



Universidad
Nacional
de Rosario

Universidad Nacional de Rosario

Facultad de Psicología

Trabajo integrador final

***Retiro deportivo y trabajo del duelo: una lectura psicoanalítica de la desvinculación
libidinal con el deporte***

Modalidad de presentación: ensayo

Alumna: Fabiani, Lucila María

Legajo: 5453/4

DNI: 41.086.979

Email: lucilamfabiani@gmail.com

Docente responsable: Stechina, Diego

Agradecimientos

A mi familia, especialmente a mi papá y mi mamá, no sólo por confiar en mí, sino por el esfuerzo y el apoyo infinito. Este logro es también es de ustedes.

A mis amigas y amigos, mis fieles compañeros en esta vida, con quienes nos hemos visto crecer y seguimos aprendiendo juntos.

A las amigas que me ha dado esta carrera, pilar indispensable en su recorrido, quienes supieron abrazar en los momentos felices, pero también alentar en los difíciles.

A mi abuela Martha, quien me acompaña desde el corazón, siendo un faro de amor en cada paso que doy.

A Diego Stechina y Juan Cammardella, por brindarme su tiempo, dedicación y un cálido seguimiento en el desafío que implicó esta escritura.

A la Facultad de Psicología de la Universidad Nacional de Rosario, la cual fué mucho más que una casa de estudios: un espacio que me formó, pero especialmente me alojó y transformó de manera inimaginable.

A la educación pública, gratuita y de calidad, que tuve la fortuna de tener a lo largo de mis años, por ser posibilitadora de sueños y derechos.

Índice

1. Resumen y palabras clave	3
2. Introducción	4
3. Desarrollo	5
3.1. <i>El retiro deportivo y su trabajo de duelo</i>	5
3.1.1. <i>Freud y el trabajo del duelo: la pérdida de objeto y la redistribución libidinal</i>	5
3.1.2. <i>Una lectura lacaniana: el duelo como inscripción de la pérdida</i>	6
3.2. <i>Los condicionantes de la tramitación de la pérdida</i>	8
3.2.1. <i>Las identificaciones y su determinación en el trabajo del duelo</i>	8
3.2.2. <i>El retiro voluntario e involuntario</i>	9
3.3. <i>La perspectiva preventiva en el acompañamiento del deportista</i>	12
3.3.1 <i>El abordaje analítico en el pasaje de la identidad al rol</i>	13
4. Reflexiones finales	15
5. Referencias bibliográficas	16

Resumen

En el presente ensayo se pretende realizar una problematización acerca del proceso del duelo ante el retiro deportivo, a partir de un marco teórico basado en el psicoanálisis. Interesa, específicamente, poder desarrollar, en primer lugar, las diferentes conceptualizaciones acerca del duelo y sus coincidencias ante la implicancia libidinal de dicho trabajo, para luego abrirse hacia las interrogaciones acerca de qué es realmente lo que se pierde ante el retiro. En relación a este asunto, surgen algunas nociones que recorren el escrito y sirven de sustento para sus principales premisas: la identificación y la libido, desde Freud, que permiten explicar cómo la vinculación con el objeto amado termina por dejar marcas en la identidad del sujeto; la castración, desde Lacan, relacionada con el concepto de duelo, que permite sostener que en el retiro el deportista no sólo pierde un deporte sino también una posición subjetiva. Ante esto, se reconoce que hay factores que condicionan al duelo, como la modalidad identificatoria y la voluntariedad o no del abandono del deporte, lo que lleva a comprender el necesario abordaje preventivo e interdisciplinario en la trayectoria del deportista. Este buscaría que, llegado el momento de la pérdida del deporte, aquella no se lleve consigo la totalidad de lo que hace a la identidad del sujeto, sino más bien, su rol en él.

Palabras clave: Duelo - Retiro deportivo - Psicoanálisis - Identificación - Perspectiva preventiva.

Introducción

El presente ensayo se inscribe en el marco epistemológico del psicoanálisis para abordar el duelo en el retiro del deporte y se desarrollará en pos de la premisa que comprende que, por un lado, todo proceso de duelo implica un trabajo de redistribución libidinal con respecto al objeto amado (siendo, en este caso, el deporte), pero también, que este trabajo comprenderá una puesta en tensión de una posición subjetiva e identificatoria del sujeto, la cual puede leerse como “soy deportista”. A lo largo del escrito, se abordarán diversos posicionamientos con respecto al concepto de duelo, desde distintos autores y perspectivas, los cuales concluyen en un punto en común al afirmar que el duelo implica un proceso, un tiempo para elaborar aquello que ya no está, lo cual no será sin desgaste de energía y movimiento libidinal. Asimismo, se retomarán los aportes de Roffé (2019), cuyas reflexiones sobre el retiro deportivo y testimonios de diversos atletas enriquecerán el análisis psicoanalítico propuesto.

