



"Hay una responsabilidad que no asume en momentos críticos. Y él sabe: yo no lo hago con el afán de figurar, sino porque quiero que salga adelante. Porque lo que ha vivido es difícil y hay que darle vuelta la mano al destino", dice el entrenador Luis Marín.

LA HISTORIA DEL EXARQUERO DE LA U Y LUIS MARÍN

La amistad que rescató a Cristóbal Campos

Tras el choque que le significó la amputación de su pie derecho, el exarquero de Universidad de Chile encontró en el dirigente del Sifup (Sindicato de Futbolistas) algo más que un excompañero. Desde entonces, el vínculo entre ambos creció hasta convertirse en una amistad que sostiene su recuperación física, emocional y también los trámites de su vida personal. Ocho meses después, entrenan juntos, organizan un partido a beneficio para el 20 de junio en el estadio Bicentenario de La Florida y levantan la voz sobre un tema aún tabú en el gremio: la salud mental en los camarines del fútbol chileno.

POR ARTURO GALARCE FOTOS MACARENA PÉREZ

El celular de Luis Marín se llenó de notificaciones mientras esperaba su conexión en el aeropuerto de Panamá. Viajaba a México, a un congreso de sindicatos de futbolistas, cuando las notificaciones comenzaron a llegar. Algunas eran links de noticias, otras frases, todas repitiendo lo mismo: Cristóbal Campos había tenido un accidente.

Marín, exarquero profesional, exseleccionado chileno, tesorero del Sindicato de Futbolistas (Sifup), lo conocía desde los años en que Campos era juvenil en la Universidad de Chile. Se cruzaban en los entrenamientos, y una vez retirado le proveía guantes de su propia marca. No eran cercanos. Hasta ese día. Cuando supo del accidente, Luis canceló el viaje y volvió a Santiago.

— Llegué al otro día en la tarde y me fui directo al hospital — recuerda Luis Marín —. Porque Cristóbal estaba en la Posta Central en ese momento.

Allí estaba Campos, grave. El accidente había ocurrido la madrugada del 2 de septiembre del 2024 en la Ruta 78, de regreso de un partido con San Antonio Unido. El auto voló y las lesiones eran múltiples. Lo peor: su pie derecho debió ser amputado. Después se confirmó que alcoholemia arrojó 0.

Para ese entonces Campos, 24 años, arquero también con pasos por la selección, no atravesaba un buen momento: a fines de 2023 había sido denunciado por su expareja por amenazas. El Ministerio Público lo formalizó en febrero de 2024 por violencia intrafamiliar, y si bien no se dictaron medidas cautelares, Universidad de Chile decidió desvincularlo del plantel. Meses después, Campos presentó una denuncia contra la misma expareja, acusando maltrato físico y psicológico. En paralelo, diría hace algunas semanas en una entrevista con TNT Sports, lidiaba con una depresión que arrastraba desde 2022. En esa entrevista fue directo: "Atené contra mi vida". El accidente, entendieron entonces quienes lo rodeaban, no había sido un accidente.

Hoy es jueves. Fines de mayo. Luis Marín y Cristóbal Campos responden juntos esta entrevista. Hablan de lo que pasó. De lo que los unió. Y de algo que, en el fútbol, dicen ambos, suele quedar al margen: la salud mental.



"A mí me tocó jugar con depresión, y no lo transmitía. Porque quería sentirme Cristóbal Campos: un arquero grande, maduro, al que le gusta el desafío, que compete y que juega con los dientes apretados", dice ahora. En la foto, durante la Copa Chile 2024.

año y medio. Sin embargo, dice, los avances lo tienen no solo cerca del alta médica, sino también a la espera de su prótesis definitiva.

Desde el principio, Luis Marín estuvo ahí. No porque alguien se lo pidiera, asegura, sino porque sintió que debía estar.

— Era lo que tenía que hacer — dice Luis Marín —. Hay una responsabilidad que uno asume en momentos críticos. Y él sabe: yo no lo hago con el afán de figurar, sino porque quiero que salga adelante. Porque lo que ha vivido es difícil y hay que darle vuelta la mano al destino. Siento que es una obligación cuando hay cariño, cuando hay amistad.

— Te sorprendió que Luis estuviera ahí desde el primer momento, Cristóbal?

Cristóbal: No sé si me sorprendió, pero sí valoro que haya estado desde el día uno, desde que ocurrió el accidente hasta hoy, que entrenamos juntos. Y más allá de lo deportivo, claramente hay una amistad, hay un cariño. Nos queremos mucho, y yo también lo considero alguien muy importante dentro de mi familia. Para mí hoy en día es muy importante tenerlo cerca. Le haría un altar.

