París 2024: Reforzarán protección a la salud mental de los atletas

La salud mental de los atletas será una prioridad durante los **Juegos Olímpicos y Paralímpicos de París 2024.** Las autoridades francesas anunciaron un plan integral para proteger a los deportistas del *acoso y abuso cibernético,* así como para brindarles apoyo psicológico durante la justa.

La ministra de Deportes de Francia, Amélie Oudéa-Castéra, y la secretaria de Estado para Asuntos Digitales, Marina Ferrari, destacaron la importancia de esta iniciativa, considerando las crecientes **amenazas que enfrenta la salud mental en la sociedad actual,** especialmente entre los atletas que se encuentran bajo constante presión y exposición pública.

Un estudio del Instituto Nacional de Deporte, Competencia y Rendimiento (INSEP) reveló que el *15% de los deportistas franceses* de alto nivel han experimentado altos niveles de ansiedad o depresión, con síntomas que comienzan a manifestarse a una edad promedio de 17 años. Factores como la presión de los fanáticos, las expectativas de los patrocinadores, el miedo al fracaso y la constante búsqueda del éxito, se ven **agravados por la exposición constante en las redes sociales.**

Plan para reforzar la salud mental de los atletas

- — **Una sección de «Salud Mental»**. A partir de junio, los atletas tendrán acceso a una guía de consejos prácticos, un cuestionario de autoevaluación y la posibilidad de contactar a un psicólogo recomendado por el INSEP. Estos servicios estarán disponibles incluso después de los Juegos.
  — **Campaña de concienciación:** El INSEP colaborará con otras entidades deportivas para educar a los atletas sobre los riesgos relacionados con la salud mental.
  — **Desarrollo de la profesión de Entrenador Mental:** Se trabajará en conjunto para establecer y brindar apoyo a la figura del Entrenador Mental, quien trabajará de cerca con los atletas para fortalecer su preparación mental y mejorar su desempeño.

– **Asistencia psicológica en la Villa Olímpica:** Durante los Juegos, habrá un agente de protección y tres psicólogos disponibles para brindar apoyo a los atletas y miembros del personal que experimenten dificultades de salud mental.

- Las medidas anunciadas por las autoridades francesas son un paso importante para reconocer la importancia de la salud mental en el **deporte de alto rendimiento.** Se espera que este plan sirva como modelo para otras organizaciones deportivas a nivel mundial y contribuya a crear un entorno más seguro y saludable para los atletas.

Con información de El Impulso