Estos trabajos de duelo, tan singulares y personales, estarán determinados por dos factores. Por un lado, la modalidad de identificación establecida con el objeto amado, el cual ha sido partícipe de la vida del sujeto durante un tiempo prolongado y, por consiguiente, ha dejado huellas en su subjetividad. Tal como cita Freud en “Duelo y melancolía” (1975b), dicha relación con el objeto orientará a la tramitación de la pérdida mediante un duelo o, por el contrario, a otras modalidades de vérsela con la falta, como la melancolía. Por otro lado, el proceso duelante dependerá de si la decisión de retirarse del deporte ha sido tomada de forma voluntaria o involuntaria, lo que posibilita la puesta en juego del factor traumático de aquello que irrumpe por sorpresa.

En la revisión de antecedentes se encuentran producciones teóricas, especialmente desde la psicología del deporte y la salud mental, orientadas a la investigación sobre el retiro deportivo en pos de reconocer cuáles son los efectos psicológicos, sociales y emocionales que el deportista manifiesta tras el abandono del deporte y sus condicionantes. Estas indagaciones no profundizan en gran medida sobre el trabajo del duelo; más bien, están abocadas al análisis de experiencias de diferentes atletas retirados y cómo ha influido la involuntariedad de la decisión en los padecimientos posteriores. En esa línea, Lacayo (2024) destaca la falta de preparación de los deportistas para enfrentarla y la importancia de un abordaje preventivo, Soler (2024) acentúa el necesario trabajo sobre aquellas manifestaciones psicológicas y crisis subjetivas que pueden sufrirse tras la pérdida. Por último, Posada et al. (2026) menciona los programas de desentrenamiento como una forma de promover transiciones saludables.

Por consiguiente, se entiende que el campo teórico que concierne a este escrito ha sido analizado previamente. Sin embargo, el presente ensayo se propone, además, articular la teoría psicoanalítica sobre el duelo, la identificación y la castración con el retiro deportivo, para dar cuenta de que ante la pérdida se debe atravesar un trabajo duelante, comprendiendo que en el mismo no sólo se pierde una práctica, sino una propia posición identificatoria, la cual ha sufrido las marcas del deporte.

Por esta razón es que se hace referencia a la importancia de la labor del analista en el acompañamiento y preparación de dicho retiro, el cual implica no sólo una pérdida a nivel deportivo, sino un reposicionamiento social, vincular, económico y subjetivo. Es por eso que, desde la profesión, se remarca la necesaria perspectiva preventiva y el abordaje interdisciplinario en el trabajo con el deportista, con el objetivo de que, a lo largo de su carrera, el deporte pueda reconocerse como un rol a asumir y no un determinante de la identidad del sujeto en su totalidad.

Finalmente, es necesario destacar que la intervención del analista en el ámbito deportivo no tiene como objetivo escapar al dolor, es decir, evitar el sufrimiento inherente a toda pérdida. Por el contrario, el psicoanálisis sostiene que no se está de duelo sino por aquello que se ama, aquello que ha ocupado un lugar significativo en la subjetividad del sujeto y, por consiguiente, el retiro de la libido no será sin padecimiento.

Desarrollo

Me costó el día después, extrañé mucho la rutina, sentía ese vacío de dejar de hacer algo que a mí me apasionaba. Yo creo que con todo lo que nosotros amamos también tenemos que permitirnos el duelo

Roffé

El retiro deportivo y su trabajo de duelo

Freud y el trabajo del duelo: la pérdida de objeto y la redistribución libidinal

El duelo en el psicoanálisis remite al escrito freudiano "Duelo y melancolía" (1975b), donde Freud aborda el trabajo de duelo y su contracara, la melancolía, como dos diferentes modalidades de vérselas con la pérdida.

El duelo es, por regla general, la reacción frente a la pérdida de una persona amada o de una abstracción que haga sus veces, como la patria, la libertad, un ideal, etc. A raíz de idénticas influencias, en muchas personas se observa, en lugar de duelo, melancolía (y por eso sospechamos en ellas una disposición enfermiza). (p. 241)

El duelo, es decir, un trabajo que se ejecutará frente a la falta de un proyecto cuyo valor y significación hayan sido importantes para el sujeto, no puede pensarse sin un gran esfuerzo de tiempo y energía, ya que implica deshacer la ligazón libidinal con el objeto que debe darse por perdido. Pero, ¿cómo se lleva a cabo este proceso? Freud (1975b) afirma que el trabajo de duelo se realiza pieza por pieza, cuando la realidad ha indicado que ese objeto amado ya no existe, y debe romperse el vínculo psíquico con este. Una vez lograda esa desinversión, el trabajo dueloante se irá elaborando, y una vez libre el yo, podrá invertir nuevos objetos.

