

Entrevista a Juan Antonio Corbalán



Juan Antonio Corbalán fue jugador de baloncesto del Real Madrid y de la selección española y considerado como el jugador con el mejor palmarés individual de la historia del baloncesto español.

Licenciado en Medicina por la Universidad Complutense de Madrid, es especialista en Medicina del Trabajo y en **Medicina de la Educación Física y el Deporte**. En la actualidad ejerce como coordinador del Servicio de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y director de la **Unidad de Fisiología del Ejercicio de Vithas Internacional (Madrid) y Coach**.

En esta entrevista nos cuenta sus impresiones sobre su vida en el deporte en la juventud y el futuro de nuestros jóvenes.

1.- ¿Cómo compaginaste tu carrera deportiva con los estudios de Medicina? La flexibilidad tanto por tu parte, como por tus compañeros y profesores ayudarían a lograr ambos objetivos... ¿Es así?

Mi vida no cambió desde los 9 años en los que empecé mi actividad deportiva con entre 8 y 10 horas de entrenamiento a la semana. Desde niño había un tiempo para el estudio, otro para las aficiones (etapa escolar) y el resto era mi relación con los amigos.

La etapa universitaria, que coincidió con el baloncesto profesional, obligó a distribuir mi jornada basada en dos parcelas: los estudios y los entrenamientos. Naturalmente, mi vida social se estrechó, pero pude hacer con un gran sacrificio las otras dos parcelas con éxito. No siempre fue fácil, pero el que algo quiere, algo le cuesta.

Mis compañeros fueron fundamentales para completar la toma de apuntes, pero lo fundamental fue mantener un estudio diario cercano a dos horas. Luego hicieron falta determinados atracones y viajar siempre con mis libros, de manera que saqué muchas horas en hoteles y aviones.



Financia:



No tuve que pedir favores a los profesores, pero casi todos se portaron muy bien cuando necesité algún examen oral por coincidir la convocatoria con algún viaje o campeonato.

2.- ¿Cuáles han sido los valores que te han acompañado a lo largo de tu vida profesional? ¿Cómo se gestiona el éxito y los fracasos, si es que estos últimos los has tenido? ¿Qué peligros existen al alcanzar el éxito de forma rápida?

Yo diría que el primero fue intentar que mi vida y mi ambiente de relación no cambiaran y no perder contacto con el suelo.

El segundo, y creo que más importante, fue saber jerarquizar y separar lo importante de lo anecdótico. Finalmente, supe trabajar duro y tener muy claro lo que perseguía.

Yo viví una juventud de ensueño en la que cualquier deseo se cumplía antes de llegar a soñarlo. Los sueños me atropellaron. Éxito y fracaso no tuve sensación de que fueran nada distinto a tener que estar sometido a la incertidumbre de que las cosas no siempre son como se desean. Es importantísimo saber relativizar las cosas y no dejarte llevar por esos dos grandes impositores. Ni se es tan bueno cuando se consiguen objetivos ni tan malo cuando esto no se logra.

El mayor peligro es dejar de ser el que eras.

A pesar de que todos estamos en un cambio permanente, es muy importante no apartarte de tu mundo de valores y no dejarte llevar por

eso que llamamos sueños que a veces son falso y siempre efímeros.

3.- ¿Qué te parecen los deportistas profesionales hoy en día, como referentes de valores para la juventud?

Pues eso, profesionales.

Cuando te pagan por algo debes fijarte en el dinero, pero también en lo que tú dejas de vida para conseguir todo eso que se compra con dinero y que, a veces, confundimos con la felicidad o el éxito.

Es cierto que el dinero en los jóvenes, puede anestesiar su conocimiento y su capacidad para gestionar la realidad.

4.- ¿Qué opinión te merecen los jóvenes respecto de los valores actuales y qué preocupaciones te genera la actualidad y el futuro que se avecina para ellos y el conjunto de la población?

Los jóvenes no son culpables sino víctimas y no han tenido más remedio que adaptarse al mundo que hemos creado las generaciones precedentes.

Aunque vivimos mejor fruto del progreso social, tecnológico y financiero en general, la vida responde a muchos más parámetros, menos cuantificables, que sólo están al alcance de los más inteligentes que saben mirar lejos para no perder el rumbo.

Desgraciadamente para los que no aciertan, la



Financia:



vida les ofrece rumbos no tan paradisíacos en los que se pasa de vidas placenteras a auténticos infiernos.

Le importamos muy poco a la vida y aunque los más afortunados tienen gente a su alrededor que pueden ayudar, realmente estamos solos en ella y sobre todo en la toma de decisiones y cuando los resultados no son los socialmente tenidos como buenos. Entonces los amigos pasan a ser desconocidos sino enemigos.

5- ¿Qué papel han tenido en tu carrera tus equipos, entrenadores, amigos y familia?

Yo me considero una persona muy afortunada en la vida que tengo y tuve. Detrás hubo una familia, y pienso en mis padres, que se esforzaron en darme la mejor base

para mi crecimiento como persona, en lo educativo y lo profesional.

Cercanos a mí tuve gente que podría ser un buen ejemplo, aunque nunca fui mitómano y gente buena a la que no era difícil querer y cubrir mi parte afectiva, pero mucha de esa gente la tuve en el baloncesto en el que realmente me eduqué y pase de ser un niño a ser adulto. Todos ellos, directivos, profesores, entrenadores y compañeros me dieron todo a cambio de nada y todos ellos les debo el haber llegado hasta aquí. El mérito es también de ellos y nunca podría pagar lo recibido.