Luis: Bueno, Cristóbal siempre ha tenido su personalidad, ha sido muy especial en su forma de ser. Esa rebeldía, esa manera de enfrentar las cosas, siempre la conversábamos. Más de alguna vez le pegué su reto cuando estaba en la U, quizás por decisiones o tonterías que uno comete cuando es joven. Y eso terminó por afianzar una relación de amistad, de trabajo también, de respeto mutuo. En situaciones así uno tiene que estar.

— Están Luis, tu familia, tus terapeutas. ¿Qué te pasó cuando le diste cuenta de que, más allá de ese círculo, el mundo del fútbol, y la vida en general, seguía su curso?

Cristóbal: Fue duro, porque en el camino van quedando menos personas. Hoy las cuento con una mano, y las valoro muchísimo. Siento que tenía que pasar por este momento. La vida te desafía, te hace sentir dolor cuando ciertas personas

ya no están, y eso te hace valorar más a las que sí siguen cerca. Y a través del dolor, quizás, de las decepciones, de las ilusiones que no se cumplieron, uno aprende. Hay días que no lo quiero nada. Días que sí. Días que me afecta la depresión o algo físico. Es complicado porque vas aprendiendo a convivir con eso, de levantarte y tener que ser fuerte.

— ¿Y cómo lidias con los días malos?

Luis: No es fácil. Dan ganas de cortarle la cabeza, esa es la verdad. Pero a ver... Cristóbal reconoció muy abiertamente en esta entrevista que arrastra un problema desde hace mucho tiempo. Y claro, hoy eso puede causar extrañeza, porque convive con eso de una manera distinta a como lo hacía cuando estaba jugando. Tal vez ahora está más tratado, más riguroso con su tratamiento. Está aprendiendo a madurar, además, encima de una complicación muy grande como fue lo que le pasó.

— ¿Y cómo ha sido para ti ocupar ese rol, estar tan cerca en un momento tan delicado?

Luis: No es fácil. Uno tiene que tener paciencia y estar ahí, ser una contención en momentos difíciles, en conversaciones privadas, en situaciones personales. Todo este proceso de recuperación que aún no termina ha sido complejo. Pero uno tiene que estar. Me parece que ese es el rol: contener, apoyar, ayudar. Volver a entrenar fue un broche dentro de esa recuperación. Volver al lugar donde uno ha estado siempre. Empezamos a entrenar incluso sin tener todavía la aprobación del equipo médico, así que ese también fue un tema. Pero cuando se dieron cuenta de que Cristóbal podía, de que le hacía bien, las cosas empezaron a facilitarse. Aun así, no es fácil. Uno también tiene sus propios problemas. Pero creo que sé cómo llevarlo.

— Cristóbal, ¿cómo ha sido para ti volver a entrenar?

Cristóbal: Entrenamos una vez a la semana, pero por mí entrenaría dos o tres veces... Pero sé que el proceso es de a poco. Estoy pronto a recibir una prótesis mejorada. Con esa voy a poder hacer mucho más. Todo ha sido lento, pero me mantengo en movimiento. La prótesis que voy a recibir ahora es más avanzada, y con esa voy a poder hacer más actividades. Quizás pueda sumar un día más de entrenamiento en cancha o también hemos hablado con Luis que podría practicar otros deportes.

— Fuera de esos entrenamientos y lo terapéutico, ¿cómo se ha forjado la relación entre ambos?

Luis: Normalmente hablamos todos los días. Desde que inicié todo esto, no hemos dejado de hablar. Quizás el fin de semana, un día que a veces no hablamos, pero normalmente es todos los días. El fin de semana a veces descansamos un rato el uno del otro.

Cristóbal: Luis me resuelve la vida a diario. Me ayuda con el tema físico, lo mental y en mi vida personal.

— ¿Cómo es eso?

Cristóbal: He tenido problemas con el tema económico, pero estoy tratando de salir adelante. Con Luis tengo un gran apoyo: hemos intentado apelar a las licencias, porque varias han sido rechazadas. De hecho, creo que ahora tengo tres rechazadas. Y claro, uno tiene que pagar cuentas, pagar el arriendo, como cualquier persona. Es parte de la vida. Cuando uno juega fútbol, gracias a Dios te va bien, pero fuera de la

"Valoro que (Luis) haya estado desde el día uno, desde que ocurrió el accidente. Y más allá de lo deportivo, hay una amistad, un cariño. Para mí es muy importante tenerlo cerca. Le haría un altar".