Otro de los aspectos en los que Freud (1975b) se ha centrado, tiene que ver con el tiempo de duelo, entendido como un proceso que desaparecería sin dejar tras sí graves consecuencias en la economía libidinal del sujeto. Si se relaciona el trabajo dueloante con un tiempo de tramitación, en los casos que estamos considerando, sin dudas sería un tiempo que no es cronológico sino más bien lógico, el cual dependerá de las características que predisponen al sujeto al enfrentarse a la pérdida, qué modalidad de vínculo sostiene con deporte y si ha sido acompañado profesionalmente en dicho proceso.

Continuando con el recorrido sobre la problemática del duelo en el psicoanálisis, se destaca el desarrollo de Faccendini y Zuliani (2022), que permite pensar al duelo más allá de la reacción frente a la pérdida de lo amado.

Sostenemos que el duelo no es la pérdida o resignación del objeto, sino el trabajo que permite inscribir esa pérdida, escribir aquello perdido como perdido. Por eso podemos pensar al duelo como un conflicto entre retener lo perdido y desprenderse de lo que resulta imposible conservar. (p.22)

A diferencia de la teorización de Freud, Faccendini y Zuliani ponen el acento en el proceso, particular y singular, que implica justamente reconocer aquello que se ha perdido como ausencia. Es decir, la importancia recae en inscribir la pérdida y no tanto en el desasimiento de la libido del objeto, a la manera freudiana.

En el presente escrito, si bien se adhiere a la teoría de Freud con respecto a la desvinculación libidinal que implica el trabajo del duelo, interesa hacer foco en este segundo modo de entender el duelo, como inscripción de una pérdida. Si hablamos de un proceso que lleva tiempo lógico y una implicancia libidinal, debemos suponer un trabajo psíquico por parte del sujeto que le permita reconocer esa pérdida como tal.

Dicha idea refiere a un trabajo que implica un proceso de aceptar que aquel deporte que ha formado parte y ha sido estructurante de la vida del deportista ya no podrá llevarse a cabo de igual manera, que las rutinas y la forma de vincularse que han sido aprendidas y determinadas por el mismo deporte, deberán cambiar. Esto puede relacionarse con diferentes testimonios y experiencias de deportistas que expresan que, al dejar el deporte, el desafío más doloroso de atravesar no fue el momento de decidir retirarse, sino el tiempo posterior, cargado de vacíos e incertidumbres.

Yo llegué a enfermarme de los riñones, me salieron cálculos renales y me tuvieron que operar. Estaba sufriendo, estaba haciendo el duelo, ese duelo que hacen todos los futbolistas, tengan gran nombre o no tengan ningún nombre en el fútbol. Yo digo siempre que el futbolista se muere dos veces, una es cuando se nos va la vida como a todos y la otra es cuando dejamos el fútbol, porque al futbolista no se lo prepara para otra cosa y él no se prepara para otra cosa. (Roffé, 2019, p. 69)

La afirmación “el futbolista muere dos veces” ubica al retiro deportivo en el lugar de una pérdida radical y compleja, permitiendo comprender que para los deportistas dicha actividad es sostén identitario, organizador social y coordinador libidinal. El retiro, entendido como una muerte de índole subjetiva, implica la pérdida de un lugar donde el sujeto era reconocido y valorado por la práctica.

Por este motivo, se destaca el efecto desestabilizante que provoca la pérdida del deporte y las consecuencias a nivel corporal que puede ocasionar. Que el cuerpo hable y experimente la pérdida, da cuenta de que el duelo no sólo es un acontecimiento psíquico sino también el provocador de un padecimiento de un cuerpo que antes estuvo ligado al rendimiento.

Esta experiencia de la segunda muerte puede vincularse con lo desarrollado por Lacan (2021) al hablar de la *petit mort*, es decir, una pequeña muerte en referencia a su concepto de objeto a. Así como el autor aborda los objetos a como partes del cuerpo caducadas, que caen y deben duelarse, del mismo modo podemos pensar al rol del deportista como un desprendimiento del sujeto de un rasgo que fue parte del sí mismo propio que la realidad lo obliga a abandonar pero que, esencialmente, no forma parte de la totalidad de su identidad.

Un momento de vacilación narcisista y una caída del ideal representativo es lo que puede vincularse a la vivencia del retiro deportivo, una muerte que enfrenta al sujeto al derrumbe de aquellas coordenadas simbólicas que sostenían y estructuraban una parte de su identidad.

