

## Entrevista al Dr. Juan Tomás Escudero López



Licenciado en Psicología (1988) y doctor en Psicología (1999) en la Universidad de las Islas Baleares (UIB).

Me formé en Psicología del Deporte con una estancia de formación en el CAR de Sant Cugat del Vallés. Barcelona (1989-1990).

Empecé trabajando como psicólogo del deporte en el Centro de Medicina del Polideportivo Príncipes de España de la Conselleria Cultura, Educación y Deportes del Gobierno Balear (1990-1994).

Trabaje con la Selección Olímpica Española de Ciclismo que participó en JJOO Barcelona 92.

Combiné trabajo como psicólogo del Deporte en despacho privado con mi entrada en la UIB como profesor contratado primero (1994) y posteriormente como profesor ayudante (1998) y obtuve la plaza de profesor de Universidad (2001) en la que imparto asignaturas en los estudios de Grado como Aprendizaje y Psicología de la Actividad Física, llevo a cabo un Practicum en Psicología aplicada a la Gimnasia Artística deportiva y; la asignatura de postgrado Toma de Decisiones en el Master Evolución y Cognición Humana.

He trabajado con deportistas de alto rendimiento en gimnasia artística deportiva, natación y deportistas y equipos profesionales en voleibol, fútbol y tenis.

Asimismo, he asesorado en Psicología del deporte a algunas entidades relacionadas con el deporte.

### 1. ¿Cómo nació tu amor por la psicología?

Siempre me ha fascinado el comportamiento de las personas y el funcionamiento de ese todavía desconocido cerebro que nos permite hacer cosas extraordinarias y al tiempo complejas.

### 2. ¿Cómo nació tu amor por la psicología del deporte?

He practicado deporte desde muy pequeño y en niveles de competición que, a medida que iba creciendo, y sin llegar a ser profesional, eran de máxima exigencia y cuando estaba en 3ro de carrera en un tablón de anuncios de la facultad en la estudiaba vi uno que anunciaba “1er Congreso Nacional de la Psicología de la Actividad Física y el Deporte organizado por ACPE (Asociación Catalana de Psicología del Deporte) y el INEF de Cataluña” y fue decir Psicología y Deporte esto es lo mío y allí comenzó mi gran pasión por esta disciplina.

3. En tu importante carrera, ¿cuáles fueron los momentos más favorables? ¿Y los más duros?

Debo decir que me considero un afortunado porque desde que me inicie en esta disciplina todo fue muy rodado porque tuve la fortuna de poder formarme en el CAR de Sant Cugat de Barcelona en su departamento de Psicología del Deporte, con excelentes profesionales como Guillermo Pérez, Pep Marí y Josep Font, a los que debo todo lo que se, después y gracias a esa estancia de formación, salió mi primer contrato profesional con la Federación Española de Ciclismo que me llevo a poder trabajar con los ciclistas que formaron parte de la Selección Olímpica Ciclismo que participó en JJOO Barcelona 92, y a partir de ahí, he seguido trabajando con otros deportes y deportistas de competición.

En cuanto a momentos difíciles, diría que cuando uno se intenta dedicar profesionalmente a ello, no siempre se tiene la posibilidad de tener trabajo y, de hecho, hay que buscarse la vida y probablemente, entrar en el mundo académico fue una decisión difícil (y mi mujer, que en paz descanse, tuvo mucho que ver en esa toma de decisión ya que como ella decía “de toda amenaza surge una oportunidad”) pero no me puedo quejar porque gracias a ello, pude realizar mi tesis doctoral, bajo la dirección de Gloria Balague y Alex García que me aportaron todo su conocimiento y experiencia y que me abrieron las puertas a poder seguir en este campo permitiéndome, por un lado, conocer a más personas que de una u otra forma, hacen que esta disciplina siga creciendo; y por otro lado, el poder transmitir mis conocimientos y experiencia profesional a los alumnos que quieren dedicarse profesionalmente a esta disciplina.

4. En tantos años de trayectoria, ¿en cuántos deportes trabajaste y cuál te agradó más?

Ya son 30 años y he trabajado en diferentes deportes pero, especializandome, sobre todo, en deportes individuales como ciclismo, gimnasia artística, natación y tenis y en deportes de equipo como basket, voleibol y fútbol.

