



# Revista de Psicología Aplicada al Deporte y al Ejercicio Físico

[www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org](http://www.revistapsicologiaaplicadadeporteyejercicio.org)



## Recensión del Libro

### ¿Y después del retiro qué? Salud Mental y Resiliencia en el deporte.

ROFFÉ, M. (2019).

Lugar Editorial: Buenos Aires.

Enlace para adquirir el libro: <https://lugareditorial.com.ar>

#### Gonzalo Damián Primo

Psicólogo Especializado en Psicología del Deporte, Coordinador Asociación de Psicología del Deporte Argentina (APDA)



#### Sobre el autor

El autor, Marcelo Roffé, es Licenciado y Doctor en Psicología, tiene una vasta experiencia en el campo deportivo y clínico, ha trabajado con la selección Argentina de Fútbol y con la selección Colombia de fútbol, trabaja con deportistas de diferentes disciplinas. Actualmente es el presidente de SOL-CPAD (Sociedad Latinoamericana de Psicología aplicada al Deporte), fue presidente de APDA (Asociación Psicología del Deporte Argentina), es docente en la Universidad de Buenos Aires, en la Universidad de Tres de Febrero, entre otras prestigiosas casas de estudio. Es conferencista nacional e internacional, con participación en Congresos Mundiales de Psicología aplicada al Deporte.

Ha escrito 17 libros, entre los que se destacan, "Psicología del Jugador de Fútbol: con la cabeza hecha pelota" (1999, Lugar Editorial), "Fútbol de-presión" (2000, Lugar Editorial) "Mi hijo el campeón" (2003, Lugar Editorial), "Evaluación Psicodeportológica, 30 test psicométricos y proyectivos" (2009, Lugar Editorial) su más reciente publicación de 2020 se titula "La pelota no siempre al 10 (ni al 23), Lecciones de Liderazgo y creatividad desde Michael Jordan y Phill Jackson" (2020, Imaginante Editorial), que escribió junto a Germán Castaños.

Gonzalo Damián Primo es licenciado en Psicología (Universidad de Buenos Aires. Especializado en Psicología del Deporte (APDA).

La correspondencia sobre este artículo debe enviarse a Gonzalo Damián Primo E-mail: [gonzapri80@gmail.com](mailto:gonzapri80@gmail.com)



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

## Sobre el libro

El libro cuenta con Prólogos de **Juan Pablo Sorin**, capitán de la Selección Argentina Absoluta de Fútbol en Mundial 2006, **Ariel Scher**, periodista, docente universitario también ha publicado libros de investigación y cuentos, **Ezequiel Fernández Moores**, periodista argentino especializado en deporte de vasta trayectoria quien también ha publicado libros.

Además de los prologuistas que presentan la obra, realizaron aportes muy significativos el autor argentino **Germán Castaños**, el estudiante de ciencias de la comunicación y columnista radial **Joaquín Roffé** (hijo del autor) y el ex futbolista y actual entrenador **Facundo Sava**.

A lo largo de sus 320 páginas, se recorre la problemática del retiro deportivo. El libro nos habla a todos y todas, seamos o no psicólogos, o deportistas, nos lleva a pensar sobre el rol de los deportistas al momento del retiro, los **humaniza**.

Es destacable que no existe al momento obras de esta magnitud sobre la problemática del retiro deportivo. Es un tema controversial, abordado con rigor científico en el libro, para dar cuenta de que es un área a desarrollar en el abordaje, no solo de los Psicólogos y Psicólogas especializados, sino, por parte de todos los actores del ámbito deportivo.

La obra abre con una introducción titulada "Re-tirados" que hace alusión a la idea que el deportista que deja su práctica deportiva enfrenta una crisis de identidad y queda "tirado", luego se presentan los **testimonios de 130 deportistas**.

La mayoría de ellos futbolistas, pero sin dejar por fuera otros deportes como el patín carrera (Juan Cruz Araldi), el motocross (Darío Arco), el tiro deportivo (Fernanda Russo), rugby (Martín Durand y Raúl Pérez) y futsal (Julia Paz Dupuy). La presencia de deportes variados hace la obra más representativa y abarcativa.

Dichos testimonios están divididos en diferentes grupos, como ser los **exitosos anónimos**, es decir aquellos que lograron ser profesionales, pero no son conocidos a nivel nacional e internacional, como ser Mariano Real, Ignacio Vilariño entre otros

El grupo de los **casos especiales**, porque son aquellos que desarrollaron en mucha profundidad la problemática del retiro, dando cuenta de la importancia que tiene el tema para los psicólogos/as que trabajamos en el deporte. En este grupo podrán leer a Luis Zubeldía, Ubaldo Fillol, Pablo Zabaleta, Marcelo Gallardo, Diego Buonanotte, entre otros.

También cuenta con el testimonio de **deportistas nacidos en otros países**, por ejemplo, Iván Zamorano, Mario Yepes entre otros. El grupo de los **retirados "exitosos"**, quienes pudieron dejar su marca en el mundo del fútbol, allí encontrarán a Néstor Lorenzo, Rubén Capria, Leonel Gancedo, Gabriel Schurrer, Roberto Bonano, Roly Zarate, Facundo Sava, etc.