Una lectura lacaniana: el duelo como inscripción de la pérdida

Un deporte que forma parte de la rutina y le brinda un rol al sujeto, cuando se lo abandona, deja un gran vacío, una gran falta. El acento está, justamente, en qué hacer con esa falta para que no se convierta en algo mortificante para el deportista.

Desde esta perspectiva, Faccendini y Zuliani (2022) retoman la postura lacaniana con respecto al duelo, comprendiendo que estará en relación a la función que, en la cultura, cumplen los ritos. Por eso es que el trabajo del duelo sería justamente un llamado a la tramitación simbólica de lo real, a hacer una inscripción subjetiva de esa falta y a posibilitar la escritura de un nuevo trazo.

De este modo se puede pensar qué rituales impulsarían al deportista al comienzo de la aceptación de su pérdida: el impulso a estudiar una carrera, la inversión económica y nuevos desafíos sociales pueden ser preventivos, es decir, prepararían al sujeto para el momento de su retiro. Pero, también, puede haber rituales contemporáneos a este, como actos de despedida y conmemoración, el compartir su experiencia con otros o simplemente continuar vinculándose con el deporte desde un nuevo rol.

Estas ceremonias, que impulsan al deportista a versela con la falta y tramitarla, tanto colectiva como individualmente, pueden ayudarlo en el reconocimiento de la pérdida, aunque no en su totalidad. Es decir que, además de los ritos, el sujeto podrá necesitar de

un acompañamiento analítico vía la escucha y la palabra. ¿Acaso el análisis no es, en tal caso, una forma de poner en palabras aquello que se ama y, por consiguiente, que, al perderse, angustia al sujeto? Tal como expresa Lacan (2015), el psicoanálisis es una praxis que está destinada a abordar algo de lo real vía lo simbólico.

Lacan retoma el planteo teórico de Freud sobre el duelo, pero desplaza el eje de la cuestión, comprendiendo al duelo no sólo desde el retiro libidinal sino desde la importancia de la inscripción simbólica de aquello que se pierde. Es decir, Lacan asocia el proceso dueloante con un trabajo de nombramiento de la pérdida, de puesta en palabras, ubicándola en relación con la propia historia para, desde ahí, poder reconstruirla.

Es así que se llega a la reformulación teórica del duelo desde Lacan (2021) y su aporte al psicoanálisis con el concepto de objeto a. Este comprende la existencia de dos diferentes estatutos de objeto: uno, por delante, el cual se conceptualiza como objeto de deseo, un objeto que puede obtenerse; otro, por detrás, causante y movilizador del deseo, el cual destaca la importancia de que el sujeto mantenga relación ante el atravesamiento de un duelo.

Lo novedoso del planteo de Lacan radica en comprender que en el desarrollo de un duelo se ponen en juego ambos objetos: no sólo en la inscripción de la pérdida de un objeto por delante, sino también, el necesario sostenimiento, pieza por pieza, del vínculo con el objeto por detrás, el cual permitirá que esa falta, constitutiva de todo sujeto, funcione como motor del deseo.

En el duelo por el retiro de un deportista puede evidenciarse también lo anterior. Por delante, lo nombrable y tangible, aquello que el deportista puede declarar como perdido: la práctica deportiva, su figura corporal, una institución, los entrenamientos, la competencia. Pero también un objeto por detrás, aquel que representaba un sostén deseante para el sujeto y con el cual es necesario mantener vinculación, como puede ser una posición subjetiva, un lugar en el deseo de otro, el reconocimiento social. Un objeto tal que no puede sustituirse.

A partir de esto es que se comprende que el duelo ante el retiro no implica simplemente la pérdida del deporte como objeto manifiesto, sino el reconocimiento de que en él existen ciertas coordenadas que organizan y estructuran la subjetividad desde atrás, y que estas no pueden ser abandonadas sin más, lo que provocaría un gran desvalimiento del sujeto. Por consiguiente, se destaca la importancia de la elaboración de nuevas formas de vincularse con aquellas dimensiones que han sostenido el aparato deseante del sujeto y, además, de construir nuevos soportes para permitir que el deseo no quede fijado y se pierda junto con el deporte sino que pueda seguir desplegándose.

Por otro lado, Lacan (2021) también relaciona al duelo con la castración advirtiendo que, ante la pérdida de un objeto amado, no sólo se pierde dicho objeto sino también una parte del sí mismo propio: “sólo estamos de duelo por alguien de quien podemos decirnos yo era su falta” (p. 155). De esta manera, se llega a una de las hipótesis centrales de este ensayo, la idea que comprende que el proceso del duelo abarcará no sólo la inscripción de la falta de objeto sino que, además, pondrá en juego la destitución de la posición que el sujeto asumía en el deporte. Por consiguiente, en el momento del retiro, el deportista no sólo pierde al deporte como objeto amado sino también el lugar que ocupaba en aquellos otros que lo conformaban: instituciones, compañeros, simpatizantes.