La verdad es que cada uno de ellos tiene su punto de atracción y el reto de poder ver la forma de ayudar a los deportistas y entrenadores a seguir mejorando su actuación deportiva.

5. ¿Qué evolución fuiste viendo de nuestra especialidad? ¿En España? ¿Y en el resto del mundo?

Probablemente, dada mi edad, he sido testigo de la evolución de esta disciplina en España puesto que la he visto casi desde sus inicios cuando todavía esa figura profesional estaba ganándose un sitio en el mundo del deporte, pasando por su consolidación y reconocimiento hasta el momento actual en el que ya es una figura que forma parte del cuerpo técnico de muchos deportistas y equipos deportivos.

Siendo esa evolución muy similar en otros lugares del mundo en los que como en España se fue introduciendo esta figura profesional.

6. Como referente de la especialidad ¿qué te preocupa? ¿Y qué te alienta?

Hay un principio que siempre intento cumplir y es que solo hay que preocuparse de aquello que depende de uno mismo y sobre el que podemos tener cierto control; por lo que podría decir que mi principal preocupación, o mas bien yo diría, mi principal objetivo siempre ha sido trabajar al máximo para poder dar mi mejor versión como psicólogo del deporte.

7. ¿Cómo ves a América Latina y el Caribe en relación a la psicología del deporte?

Como ya he comentado he tenido la posibilidad de, gracias a mi actividad académica, poder desplazarme, hace ya unos años, hasta Chile para llevar a cabo formación en Psicología del Deporte y también participar en algún congreso que allí han organizado y; más recientemente, también participar en alguna formación organizada por SOLCPAD lo que me ha permitido conocer, en cierta medida, la evolución de la Psicología del Deporte en América Latina y debo decir que cuentan con grandes profesionales y que han ido generando promociones de muy buenos profesionales que, al igual que sucedió aquí en España, pueden cubrir la demanda que existe en el mundo del deporte de los países de América latina y el Caribe.

8. ¿Qué tiene que tener un psicólogo deportivo para que le vaya bien en esta profesión?

No tengo la receta para asegurar que le pueda ir bien a un psicólogo del deporte pero sí que puedo decir que ayuda mucho para ser un buen psicólogo del deporte ser humilde, pasión por lo que se hace y la máxima disposición en lo que haces y, por supuesto, una adecuada formación y continuo reciclaje para seguir aprendiendo y ser mejor profesional.

9. ¿Qué obstáculos más comunes se topan los psicólogos del deporte y cómo reaccionan?

Los obstáculos con los que se puede encontrar un psicologo del deporte pueden venir desde la dificultad en poder entrar a trabajar, especialmente cuando uno comienza, y que como os he comentado ha ido mejorando con el paso del tiempo porque ahora ya es una figura profesional reconocida y demandada; pasando por la dificultad que pueda suponer el trabajo a desarrollar hasta el reto que supone trabajar con deportistas de alto rendimiento donde hay que dar nuestra mejor versión.

La forma de solucionar esos obstáculos creo que es ser constante, dedicación y compromiso con ser profesional.

10. ¿Cómo ves al coaching, que hoy es una moda en nuestro ámbito?

Desgraciadamente, cuando surgió el coaching, se pensó que iba a ser una moda pasajera y no se tomaron las medidas oportunas desde todas aquellas instituciones que deberían haber reaccionado ante ese movimiento y no solo ha dejado de ser una moda sino que ahora hace coaching (y para cualquier actividad, no solo deporte) cualquier persona ajena a la psicología . Todos sabemos que el coaching es psicología y por tanto para hacerlo bien se debe poseer la correspondiente formación en Psicología por lo que lo que cualquier persona que no sea psicólogo, tendrá las limitaciones derivadas de esa falta de formación para poder ayudar a la persona o deportista de forma adecuada.

11. ¿Cómo ves el crecimiento de SOLCPAD como sociedad sin fines de lucro?

El surgimiento de SOLCPAD creo que supuso el reconocimiento de la existencia de muchísimos psicólogos y psicólogas del deporte en Latinoamérica; constituyendo, dada la extensión geográfica que abarca, un punto de encuentro para todos ellos y creo que puedo destacar que, desde su creación, han tenido como objetivo la realización de toda una serie de actividades (organización, encuentros, seminarios, congresos) que permite el intercambio de conocimiento y experiencias de los profesionales que ya llevan años trabajando así como la formación de todos los que intentan adentrarse en esta disciplina.