



## El buen momento que vive el tenis nacional

**Marcelo Tapia Cabezas**  
Coordinador de Deportes - DAE  
Universidad de Las Américas

El buen momento que vive el tenis nacional, donde se destacan principalmente los éxitos de Cristian Garin, quien sumó recientemente a su palmarés el título del ATP 250 de Munich -el segundo que consigue en la presente temporada-, refleja el arduo trabajo por alcanzar un alto rendimiento deportivo.

Más allá de talento, el tenis, como deporte individual, es una actividad que obliga a mantener una condición física y técnica constante, que exige un rigor permanente, que muchas veces no tiene pausa ni permite lugar a las desconcentraciones.

Podemos indicar que quienes tienen las condiciones necesarias para alcanzar un buen nivel -y por eso llegan tan lejos- conforman una elite que deja atrás a cientos de tenistas que lo intentaron, fueron abatidos y que pueden tener muchas razones del porqué no están en esta categoría. También tiene un rol clave la perseverancia, el mantenerse fuerte mentalmente, pues en muchas oportunidades quienes llegan a dominar el circuito no lo hacen de inmediato o a una corta edad, sino que son procesos que traen resultados como consecuencia de un trabajo bien planificado y a mediano y largo plazo.

La vida de un tenista profesio-

nal se complementa con un equipo integral de asesores, camino que permite un logro con mayor seguridad. Pero llegamos a un momento del entrenamiento más fino, de alto rendimiento y donde siempre se puede mejorar. Podríamos indicar que es por una fortaleza psicológica, basada en cualidades como la concentración, en la cual no se puede tener vacíos momentáneos, porque el adversario se aprovecha de esa debilidad.

Otro elemento de la psicología deportiva es considerar la motivación. ¿Cuántas veces se pierde, por ejemplo, por no tener los asesores adecuados o el nivel de llegar a obtener un control emocional, por la confianza que le proporciona el equipo de apoyo con su experiencia?

Un deportista de elite en ese momento está en una evaluación constante con los resultados de su ranking, pero lo que está haciendo Garin es demostrar su buen desempeño y rendimiento. Basado, justamente, en todos los elementos mencionados, pues su camino para llegar a este presente de buenos resultados sin dudas ha sido largo y de esfuerzo.

Esperemos que pueda absorber esta carga y mantenerse en su nivel. Se sabe que aún puede mejorar; pero sus logros, además de demostrar sus avances, están motivando a nuevas generaciones del tenis a seguir la ruta del éxito.