



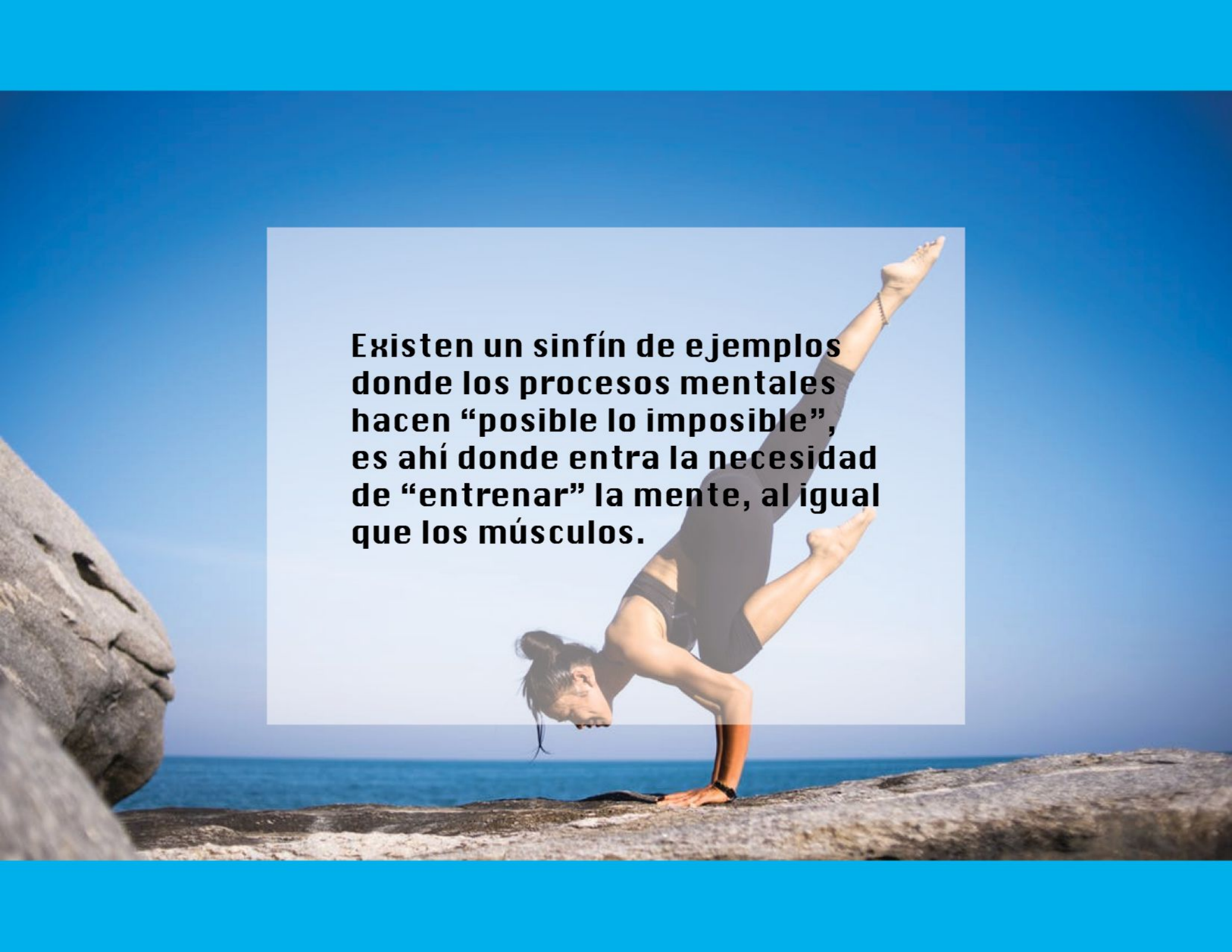
# **PSICOLOGÍA DEL DEPORTE**

**Adriana  
Ortíz  
Barraza**

**El ámbito deportivo es donde la capacidad y rendimiento físico del cuerpo son “la prioridad” a trabajar para que se obtengan los mejores resultados en las competencias en las que se participa.**



**Existen un sinfín de ejemplos donde los procesos mentales hacen “posible lo imposible”, es ahí donde entra la necesidad de “entrenar” la mente, al igual que los músculos.**





**Un Psicólogo del Deporte puede  
intervenir en las siguientes  
áreas:**



**Investigadora: recoger toda la información necesaria para la intervención, es de carácter científico.**

**Educativa: prevención de dificultades derivadas de la práctica deportiva o de la propia vida del individuo que pueden afectar al deporte.**

**Clínica: resolución de problemas y prevención de éstos.**





**Los deportistas no están exentos de padecer algún trastorno psicológico, entre los cuales podemos mencionar, a los trastornos de la conducta alimentaria o la vigorexia.**

**Los trastornos alimentarios, como lo son la anorexia y la bulimia pueden presentarse mayormente, en disciplinas deportivas donde la exigencia respecto al peso y la apariencia, cobra vital relevancia**





**La llamada “vigorexia” en el ámbito deportivo puede pasar desapercibida, ya que el hacer ejercicio es algo constante para ellos.**





**El tratamiento no es sencillo y puede necesitarse del apoyo de un psiquiatra, un endocrinólogo, así como del psicólogo. Así que, hay que entrenar y cuidar tanto de la mente como del cuerpo.**

**Encuéntranos en:**



**@FundacionAPTA**



**FundacionAPTA**



**@FundacionAPTAmx**



**6550 9880**



**[www.fundacionapta.org](http://www.fundacionapta.org)**