

Buenos con la pelota y con razón



El remate de volea
del atacante Richarlison
que definió el marcador
del partido contra Serbia
en el Mundial 2022

Los jugadores de los principales equipos del fútbol brasileño tienen mejor memoria, capacidad de planificación y ductilidad mental que las personas de su misma edad que no son atletas

GISELLE SOARES

El jueves 24 de noviembre de 2022, los brasileños seguían con atención el debut de su selección de fútbol contra Serbia, en la Copa Mundial de Catar. Más de dos años después, quizá haya pocos que recuerden ese partido, que finalizó con el triunfo de Brasil por 2 a 0, pero el gol de volea del delantero Richarlison aún está presente en la memoria de los aficionados. Con su zurda, amortiguó la pelota tras un pase de tres dedos combinado enviado por Vinicius Junior y, con un salto coreográfico, clavó un derechazo certero en el arco contrario. La instantánea de ese momento, elegido como el mejor gol de la competencia por votación popular de la Federación Internacional de Fútbol Asociado (Fifa), ilustra el perfil del atleta en una red social.

Jugadas como ésa, que son un deleite incluso para quienes no siguen este deporte, no dependen solamente de la suerte o de una habilidad física extraordinaria. Además de un profundo conocimiento técnico del juego, los atletas que las ejecutan poseen una capacidad para procesar información y tomar decisiones bajo presión superior a la de otros individuos de su misma edad y nivel educativo, según lo sugiere un estudio publicado en enero en la revista científica *Proceedings of the National Academy of Sciences (PNAS)*.

En dicho estudio, un grupo internacional de investigadores que contó con la participación del brasileño Alberto Filgueiras, de la Universidad Central de Queensland, en Australia, ahondó en los rasgos de la personalidad y las habilidades cognitivas de 153 jugadores de fútbol

de equipos de la serie A del Campeonato Brasileño y de 51 futbolistas del campeonato de la máxima categoría de Suecia: la edad de los deportistas oscilaba entre los 17 y los 35 años. Según los autores éste es, hasta la fecha, el estudio que ha realizado la más exhaustiva evaluación psicológica y cognitiva del mayor número de jugadores de élite. Los estudios anteriores incluían a pocos deportistas en la cumbre de sus carreras y tan solo una parte de las pruebas.

En el trabajo publicado en *PNAS*, cada futbolista fue sometido a tres baterías de pruebas neuropsicológicas. Una de ellas definió los rasgos de la personalidad del participante, mientras que las otras dos, una de las cuales desarrollada por Filgueiras y sus colaboradores y publicada en 2023 en la revista *BMC Psychology*, midieron sus habilidades cognitivas: características tales como la creatividad, la flexibilidad mental y la memoria de corto plazo, así como la capacidad de mantener la atención, planificar y resolver problemas e inhibir respuestas inadecuadas.

En todos los test cognitivos, los jugadores obtuvieron un puntaje promedio superior al valor de referencia para la población del mismo rango de edades o a la de los miembros del grupo de control, integrado por 124 brasileños del mismo grupo etario y nivel educativo que no eran jugadores de fútbol.

A la superioridad de los futbolistas en cuanto a estas características cognitivas, importantes para reaccionar rápidamente, cambiar de estrategia o crear jugadas en el fragor del partido, se le añadieron rasgos de la personalidad que también favorecen la confianza en sí mismos y el trabajo

en equipo. Los atletas mostraban niveles más altos de extroversión, de apertura a nuevas experiencias y de conciencia de la responsabilidad (un rasgo asociado a la ambición, la autodisciplina, la focalización en los objetivos y al autocontrol) que los participantes del grupo de control. Estos últimos, a su vez, obtuvieron mayor puntaje que los deportistas en características como la condescendencia y el neuroticismo, cierta tendencia a experimentar emociones negativas, tales como ansiedad, ira, frustración y culpa.

Estos resultados, según los investigadores, indican que los futbolistas de élite tienden a ser más sociables, disciplinados y adaptables que los miembros del grupo de control utilizado para la comparación. Los que no son deportistas, por el contrario, muestran una mayor inestabilidad emocional y son más propensos que los jugadores a seguir las normas sociales sin cuestionarlas.

