



Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org



Entrevista Oliver Martínez por Alejo García-Naveira



¿Quién es Oliver Martínez?

Soy un psicólogo deportivo, nacido en Barcelona. Soy licenciado en psicología por la Universidad de Barcelona (UB), y tengo varios Másteres y Postgrados Universitarios que han complementado mi carrera (Psicología del deporte en la UAB, Dirección en RRHH en EADA, Dirección en Marketing Estratégico deportivo en la UB, psicodiagnóstico clínico, etc....).

Fundé el primer despacho de psicología deportiva, exclusivamente para deportistas en Barcelona. Más tarde fui elegido presidente de la Sección de psicología del deporte del Colegio Oficial de Psicología de Catalunya (COPC), y fundé y

dirigí el primer Máster de Psicología del deporte que organizó el COPC con la Universidad Abad Oliba.

También trabajo como comentarista deportivo en calidad de psicólogo, en varios medios de comunicación de prensa, radio y TV.

¿Qué te motivó a especializarse en psicología del deporte y cómo comenzó su carrera en este campo?

He sido deportista toda mi vida; natación, atletismo, fútbol y baloncesto federado (a nivel semiprofesional), y tenía claro que quería unir mis dos grandes pasiones: la psicología y el deporte. Cuando acabé mi carrera en la UB tuve que esperar tres años para poder hacer el Máster de psicología del deporte y a partir de ahí, tenía claro que quería montar el primer despacho de psicología que se dedicara exclusivamente a deportistas en la ciudad de Barcelona, ya que había alguno más en Catalunya, pero fuera del área metropolitana.

¿Cuáles han sido algunas de las experiencias más significativas en tu carrera como psicólogo del deporte?

Desde 1997 he trabajado con más de 2.000 deportistas, y prácticamente en todos los ámbitos deportivos y categorías. Por mi despacho han pasado varios campeones olímpicos, mundiales, europeos y nacionales.

He trabajado como psicólogo del primer equipo con varios clubs profesionales como el Real Zaragoza, Alavés, CFReus (ascenso a Segunda División), Sant Andreu (campeones de

Para citar este artículo: García-Naveira, A. (2024). Entrevista a Oliver Martínez. *Revista de Psicología Aplicada al Deporte y el Ejercicio Físico*, 9(1), Artículo e7. <https://doi.org/10.5093/rpadef2024a6>



Este es un artículo Open Access bajo la licencia <http://creativecommons.org/licenses/by-nc-nd/4.0/>

Segunda B), y he colaborado externamente con FC Barcelona, RCD Espanyol y Real Madrid.

¿Qué desafíos has enfrentado a lo largo de su carrera y cuáles consideras tus mayores logros profesionales?

Siempre he querido hacer llegar mediáticamente la psicología del deporte a todo el mundo a través de los medios, porque creo que es la mejor estrategia de marketing para conocer nuestros servicios y contratarnos.

En este sentido he sido pionero en la TV al ser el primer psicólogo que comenta partidos de fútbol profesional de Liga y Champions League. He hecho más de 1.500 programas de televisión.

Actualmente colaboro con Real Madrid de TV y he estado también en TVE, TV3, radio Marca, Cope, Es Radio (donde actualmente tengo una sección de psicología deportiva); así como columnista de As, Marca, Don balón, La Vanguardia y World Soccer Digest (revista japonesa).

¿Qué rol debería de tener los psicólogos/as en los medios de comunicación?

Es importante poder estar en los medios de comunicación. Complementar las opiniones de periodistas, entrenadores y exjugadores, con la visión del deporte desde el ámbito de la psicología. Consiste en contextualizar lo que el deportista hace explicado desde la psicología del deporte.

También, divulgar nuestros servicios, explicar nuestra metodología de trabajo y técnicas de intervención para sensibilizar a todos los deportistas y mercado deportivo de la importancia de nuestra profesión.

¿Y en las redes sociales?

Exactamente igual que en los medios de comunicación, con la diferencia de tener más libertad y capacidad de incluir imágenes, vídeos, edición, para segmentar mejor el mensaje que queremos lanzar al target que más nos interese.

¿Cuál es tu rol específico como coordinador de la sección de psicología del deporte en el Colegio Oficial de la Psicología de Cataluña y qué proyectos estás liderando?

Como presidente de la Sección, el objetivo principal es regular nuestra profesión en la Comunidad de Catalunya, velar por la buena praxis, organizar actividades formativas para los colegiados, establecer convenios de colaboración con las entidades deportivas que más incidencia tienen en el deporte y la psicología, y escuchar de manera activa las demandas de nuestros colegiados para poder satisfacerlas.

¿Cómo crees que tu trabajo en el COPC ha impactado a los profesionales del deporte y a los deportistas en Cataluña?

Intentando ser un marco de referencia de confianza, visible y eficiente donde los actuales y futuros psicólogos deportivos puedan encontrar una entidad que los proteja y les dé un valor añadido. Respecto a los deportistas, establecer un sello de garantía y calidad que lo sustenta la marca COPC.

¿Cómo has visto evolucionar el campo de la psicología del deporte durante tu carrera?

Muchísimo. desde finales de los 90 hasta la actualidad, hemos pasado de ser un ámbito en fase de crecimiento a uno en fase de consolidación y maduración, aunque aún no hemos llegado al nivel de otras profesiones del deporte profesional como los preparadores físicos, fisios y médicos que están presentes en el 100% de los equipos y deportistas profesionales. Estamos cada vez más cerca y debemos tener más presencia a nivel político para conseguirlo.

¿Cuáles son, en su opinión, los mayores desafíos y oportunidades para la psicología del deporte en los próximos años?

Conseguir que todos los psicólogos deportivos estén colegiados, acreditados y regulados para garantizar la máxima calidad de nuestro servicio y acabar con la lacra del intrusismo; y que la ley del deporte nos dé el estatus que nos merecemos.

¿Cuáles identificas como las principales necesidades y demandas de los deportistas? ¿Y de los entrenadores?

Los deportistas, problemas de autoconfianza, motivación, autoestima, control de la presión, toma de decisiones,

control de la activación, inteligencia emocional, problemas de salud mental, etc...

Los entrenadores suelen demandar problemas de comunicación, falta de compromiso, cohesión grupal, clima, liderazgo, etc...

¿Qué técnicas y estrategias utiliza más frecuentemente en su práctica y por qué las considera efectivas?

La base son las estrategias psicológicas desde una perspectiva cognitivo-conductual. Visualización, control del espacio-tiempo, velocidad de reacción, focalización de la atención, relajación muscular progresiva, nivel óptimo de activación, técnicas de *biofeedback*, dinámicas de grupo, *role-playing, coaching...*

¿Qué innovaciones o tendencias recientes en la psicología del deporte encuentra más interesantes o prometedoras?

Todo el ámbito de las neurociencias y la inteligencia artificial es el futuro de la intervención en psicología del deporte.

¿Qué consejo le darías a los psicólogos que están comenzando su carrera en el ámbito del deporte?

Que se formen en diferentes áreas y estrategias de intervención. Además, que conozcan el deporte desde adentro, que practiquen el máximo número deportes y asistan al máximo número de competiciones deportivas para entender mejor los códigos del deporte y mejorar así la confiabilidad y empatía con nuestros clientes.