A partir del desarrollo de Lacan y su énfasis en la complejización del proceso de duelo y cómo, con él, el sujeto se desvincula también de un rasgo identitario que daba cuenta de su propia posición subjetiva, se presenta el siguiente interrogante, que será un hilo conductor a lo largo de este escrito: ¿Es posible un desligamiento libidinal completo respecto de un objeto que ha tenido un valor estructurante en la vida del sujeto, o toda pérdida deja un resto que persiste más allá del trabajo de duelo, cuestionando la idea de una sustitución con nuevos objetos?

Los condicionantes de la tramitación de la pérdida

Lo que está en juego en el retiro es una identidad, inclusive una identidad en crisis

Roffé

Las identificaciones y su determinación en el trabajo del duelo

Para poder pensar al duelo como un proceso subjetivo e individual, puede volverse a “Duelo y melancolía” (1975b) para considerar que, el modo en que el sujeto se las arregla para vérselas con la falta, dependerá de su predisposición frente al objeto perdido. Esta predisposición, que caracteriza el vínculo del sujeto con lo amado, será determinada por dos factores: qué modalidad de identificación se ha establecido con el objeto, y la voluntariedad o no de la toma de la decisión de retirarse.

Para comprender el primer determinante, resulta necesario desarrollar cómo Freud funda la distinción entre duelo y melancolía, y cómo la identificación cobra un valor esencial en dicha diferenciación. En “Introducción al narcisismo” (1975a), Freud establece la existencia de dos diferentes modalidades de elección objeto: por un lado, una elección por apuntalamiento, ligada a las primeras experiencias de satisfacción infantiles y a las personas de cuidado; por otro, una elección vía narcisista, la cual establece un modo de amar donde se toma como referencia el propio yo del sujeto.

Lo valioso de esta distinción es que permite pensar los diferentes modos de vinculación libidinal con el objeto, y, como consecuencia, diversos destinos posibles frente a su pérdida. En primer lugar, la melancolía: ante una vinculación narcisista, la libido no logra desligarse de lo amado y, en lugar de desplazarse hacia nuevos objetos, retorna al yo mediante una identificación total con lo que no logra perderse. En cambio, el duelo, ligado por apuntalamiento, es un proceso donde el sujeto se enfrenta a la necesidad de tener que quitar su libido del objeto perdido, y que, a pesar del dolor que esto provoca, logra desvincularse y reconocer la ausencia. La identificación que permanece no implica una captura total del yo sino más bien la conservación de ciertos rasgos ligados al objeto perdido.

A partir de esto es que, en el presente ensayo, se sostiene que dicha identificación al rasgo forma parte del proceso de duelo en el retiro de los deportistas, es decir, el trabajo psíquico que cada sujeto deberá realizar para poder desligarse libidinalmente de su práctica. Pero, ¿qué implica, entonces, que el sujeto se identifique a un rasgo de un objeto que, en este caso, es el deporte? Se puede responder que, a partir del lazo identificatorio, este comienza a formar parte de la subjetividad del sujeto, es decir, comienza a dejar sus rasgos en la identidad del deportista.

A diferencia de esto, Freud (1975b) reconoce en la melancolía un mecanismo sustitutivo propio y específico, el cual tiene como consecuencia que, debido a la identificación total con el objeto, este caiga y se fusione con el yo, provocando que el empobrecimiento del mundo en la propia instancia psíquica. Este posicionamiento puede pensarse en relación al concepto de negación:

La negación de la pérdida acontecida dificulta el trabajo del duelo; fija al sujeto adelante, en una etapa de la cual no puede salir, empobreciéndolo más y más. Por ejemplo, sería el caso de un ex deportista que se pone a ver videos de cuando jugaba, de cuando era joven, exitoso y supuestamente feliz. (Roffé, 2019, p. 251)

Esta negación frente al retiro deportivo puede ser reflejo de la posición melancólica del sujeto frente a la pérdida: un atleta que no puede elaborar ni inscribir esa falta sino que queda totalmente fijado al objeto, lo que lo lleva a rememorar constantemente la práctica deportiva como lo único que le proporcionaba sentido a su vida.

A partir de ello, es pertinente destacar que, con posterioridad en su obra, Freud (2022) retoma la idea del mecanismo por el cual el sujeto pierde investiduras de objeto a condición de identificarse con ellas, como se había indicado específicamente en la

melancolía. Lo novedoso que trae su texto “El yo y el ello” es el descubrimiento de que este proceso ya no será sólo parte de la melancolía, sino un mecanismo propio del yo y de su forma de constituirse.

