. Ésta ha subrayado la importante actividad deportiva que desarrollan los niños en Barcelona (el 75% realiza algún deporte extraescolar) y la atención que se presta, a través de los informes que elaboran los árbitros, al comportamiento de jugadores, técnicos y familias.

Para más información  
Juan Pablo Sanz García  
Gabinete de Prensa UAO CEU  
93 253 72 02  
666 690 255  
premsa@uao.es

Eva Benedicto  
Col·legi Oficial de Psicologia de Catalunya  
93 247 86 50 ext. 123  
618 746 614  
ebenedicto@copc.cat