A ocho meses del accidente, Cristóbal Campos entrena en cancha. Lo hace una vez por semana, con balón, bajo la supervisión de Luis Marín, en las instalaciones del Sifup. El resto de los días los reparte entre sesiones de kinesiología, biomecánica y atención psicológica y psiquiátrica en la clínica MEDS. Su rutina gira en torno a eso: sostener el cuerpo, no perder el equilibrio y adaptarse a la prótesis que utiliza, financiada con aportes de la U, Colo Colo y Universidad Católica.

El proceso, explica Cristóbal, exige que el volumen del movimiento se establezca. Según él, todo eso debía tomarle un

cancha la vida es igual: hay que tener orden, hay que hacerse cargo de tus cosas. Por suerte yo vengo de abajo. Sabemos lo que es no tener, lo que es buscarse la vida y esforzarse por conseguir algo. Por eso me enfoco en ir cumpliendo metas a corto plazo, en lo psicológico y en lo físico. El avance de mi cuerpo va bien. No he tenido tantos dolores y estoy tratando de entrenar normal. Volver a tirarme en la cancha, por ejemplo, o cargar peso. Ya estoy cargando peso. Hace cuatro meses no podía pararme en una pierna.



Según la Federación Internacional de Asociaciones de Futbolistas Profesionales (Fifpro), más del 20% de los futbolistas activos presenta síntomas compatibles con ansiedad o depresión. En Chile, recién el año pasado, el Sifup comenzó a aplicar el test "Salud Mental en el Fútbol Masculino Profesional 2024", un estudio con cuestionario anónimo basado en el Test SMHAT del Comité Olímpico Internacional. Según el sindicato, el 70% de los jugadores respondió la encuesta. Un grupo importante, dice Luis Marín, solicitó ayuda directa. Este año, agrega, lo realizarán con las jugadoras de fútbol femenino chileno, donde, asegura, el problema es todavía más profundo.

En ese contexto, agrega Luis, la historia de Cristóbal Campos abre una puerta a un tema que sigue siendo tabú en los camerinos: manifestar un problema de salud mental no solo puede interpretarse como una debilidad, dice Cristóbal, sino también arriesgar un puesto en la cancha. En varias oportunidades, cuenta, jugó e intentó competir en ese estado de salud.

—Es un tema que no se comenta mucho —cuenta Cristóbal—, porque el jugador mantiene su vida muy privada. Entre amigos, quizás sí. Uno de mis mejores amigos era Nicolás Guerra (jugador de Universidad de Chile), y con él podía compartir lo que me estaba pasando. Pero dentro del club, en el camarín o en la cancha, es distinto. A mí me tocó jugar con depresión, y no lo transmitía. Porque quería sentirme Cristóbal Campos: un arquero grande, maduro, al que le gusta el desafío, que compite y que juega con los dientes apretados.

—¿Qué te frenaba a compartirlo o buscar ayuda?

Cristóbal: El ego, el orgullo. El 2022 me tocó abrirme por primera vez, en una pretemporada. Tuve que contarles a mis compañeros que tenía depresión, y también transmitirlo a los medios, porque me bajé de esa pretemporada. Estaba con medicamentos, llevaba diez meses arrastrando esa depresión. Y la verdad, me afectó mucho hablarlo. Sentí que dejé de ser yo, que perdí confianza, que me puse más vulnerable. Eso pasa. Uno se empieza a sentir inseguro, y el jugador evita llegar a eso.

Luis: Antes el jugador nunca iba a decir que tenía un problema, porque eso te podía costar el puesto. Incluso uno era reacio a tener relación con el psicólogo del equipo, porque pensabas: "Le va a contar al técnico que estoy mal y termino sin jugar". Es tu trabajo el que está en juego. Recién ahora la salud mental se empieza a mirar con más altura, con naturalidad. La gente empieza a decir: "Tengo un problema, necesito ayuda". Y el fútbol también lo empieza a entender así, como una necesidad, porque eso es.

—¿Cómo te ha ayudado esa intervención, Cristóbal?