Por consiguiente, Freud reconstruye su teoría y comprende que en todo trabajo de desvinculación libidinal con un objeto, luego de una investidura deviene una identificación. En el caso del duelo, esta será a un rasgo de aquello perdido, lo que permitirá la diferenciación con la melancolía. Este cambio teórico permite plantear una premisa central de este escrito, la cual sostiene que ante el retiro de un deporte que ha sido significativo para el sujeto, la identificación, a diferencia de lo planteado por Freud, no se produce ante la pérdida de la actividad sino que es anterior al proceso de duelo. Es decir, que los deportistas construyen, con el paso del tiempo, un vínculo identificatorio con el deporte, anterior a su pérdida, que les permite la construcción de una imagen de sí mismo llamada “soy deportista”.

La implicancia de la identificación en el vínculo del deportista con su deporte puede evidenciarse en lo enunciado por la psicóloga deportiva y ex deportista olímpica Romina Plataroti (en Mendoza Llonto, 2019):

Esto que parece tan fácil no lo es tanto. La pregunta que me realizaba en el momento de mi retiro, como luego de la experiencia vivida en aquel curso era lo siguiente: si yo sólo soy por lo que he realizado en mi carrera deportiva, si las personas me reconocen sólo por mis medallas y logros, si ya no me encuentro participando de las competencias donde los obtuve. ¿ahora quién soy? (p .23)

El desarrollo de la práctica deportiva por un prolongado tiempo implica necesariamente una vinculación directa con el deporte, el cual ordena y estructura la vida del deportista, proporcionándole un rol a cumplir tanto deportiva como socialmente. En consecuencia, se propone la siguiente interrogación: ¿Cómo se estructura un duelo por una identificación? A partir de esto, se comprende la problemática del duelo desde dos aristas: la inscripción de un objeto amado y perdido, y a la vez, la pérdida de una posición identificatoria de quien ejerce como deportista.

Ahora bien, es interesante poder situar, en relación al mecanismo de identificación, al deporte como aquel objeto amado que influye en la construcción de una parte de la identidad del sujeto. Roffé (2019) habla de la identidad deportiva, entendiendo por esto una imagen que el deportista tiene de sí mismo de acuerdo al vínculo con su práctica, y que permite pensarla como atenuante a la hora del duelo, porque no sólo es una desvinculación con un objeto externo; por el contrario, es la pérdida de una parte de su propio ser del sujeto.

La noción de identidad deportiva permite desarrollar una diferenciación esencial para este escrito: a pesar de que el deportista construye una identificación con su deporte, su identidad no debe ser reducida a eso ya que, ante su pérdida, podría provocarse un desvalimiento tal que el sujeto terminase por replantearse las coordenadas de su propia existencia. Por este motivo, es necesario destacar que el sujeto no “es” deportista sino que lo practica. Esto permite diferenciar a la identidad del rol deportivo, diferencia que es indispensable para poder abordar, desde el trabajo analítico, la preparación para el retiro y poder centrarlo en la pérdida de una posición que le ha brindado el deporte, y no en la totalidad de aquello que caracteriza al sujeto.

El retiro voluntario e involuntario

Así como hay determinantes subjetivos como las diferentes modalidades de identificaciones, para pensar la tramitación del retiro de un deportista, otro de los grandes factores a tener en cuenta es el modo en que se lleva a cabo el retiro, es decir, si el sujeto ha tomado la decisión de forma voluntaria o involuntariamente. Esto, se sostiene desde este ensayo, determinará la tramitación de la pérdida.

Comprendiendo que el retiro del deportista implica cambios en múltiples ámbitos de su vida (como el nivel económico, social o emocional, entre otros), el poder decidir

voluntariamente cómo, cuándo y dónde aquel será llevado a cabo permite pensar no sólo en la posibilidad de que la tramitación del duelo correspondiente comience a gestarse antes del momento del retiro, sino también, de forma más preparada.

Poder planificar la vida antes de abandonar el deporte brinda al deportista sentimientos de control sobre esta difícil situación, y además, amplía la propia identidad: da la oportunidad al atleta de verse más allá de su rol deportivo. Tal como expresa Roffé (2019), "la causa del retiro: voluntaria. Llegó un momento que interpreté que los desafíos ya no estaban acordes a lo que habían sido y era momento de empezar otra etapa" (p. 213).

