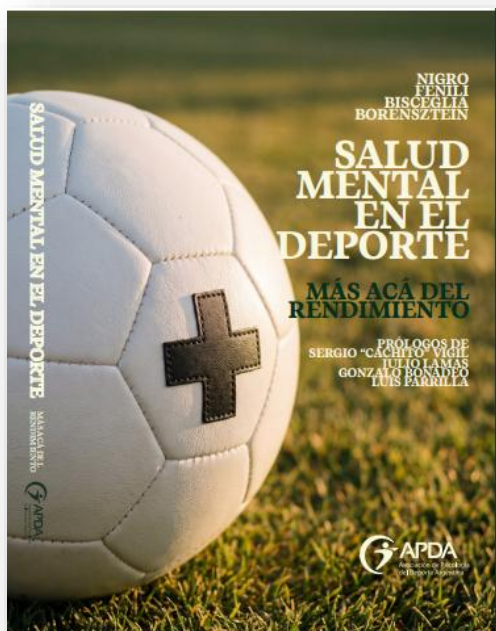



Gacetilla de Prensa



Nuevo libro “Salud mental en el deporte. Más acá del rendimiento”

La Asociación de Psicología del Deporte Argentina (APDA) presenta su nuevo libro “**Salud mental en el deporte. Más acá del rendimiento**”, una obra colectiva que propone un cambio de paradigma en el abordaje del alto rendimiento deportivo.

Con prólogos de Sergio “Cachito” Vigil, Julio Lamas, Gonzalo Bonadeo y Luis Parrilla

 **Fecha:** jueves 30 de abril, 19 hs

 **Lugar:** Sede APDA – Perón 1615 psi o4 – Depto 43

Sobre el libro

En un contexto donde el deporte de alto rendimiento ha estado históricamente atravesado por la lógica de la exigencia extrema, esta obra plantea una pregunta central: **¿es posible rendir sin romperse?**

El libro propone un giro ético: pasar de una mirada centrada exclusivamente en la eficacia y el resultado, hacia una perspectiva que ubique el **cuidado de la salud mental como eje del rendimiento sostenible**. Lejos de considerar al deportista como una “máquina” o un recurso, los autores invitan a reconocerlo como sujeto, con emociones, límites y necesidades.

A lo largo de sus capítulos, se abordan problemáticas actuales como:

- La presión y la ansiedad en la competencia
- El burnout y el agotamiento emocional
- La depresión en deportistas de alto rendimiento
- El impacto de las lesiones y el retiro
- Los trastornos alimentarios
- El rol de entrenadores, familias e instituciones

Asimismo, la obra incluye **herramientas prácticas y guías de buenas prácticas** para la prevención, detección e intervención en salud mental dentro del ámbito deportivo.

Una mirada necesaria

“Salud mental en el deporte” no es solo un libro teórico, sino una invitación a repensar las prácticas cotidianas del deporte. A través del análisis de casos reales y del trabajo clínico y de campo, plantea que **cuidar la salud mental no es opuesto al rendimiento, sino su condición de posibilidad.**

Como señalan sus autores, referentes de APDA, *“una medalla colgada en el cuello de una persona rota no es un triunfo, sino un fracaso del sistema”*.

Sobre los autores

La obra reúne a profesionales de amplia trayectoria en psicología del deporte: **Pablo Nigro, Alfredo Fenili, Evelyn Bisceglia y Ariel Borensztein**, quienes integran su experiencia clínica, académica y en instituciones deportivas para ofrecer una perspectiva innovadora y comprometida con el bienestar integral del deportista.

Con prólogos de profesionales del deporte de reconocida trayectoria: Sergio “Cachito” Vigil, Julio Lamas, Gonzalo Bonadeo y Luis Parrilla.

Sobre APDA

La **Asociación de Psicología del Deporte Argentina (APDA)** fue fundada en **1992** en la Ciudad de Buenos Aires, convirtiéndose en la primera institución del país dedicada a reunir, formar y profesionalizar a especialistas en psicología aplicada al deporte.

Desde su origen, APDA impulsa la difusión de la disciplina, fomenta la investigación y promueve el intercambio interdisciplinario con universidades y asociaciones nacionales e internacionales. Su misión es clara: **posicionar a la psicología como un componente esencial en cada equipo deportivo**, garantizando que el aspecto psicológico se contemple como clave para el bienestar y el rendimiento saludable de los atletas.



www.psicodeportes.com

Presentación a PRENSA: 30 de abril, 19hs en Sede APDA – Perón 1615, CABA.
Confirmar asistencia

Contacto de prensa Valeria Lopardo 11 68480085 – valelopardo@gmail.com