El grupo de los futbolistas que trabajaron con el autor del libro durante el **Mundial Sub-20 que se llevó a cabo en Argentina en 2001**, y que logró el título invicto, entre ellos podemos mencionar a Javier Saviola, Mauro Cetto, Wilfredo Caballero, Chori Dominguez, Pipi Romagnoli, etc.

Por último, pero no por ello menos valioso es el grupo que conforman los futbolistas que al momento de la realización de este libro **estaban en actividad**, allí están los testimonios de Emiliano Armenteros, Gustavo Oberman, Gonzalo Rodríguez, entre otros.

Poder leer a ellos como piensan, como viven el proceso de estar cerca del retiro, le da un valor agregado a la obra de Marcelo Roffé.

Posteriormente a los testimonios, llega el momento de los resultados que ellos arrojan entre las que se pueden destacar que el 43.20% de los entrevistados retirados admitió que les costó mucho el "día después", el 38.63% de los retirados lo hicieron por lesiones y/o enfermedad, lo cual pone de manifiesto que la decisión propia es un porcentaje bajo.

Más del 75% quiere reinsertarse en el deporte. Sin embargo, solo poco más del 20% consultó o consulta a un profesional para trabajar sobre la problemática del retiro. Otro dato relevante de la investigación llevada a cabo por el autor es que aquellos que en las entrevistas dieron cuenta que podrían vivir de lo ganado con su deporte, quieren trabajar para sentirse útiles, es decir para que, como se inicia este libro, no queden re-**tirados**.

En cuanto a los deportistas próximos a retirarse se destacan que casi el 86% ya están pensando en el retiro, y el 61.90% creen que les va a costar, sin embargo, solo el 22.50% consultan o consultaron a un especialista. Este aporte que realiza la obra del Dr. Roffé es extremadamente significativo sobre la problemática del retiro.

Posteriormente el libro se adentra en las reflexiones que surgen de la investigación realizada, donde se desarrolla la vinculación entre el retiro deportivo y el duelo, las adicciones y la depresión. Esta última según estudios de FIFPro dan cuenta que el 39% de los futbolistas retirados sufren depresión. La pérdida de la actividad deportiva, conlleva a una crisis de identidad muy fuerte, que si no es atendida puede derivar en una depresión, en que la persona se transforme en adicta, buscando el reemplazo de esa adrenalina que le generaba su práctica deportiva.

Marcelo Roffé propone que la mejor etapa para trabajar sobre la vida después del deporte, es entre los 13 y los 20 años, dado que es en esta franja etaria que la personalidad se termina de conformar y se pueden generar otros intereses y gustos para tener otra proyección más adelante.

Así llegamos a las conclusiones finales, donde el autor interpela al lector sobre el rol que la sociedad cumple al mo-

mento del retiro deportivo. Pregunta y ahonda en que ocurre en ese tan temido “día después” como queda claro en los testimonios.

Coronando los epílogos de **Alejandro Lanari**, ex futbolista hoy médico, **Enrique Borrelli** ex jugador y **Roberto Peidró**, hoy médico especialista en corazón y ex jugador.

El libro termina con el aporte de notas periodísticas, casos recientes y otros hechos resonantes que marcaron la historia del deporte.

En lo personal el libro me ha resultado sumamente interesante, el autor logró reunir testimonios variados que nos permiten ver el otro lado de los deportistas, su lado más humano, sus miedos, sus ideas. El libro me llevó a pensar y reflexionar sobre este tema tan tabú, del que muy pocos se animan a hablar y que sin embargo quienes hacen deporte en algún momento terminarán su carrera y tendrán por delante otra etapa de su vida.

La forma en que se desarrolla el libro es muy atinada, todos los temas conectan en forma lógica y son tratados con profundidad, que lleva a la comprensión de los procesos que conlleva el retiro deportivo.

El libro aporta una mirada novedosa sobre el retiro deportivo, ya seas o no deportista, involucra la importancia de

la familia como sostén de quienes se retiran o estén próximos a hacerlo, nos brinda un abordaje sobre la idea de que el dinero no evitaría la problemática del deportista que deja la práctica en forma profesional.

Pero sin duda lo central del libro es poder leer de primera mano a los deportistas, es como escucharlos, las preguntas que pensó Roffé son más que acertadas y logran un clima de intimidad que, en mi caso, como lector me llevó a sentirme que estaba conversando con ellos.

Quienes adquieran el libro podrán encontrarse con un tema complejo, de difícil abordaje que es tratado con sutileza, pero sin perder el rigor ni la mirada crítica. Leer esta obra, es charlar con los deportistas que brindaron testimonios, la variedad de los mismos les llevará a pensar, si sos psicólogo o psicóloga sobre la importancia de trabajar sobre el retiro desde las primeras etapas formativas, si sos deportista sobre la necesidad de trabajar sobre tu retiro, antes que acontezca, si sos familiar de un deportista, sobre el rol que ocupas en la vida de él o ella y por último, pero no por ello menos importante, si simplemente quieres leer el libro te permitirá reflexionar y ver a los deportistas desde otro lado, en su faceta más humana.

Ojalá puedan disfrutarlo tanto como lo hice yo.