Es por eso que la voluntariedad no sólo permite la anticipación de la pérdida inminente, sino también la puesta en juego de un armado de ciertas escenificaciones psíquica del final de la carrera, es decir, la posibilidad de llevar a cabo ciertos rituales simbólicos como las despedidas y eventos, lo que habilita el comienzo de una apropiación de la pérdida para poder significarla de forma paulatina y así construir diferentes soportes para la asunción de nuevos roles emergentes.

A pesar de lo expuesto, que la decisión sea tomada de forma voluntaria no es garantía de la elaboración psíquica propia de un duelo, ya que puede ocurrir que el sujeto sea capaz de reconocer la pérdida y aquello que debe abandonar, pero su economía libidinal no haya terminado de soltar al objeto. Por consiguiente, se comprende que la voluntariedad no exime al sujeto de las dificultades de la tramitación de la pérdida, pero crea las condiciones necesarias para que el sujeto pueda procesarla de forma simbólica y psíquicamente. A diferencia de ello, existen retiros deportivos en donde el sujeto es arrebatado del deporte, es obligado a desligarse de forma brusca y sin preparación. Esto se vincularía a un duelo mucho más trabajoso, largo y posiblemente, más padeciente.

Porque una cosa es retirarte cómo, dónde y cuando vos quieras y otra que el fútbol te retire. Es mucho más triste y traumática esta última instancia. Y no saber retirarte a tiempo, dejando una buena imagen, no siempre es algo que pasa por lo económico. Pasa por no soportar ese vacío, por no poder realizar ese duelo, por no resignar los momentos en el vestuario ni la adrenalina del juego, cuestiones que inexorablemente sucederán en algún momento. (Roffé, 2019, p. 125)

Si se comprende que el deporte puede soltar al deportista de un momento para otro, ya sea por una lesión, una enfermedad o una decisión externa que lo obligue a deshacerse de ese vínculo rápidamente, se puede relacionar este retiro involuntario con lo que Freud (2023) comprende como trauma, es decir, una perturbación de la economía del aparato psíquico que pone en tensión al sujeto. Esta invasión de excitación será sumamente angustiante y desesperante para el sujeto, ya que el aparato psíquico apunta a sostener la menor cantidad de energía dispersa.

Este tipo de retiros involuntarios irrumpen en el sujeto de forma abrupta y desestabilizante, provocando que la desvinculación con el objeto perdido no pueda ser elaborada con tranquilidad, sino más bien a modo de quiebre, dejando al deportista en una posición de desvalimiento frente a la pérdida, en una pasividad que le impide adueñarse del control de la situación, lo que provoca que no pueda anticiparse y el duelo se le imponga. Por otro lado, Freud (2023) relaciona el concepto de trauma con el de repetición, comprendiendo que este es un intento de ligar toda la energía psíquica que no pudo ser tramitada por su abrupta irrupción. Es decir, que aparece como la insistencia de aquello que no ha podido elaborarse con anticipación.

Es sabido que muchos deportistas manifiestan pensamientos de repetición de ciertos hechos, como por ejemplo, qué hubiese pasado si determinada lesión no se producía, fantasías de un retorno que se vuelve imposible, reiteración en el discurso, rememoración dolorosa mediante fotos y videos, y dificultad de poder investir nuevas actividades que no estén vinculadas con lo perdido. Esta repetición evidenciaría la obstaculización a la hora de retirar la libido del objeto, permitiendo que el deporte siga de alguna forma vivo psicológicamente pero impedido externamente de ser ejercido.

A pesar de las diferencias expresadas, es necesario remarcar que todo proceso duelante ante la pérdida de un deporte que ha sido estructurante en la vida del sujeto, ya sea que haya sido voluntaria o involuntaria la decisión de abandonarlo, nunca puede pensarse sin un margen de dolor. El atravesamiento de un duelo tendrá factores que puedan beneficiar su desarrollo y otros entorpecerlos, pero ninguno dejará exento al sujeto del dolor inherente a la pérdida.

La perspectiva preventiva en el acompañamiento del deportista

De la pérdida se habla, se trata de entenderla, se le ponen palabras, se la llora, se argumenta, se busca un consuelo. Y así uno piensa y se pregunta: ¿por dónde sigo ahora?, ¿con quién o quiénes?

Roffé

Partiendo de la premisa ya desarrollada acerca del duelo, la implicancia libidinal que se pone en juego y la preparación para su tramitación, se sostiene la necesidad de destacar la intervención psicoanalítica dentro del marco del deporte. El ámbito deportivo es un contexto que enfrenta al deportista a constantes situaciones de pérdidas y frustraciones: lesiones, derrotas, suplencias, envejecimiento del cuerpo; conflictos que interpelan al sujeto. Además, es un ambiente en donde éste es reconocido exclusivamente por su práctica deportiva, es decir, entendiéndolo como un cuerpo que debe rendir, estar bien físicamente, competir y del cual se espera siempre resultados. Esta perspectiva, lineal y reduccionista, deja por fuera el aspecto central de todo sujeto: el psíquico.

