

## PARTICIPACIÓN DE EQUIPO PERUANO DE FÚTBOL EN “COPA AMÉRICA” ES TOMADA COMO EJEMPLO POR LOS CIUDADANOS

- **Fortaleza de jugadores ayuda a mejorar la salud mental de los peruanos**



“Tener alegrías como la que nos ha dado el equipo peruano de fútbol en la Copa América ha permitido que la población mejore su estado de ánimo enormemente, lo que redundará de manera favorable en la salud mental del país”, refirió el Dr. Carlos Palacios Valdiviezo, sub director del hospital Víctor Larco Herrera.

El médico psiquiatra indicó que lo mejor de esta situación es que la gente lo ha llevado a un enfoque interesante y productivo: el equipo perdió, se vio un equipo desconectado, se hablaba de rivalidades entre jugadores y no han salido a pelear, han resuelto sus diferencias a puerta cerrada, lo han conversado entre ellos, han conciliado y han salido con otra actitud. Ahí está el mensaje que nos *dan* “*No todas las batallas se ganan pero aprendimos luchando, esforzándonos*”.

Está bien no marearse con el éxito. Acá lo importante es el hecho de que aunque hagas todo bien no se eliminan las otras variables. Es decir, si no ganamos la final igual vamos a estar contentos por el esfuerzo y la entrega que se ha demostrado. Perder cuando se plantea y trabaja en equipo es diferente a perder cuando a ningún jugador le interesa el resultado.

“Esa capacidad, y quien los haya guiado o si ellos lo han hecho de *mutuo propio*, se merece un gran reconocimiento porque eso implica que no son solo buenos jugadores de fútbol sino que tienen madurez emocional, personalidades sólidas. El



PERÚ

Ministerio  
de Salud

Hospital  
Víctor Larco Herrera

«Decenio de la Igualdad de Oportunidades para mujeres y hombres»  
«Año de la lucha contra la corrupción e impunidad»



equipo pierde y sale a un nuevo partido con una actitud completamente diferente: con los problemas resueltos, con una mentalidad que dice que no siempre se tiene que perder, que se puede perder pero también que se puede ganar”, indicó.

El especialista agregó que un punto importante es que este equipo reconoce el liderazgo pero a la vez asumen que todos tienen que trabajar juntos y fortalecerse como equipo, que si no son equipo no son nada “lo que creo es más importante que el solo hecho del partido y nos sirve como modelo a todos: podemos equivocarnos pero el error, el hecho de haber fallado, nos obliga a que evaluemos nuestra estrategia y lo lógico es que la cambiemos, que mejoremos, ese es la gran lección que nos están dejando a todos”.

En el tema específico de salud mental pongo un ejemplo. Una persona que se queja de que sus parejas siempre le salen malas: Una primera vez escoge mal, para la siguiente vez deberá afinar el criterio con que elige a su pareja; pero no, vuelve a elegir al mismo tipo de pareja. O sea, te quejas del resultado pero tienes el mismo afronte todas las veces, no rompes el patrón que tú mismo detectas, que sabes te hace infeliz.

Es lo mismo acá, solo que este equipo lo ha solucionado de manera madura, ha cambiado de patrón y el resultado por demás óptimo, lo podemos ver todos. Actuando de esta manera disminuimos las probabilidades de caer en lo mismo, en lo malo, en lo que nos hace daño. Eso que ha hecho la selección es muy saludable, habla muy bien de su salud mental, y muchas personas lo están imitando por eso el mensaje es muy positivo: No rendirse, esforzarse, dar lo máximo y encontrar satisfacciones, eso es salud mental.

Magdalena del Mar, junio de 2019

**HVLH - Oficina de Comunicaciones**

**Telf.: 999-620407**

**E-mail: [dvelasquez@hvlh.gob.pe](mailto:dvelasquez@hvlh.gob.pe)  
[comunicaciones.larcoherrera@gmail.com](mailto:comunicaciones.larcoherrera@gmail.com)**