En una fase posterior del estudio, los autores utilizaron las características de la personalidad y el desempeño cognitivo de todos los participantes para enseñarles a dos programas de inteligencia artificial a distinguir a los jugadores de alto rendimiento de los que no son deportistas. También utilizaron uno de estos programas para identificar qué rasgos de la personalidad y habilidades cognitivas contribuían más para poder reconocer a quienes eran futbolistas de primera línea. A continuación, y basándose tan solo en los datos de la personalidad y en las pruebas cognitivas, le solicitaron al programa que señalara a los que eran futbolistas de élite: el algoritmo registró un 97 % de acierto en sus clasificaciones.

Como etapa final de la investigación, para comprobar si estas características permitían predecir el rendimiento de los jugadores en la cancha, los investigadores compararon el perfil psicológico y las habilidades cognitivas de los futbolistas brasileños con su rendimiento (goles, remates al arco, pases y gambetas) en la temporada 2021 del campeonato brasileño, la Copa Sudamericana y la Copa Libertadores de América; los suecos fueron excluidos de esta etapa por falta de datos. Los jugadores con puntaje más alto en las escalas de responsabilidad y apertura a

nuevas experiencias convirtieron más goles, mientras que los tenían mejor memoria acumularon más regates exitosos.

“Nuestros resultados muestran que las habilidades cognitivas, tales como la planificación y la flexibilidad mental, están directamente relacionadas con el rendimiento futbolístico, e influyen en diversas métricas, como los goles, regates y asistencias”, le dijo a *Pesquisa FAPESP* el psicólogo y neurocientífico italiano Leonardo Bonetti, docente de la Universidad de Aarhus, en Dinamarca, e investigador de la Universidad de Oxford, en el Reino Unido, autor principal del estudio publicado en *PNAS*. Graduado en guitarra clásica y psicología y con doctorado en neurociencias, Bonetti estudia los mecanismos cerebrales de la memoria y las capacidades cognitivas.

“Nuestro artículo tiene por objeto identificar un perfil cognitivo y de la personalidad típico de los deportistas de élite”, explica Filgueiras, coautor del estudio. “Hasta ahora, sabíamos que los atletas de élite poseían mejores capacidades físicas y conocimientos técnico-tácticos que el resto de la población, pero tropezábamos con el estereotipo del deportista tonto, que solo tiene habilidades físicas”, dice. Ahora, los investigadores demostraron que sus cualidades mentales, especialmente la personalidad y las funciones ejecutivas, son diferentes a las de la población en general. “Sería una especie de inteligencia deportiva, centrada en la resolución

de problemas y en la toma de decisiones eficaces dentro del campo de fútbol”.

Un hallazgo que llamó la atención de los investigadores fue la escasa descendencia de los deportistas de élite, es decir, cierta tendencia a cuestionar las órdenes directas. “Ello nos lleva a reflexionar sobre el rol de los técnicos, que suelen dar muchas instrucciones y órdenes. Curiosamente, estos deportistas no obedecen automáticamente. Las cuestionan y hay que convencerlos de que las consignas tienen sentido antes de seguirlas”, dice Filgueiras. “No estamos hablando de impulsividad, sino de autonomía y confianza en las propias decisiones. Si un entrenador dice ‘hazlo de esta manera’, la respuesta probablemente será: ‘¿Por qué? Parece haber otra manera mejor’”, añade el psicólogo brasileño.

Este rasgo, según los investigadores, puede estar asociado a lo que popularmente se conoce como “inteligencia de juego”, una habilidad que no solo involucra la percepción del entorno, sino también la adaptación a los cambios repentinos manteniendo un desempeño estable. Ricardo Picoli, psicólogo del Esporte Clube Bahia y coordinador de la Especialización en Psicología del Ejercicio y del Deporte de la Universidad Federal de São Carlos (UFSCar), afirma que esta capacidad es de especial importancia en situaciones prácticas, tales como las alteraciones del esquema táctico o los cambios de escenario durante el partido.