6.- ¿Qué cualidades resaltarías en un deporte como el baloncesto que es un deporte grupal, frente a un deporte más individualista?



Equipo juvenil de San Viator, año 69/70. Campeón de Madrid.

Financia:



Los deportes grupales tienen una mayor riqueza relacional que supone siempre un valor añadido.

Vivimos en sociedad y el equipo deportivo es un magnífico laboratorio de relación que te ayuda en la vida para aquel que quiere ser ayudado y pone de su parte.

Respeto mutuo, diversidad, valoración del adversario, reparto del éxito y la decepción, generosidad con lo que a ti te sobra y otros pueden echar en falta, etc...

Hay grandes deportistas falsamente individuales que han sabido aprender que todo lo que han logrado ha sido facilitado por el conocimiento y la dedicación de otros.

Todo lo que tenemos y hemos logrado les pertenece, también, a muchos anónimos que no aparecen en los guiones de las vidas de éxito.

7.- Respecto de la pregunta anterior y comparándolo en el mundo empresarial, ¿Qué opinión te merece el emprendimiento colectivo? ¿El compartir con la figura de un socio un proyecto?

Todo éxito es colectivo en la vida.

Nuestro conocimiento es heredado y no tenerlo en cuenta es el principal pecado de cualquier persona o profesional. Esto es aún más cierto cuanto más lejos llegamos y mayor es nuestro éxito o reconocimiento social.

No puede existir ningún directivo o grupo de ellos sin un mínimo de generosidad social para

entender que el éxito o es de todos o no es éxito. Cuanto más logramos estamos más obligados a pensar en los demás y a redistribuir el mismo en todas sus facetas.

8.- El liderazgo en el mundo deportivo como en el mundo empresarial, es vital para consolidar y generar un buen equipo. Quien ha sido un referente de liderazgo para ti. ¿Qué características son esenciales? ¿Qué objetivos debe perseguir?

El liderazgo es la expresión dinámica que engloba todo lo que estamos hablando. El liderazgo no tiene nada que ver con la jerarquía sino con el servicio y depende mucho de la tarea, de las personas y del momento.

Tendría que decir que en Real Madrid que viví era un curso en vida de liderazgo: unos aportaban más y otros menos, pero cada uno hacía lo que podía y todos necesitábamos algo de él.

Debes aceptar tu rol, pero no limitarte por él.

La trascendencia se obtiene cuando hacemos que todo lo que hacemos lo tenemos que hacer por los demás, porque todo lo obtenemos de ellos. Cualquier empleado debe velar por la empresa como si fuera el presidente de la misma y todo presidente debe entenderse como un empleado más con más responsabilidad hacia los demás.

9.- Como médico especialista en Medicina del Trabajo y Medicina de la Educación Física y el Deporte, hace poco comentabas, cómo



Financia:



Con Noah Klieger,
superviviente de Auschwitz.

10.- ¿Crees que desde los valores y los principios se puede reducir determinados males de nuestra sociedad? ¿Desde tu punto de vista, cómo sería posible?

Sin ninguna duda. La sociedad se mantiene por el amor y el respeto a los demás como valores supremos.

No hay recetas milagrosas pero el principio de que barriendo la puerta de nuestra casa el mundo estaría más limpio es una verdad absoluta.

El uno, como persona, es importantísimo en el todo.

Por eso cuidar y formar a la persona es la única herramienta para el éxito como sociedad. Ese cuidado requiere la conciencia social sin la que es imposible afrontar ningún problema.

11.- Cómo ves el relevo generacional en nuestra sociedad? ¿Cómo lo has visto en el mundo del deporte?

No somos los mayores los que tenemos que poner nota a los jóvenes. Nosotros hemos

desde la actividad física, se puede reducir la ingesta de determinados medicamentos del paciente.

La actividad física no debe confundirse con el deporte.

Llevar una vida activa tanto física como intelectualmente es el mejor remedio para mantener el equilibrio cuerpo y mente.

Nuestro cerebro colabora muchísimo en la capacidad funcional de cualquier trabajador, pero nuestro músculo mantiene también la mejor expresión de nuestra capacidad cognitiva.

Buena alimentación, actividad física, buenas relaciones y un descanso adecuado son un pasaporte no sé si para vivir más, pero sí para vivir mejor lo que vivamos.

Una buena vida, aleja a los medicamentos.

Financia:



hecho lo que hemos podido y parece que no lo hemos hecho muy bien, aunque vivamos mejor.

Tenemos un mundo con el concepto de democracia amenazado desde todos los lugares, con la riqueza concentrada en menos, con la amenaza de una guerra mundial sobre nosotros, con un planeta agonizante por nuestros errores consentido y mantenidos por los poderes imperantes, y con todo esto y otras

cosas en las que no he reparado, ¿queremos dar lecciones a alguien?.

Son los jóvenes los que nos enseñan los caminos que previamente han explorado. Por eso es tan importante su formación profesional y sus valores.

De ellos depende el futuro, bueno o malo que tenemos por delante.



El liderazgo promueve el compromiso y la motivación



teamsoul

Juan A. Corbellán