EL HERALDO

Fecha: 04/07/2025 Audiencia: 6.000 Sección: OPINION
Vpe: $757.686 Tirada: 3.000 Frecuencia: DIARIO
Vpe pág: $1.850.000 Difusión: 3.000
Vpe portada: $1.850.000 Ocupación: 40,96%

A 10 años de la gloria, ¿estamos entrenando para competir?

Paula Ortiz
Directora académica del Instituto del Deporte y Bienestar U. Andrés Bello

Se cumplen diez años desde aquel inolvidable 4 de julio de 2015, cuando la selección chilena de fútbol levantó por primera vez la Copa América. Fue una hazaña que nos unió como país y nos hizo creer en lo imposible. Pero hoy, una década después, los resultados deportivos nos invitan a una reflexión incómoda pero urgente: ¿estamos realmente entrenando para competir?

Los malos resultados de la selección en estas clasificatorias mundialistas no pueden explicarse solo desde lo técnico, lo táctico o lo físico. Tampoco basta con revisar la preparación psicológica o los datos que respaldan una planificación moderna. Algo más profundo está fallando. Y es que competir no es solo ejecutar una tarea: es sostener el rendimiento bajo presión, en entornos inciertos, con rivales exigentes y emociones a flor de piel.

Lo decía Manuel Cagigal: el deporte no es solo rendimiento, es también fenómeno humano, social y cultural. El jugador no entra a la cancha como una máquina calibrada. Entra con su historia, sus miedos, su ansiedad, sus creencias, su vínculo con el error, su entorno familiar y social. Todo eso juega.

Hoy seguimos entrenando por compartimentos: lo físico por un lado, lo técnico por otro, lo psicológico (cuando se incluye) como un accesorio. Pero la competencia no separa. Exige una integración total: física, cognitiva y emocional. Formar jugadores para competir implica enseñarles a gestionar la frustración, tomar decisiones inteligentes bajo presión, recuperarse del error en segundos y mantener la confianza incluso cuando todo parece adverso.

En Chile, además, cargamos con relatos que pesan: la sombra de la “generación dorada”, la presión mediática, el juicio constante desde las gradas y las redes sociales. ¿Estamos preparando a nuestros jugadores para enfrentar ese escenario? ¿Tenemos cuerpos técnicos, especialistas, familias y colegios que se atrevan a mirar el deporte de manera diferente?

No se trata de buscar culpables, sino de pensar sistémicamente. De entender que el rendimiento deportivo es el resultado de muchas capas interrelacionadas. Que correr más y pasar bien la pelota es importante, pero no suficiente. Que entrenar para competir es aprender a vivir el juego en toda su complejidad: física, mental, emocional y social.

Quizás este aniversario sea una oportunidad para revisar profundamente cómo entendemos la preparación deportiva. Y para hacernos, con la misma pasión con la que gritamos un gol, una pregunta clave: ¿Qué tipo de jugadores estamos formando, y para qué juego los estamos preparando?