Balón en disputa entre Felipe Luis, de Flamengo, y Carlos Palacios, de Internacional, en un partido de la serie A del Campeonato Brasileño de 2021



El entrenador Janne Andersson (de blanco) imparte una charla orientativa a los jugadores de la selección sueca durante un entrenamiento en España, en 2021



2

“Los futbolistas con esta capacidad más desarrollada son capaces de evaluar mejor sus oportunidades de carrera a largo plazo, evitando elecciones que pueden parecer atractivas en lo inmediato, pero perjudiciales en el futuro”, añade Picoli, quien no participó en el estudio.

Los autores del artículo publicado en PNAS sostienen que los resultados podrían servirles a los clubes y a las comisiones técnicas para perfeccionar los métodos de entrenamiento incorporando pruebas cognitivas y psicológicas para el análisis y el desarrollo de los jugadores. “La evaluación de estas habilidades permite adoptar un enfoque más minucioso a la hora de seleccionar a los futbolistas, definir sus funciones dentro del equipo y perfeccionar las estrategias de entrenamiento”, afirma Bonetti. “El éxito en el fútbol no depende solamente de los atributos físicos, sino también de los rasgos psicológicos y las capacidades cognitivas, que desempeñan un rol esencial en el rendimiento de los futbolistas de alto nivel”.

El empleo de evaluaciones psicológicas para tratar de entender y maximizar el rendimiento de los deportistas no es una novedad. En las últimas décadas, la psicología del deporte ha tratado de mapear cómo influyen los factores psicológicos en el rendimiento de los atletas y cómo pueden aplicarse para optimizar su entrenamiento, según lo explica la psicóloga del deporte Kátia Rubio, profesora

asociada senior de la Escuela de Educación Física y Deporte de la Universidad de São Paulo (EEFE-USP) y coordinadora del Grupo de Estudios Olímpicos (GEO-USP), en otro estudio más antiguo, publicado en 2007 en *Revista Brasileira de Psicología do Esporte*.

En el deporte de alto rendimiento, la identificación de estos factores se hacía a través del psicodiagnóstico, que evalúa las características de la personalidad y el estado emocional del deportista en los entrenamientos y competencias con la intención de encontrar estrategias de intervención que alivien los síntomas de sufrimiento y mejoren el bienestar emocional. “Con el resultado del diagnóstico es posible arribar a conclusiones sobre las particularidades personales o grupales que sirven de apoyo a la selección de nuevos deportistas para un equipo, para modificar el entrenamiento, personalizar la preparación técnico-táctica, elegir la estrategia y la táctica de conducta en una competencia y optimizar los estados psíquicos”, escribe la investigadora en el artículo de 2007.

En una entrevista concedida a *Pesquisa FAPESP*, Rubio, quien no participó del estudio dirigido por Bonetti, afirma que la búsqueda de perfiles psicológicos en el deporte comenzó entre las décadas

de 1960 y 1970, cuando la psicología intentaba afianzarse como ciencia a través de la psicometría. “En el contexto de la Guerra Fría, el deporte era visto como una forma de demostrar poder y había un gran interés en hacerlo más previsible, incluyendo la tentativa de identificar perfiles de atletas de élite”, recuerda la investigadora. “Sin embargo, más de cinco décadas después, aún no existe un modelo definitivo que sea capaz de prever, en forma categórica, quién será un campeón. El rendimiento deportivo obedece a múltiples factores, y está sujeto a la influencia de aspectos psicológicos, ambientales y sociales”, pondera.

De hecho, esta es una laguna que los autores del trabajo publicado en PNAS pretenden subsanar, ampliando las investigaciones a las divisiones inferiores del deporte. Con la coordinación de Filgueiras, se han propuesto investigar cómo se desarrollan los rasgos cognitivos y, de ser posible, predecir cuáles deportistas tienen más probabilidades de llegar a la élite. “También pretendemos explorar la relación entre las capacidades cognitivas, las posiciones en el campo de juego y el equilibrio del equipo, ya que un plantel no necesita jugadores con un único tipo de perfil cognitivo para ser exitoso”, dice Bonetti. ●