Cristóbal: Me ha tocado mejorar mucho. Yo era una perso-



"Entrenamos una vez a la semana pero por mí, yo entrenaría dos o tres veces... Pero sé que el proceso es de a poco. Estoy pronto a recibir una prótesis mejorada. Con esa voy a poder hacer mucho más".

na muy cerrada, tenía otra personalidad. Hoy me ha tocado ser mejor persona, escuchar más, tratar de ayudar. Y todo eso ha sido a través del dolor emocional. Estoy aprendiendo muchas cosas. Hay que ser fuerte y empujar hacia adelante. Porque si uno no quiere, si no tiene las ganas, la fuerza, no se puede. Hay días en que la depresión me afecta, o algo físico, y es complicado. Pero uno aprende a convivir con eso: a levantarse y seguir.

—¿Qué sentiste al compartir públicamente que la depresión te llevó a esos límites, de intentar atentar contra ti mismo?

Cristóbal: Me deja tranquilo haberlo transmitido. Porque siento que puede ser un camino para que otras personas también se abran, busquen ayuda, y ojalá encuentren una red de apoyo en sus clubes o en otros deportes. Yo intento demostrar que no me siento una persona disminuida. Trato de mostrar que no perdí mi pierna: que está ahí, que estoy funcionando de nuevo. Quiero transmitir eso hacia afuera. Por eso me deja tranquilo. Porque hay que atreverse, y creo que después de esto mucha gente se va a atrever.

—¿Has recibido mensajes de personas que se sintieron tocadas por tu historia?

Cristóbal: Hoy, por ejemplo, el Chiqui Cordero (exjugador) me contó que tenía más de 200 mensajes de gente que le escribía enviándole fuerza. Con Luis también hemos hablado de eso: hay personas que te cuentan relatos de su vida, y son historias muy fuertes. A mí también me llegan, y es difícil. Pero imagínate: que alguien te cuente lo que le pasa, y tú poder darle un mensaje... eso es muy significativo. Ojalá todo esto que pasó sirva para que los clubes estén más atentos. Que le presten más atención al trabajo psicológico, a tener psicólogos en los plantales. Aunque sea un movimiento pequeño, ojalá esto ayude a que se empiece a mover el mundo en lo mental. Porque para mí, el 95% es eso. Todo es mental.

—En los próximos días habrá un partido a beneficio para Cristóbal. ¿Cómo están viviendo ambos ese regreso a una cancha?

Luis: Cristóbal me hizo volver a ponerme los guantes. Yo estaba alejado del fútbol, ni siquiera jugaba en ligas. Creo que tenía como doce kilos de más cuando empezamos a entrenar. Me obligó a ponerme a dieta, a volver a entrenar. Pero

lo más importante es lo que viene después. Después de esto nos queda otra pega: ir en ayuda de mucha gente. Esa es la vuelta de mano que queremos dar. Es un objetivo que nos propusimos juntos. Queremos que nuestra experiencia ayude a otros a salir adelante. A los que no tienen medios para una terapia o una atención en salud mental. Nosotros vamos a estar ahí, dando charlas, acompañando, compartiendo nuestras historias.

Cristóbal: Si tú me preguntas a mí, en lo que estoy enfocado es en volver a jugar, pisar una cancha, ponerme los guantes, atajar. Ese es mi enfoque. Quiero disfrutar ese día, sobre todo por la gente que va a ir: jugadores reconocidos en todo el país, y también de distintos equipos. Yo soy de la U, pero también vienen amigos de Colo Colo, de Católica. Nunca he tenido problemas con ninguno de ellos, así que será lindo verlos. Van a estar los históricos de la U, que valoro mucho por mi paso por el club.

—¿Dónde te ves de aquí a unos años más, Cristóbal?

Cristóbal: Nunca pienso tanto en el largo plazo, en años. Hoy, de aquí a diciembre, me propuse estar al 100% físicamente, estar atajando en cancha. También es lo mental, porque como dije antes, la depresión no se va de un día para otro. Pero si tuviera que responderte, podría estar haciendo muchas otras cosas. Podría estar en un club, incluso se me propuso ser gerente de San Antonio. Podría estar haciendo actividades con niños, trabajando como entrenador de arqueros, que también tengo ese título. Estudiando, incluso. Podría hacer mil cosas, pero la verdad es que mi enfoque está en llegar al 100% de aquí a diciembre. Tener la chance, la oportunidad de continuar en el fútbol. Pero lo más importante ahora es funcionar también como una red de apoyo para los demás. Ayudar a otros para que también puedan levantarse. S

"Yo era una persona muy cerrada, tenía otra personalidad. Hoy me ha tocado ser mejor persona, escuchar más, tratar de ayudar. Y todo eso ha sido a través del dolor emocional".