Es por este motivo que, desde este ensayo, se propone poner en el centro de la problemática del duelo la labor del analista en el acompañamiento de la trayectoria deportiva, antes y después del retiro, el cual tiene como objetivo el reconocimiento y trabajo de la dimensión subjetiva, deseante y padeciente del sujeto. Y con este, la necesaria construcción de espacios de escucha que excedan las exigencias y los tiempos productivos del deporte, donde el deportista pueda alojar las incertidumbres y miedos propios de su actividad. Estos espacios no representan sólo un simple acompañamiento, sino un gran dispositivo clínico que se establece a partir de un lazo transferencial que une al deportista con el analista, lo que permite que en este espacio compartido emerjan las palabras, propias del sujeto, que el discurso deportivo suele inhibir.

El trabajo analítico en la vida del deportista cobra aún más relevancia al momento de acercarse el retiro, un momento de quiebre y grandes conflictos tanto personales como sociales, el cual requerirá una reestructuración de la vida del sujeto y un necesario abordaje, por parte del analista, quien ofrece interrogantes que abren la reflexión sobre un futuro sin el deporte. Es por eso que se puede afirmar que el psicoanalista busca construir, junto con el deportista, las condiciones para un trabajo anticipado del duelo ante la pérdida del deporte, el cual favorecería el desligamiento progresivo de la investidura, reduciendo el efecto traumático de lo que irrumpe por sorpresa. Por este motivo, es necesario pensar la posición y labor del profesional a lo largo de la carrera de los deportistas desde una perspectiva preventiva.

Desde la psicología del deporte proponemos pensar el retiro como una crisis evolutiva, es decir como el cierre de una etapa y el comienzo de otra diferente de la anterior, debiendo el deportista que abandone la práctica hacer el duelo correspondiente. Para poder llevar adelante esto es necesario trabajar en la prevención del “día después”, entendiendo por prevención la preparación anticipada para evitar riesgos para su vida afectiva, social, laboral, financiera, etc. (Roffé, 2019, p. 29)

Pensar al retiro como una ruptura en la evolución de la vida del sujeto permite reflexionar sobre qué caracteriza a la etapa que el deportista debe dejar atrás, y qué aspectos de su propia subjetividad se lleva con ella. Por consiguiente, si el retiro compromete la vida del sujeto no sólo a nivel deportivo, sino también subjetivamente, esto evidencia el necesario trabajo por parte del analista de co-construir, a modo preventivo, los soportes simbólicos necesarios que le permitan al deportista, llegado al momento del retiro, transitar dicha experiencia sin quedar atrapado en ella.

Estos recursos simbólicos que el trabajo analítico puede y debe habilitar se centran principalmente en posibilitar la puesta en palabras de la trayectoria del deportista y la significación de la pérdida del deporte, permitiendo desligarse de este sin una carga de sufrimiento tan grande que avasalle al deportista. Este puede ser tramitado con anticipación, reconociendo como parte necesaria la separación con un objeto tan importante.

Cuando una práctica deportiva ocupa un lugar central en la vida del deportista, este suele volcar toda potencia libidinal e identificaciones de manera predominante en ella. Esto implica que, ante el retiro, no sólo se pierda la actividad sino todas aquellas referencias que sostenían la identidad y la posición del sujeto, dificultando la tramitación y el reconocimiento de su separación. En este sentido, el abordaje analítico sostiene la búsqueda de lo que puede llamarse diversificación identitaria, es decir, que el deportista en su carrera pueda desplegar su libido e interés a diferentes cosas por fuera del deporte para que, llegado el momento de su pérdida, esta no se lleve consigo todo lo que hace a su persona, y que tenga sostenes que le permitan transitar el duelo y adquirir nuevas posiciones libidinales emergentes.

Por eso es importante la ayuda psicológica, para prepararse para el retiro, para empezar a transitar el duelo, para empezar a reconocer la pérdida que se avecina y tener las herramientas necesarias para llevarla a cabo; para procesar la muerte, “matar” lo que murió, permitiendo estar más vivos en el próximo renacer. (Roffé, 2019, p. 252).

Ante la necesaria tramitación de esa muerte subjetiva, es importante centrar la idea de que el trabajo analítico desde la perspectiva preventiva no busca eliminar el sufrimiento inevitable del duelo. Por el contrario, se propone preparar al deportista para que el impacto subjetivo no irrumpa de forma traumática y provoque fijaciones, reconociendo el gran valor que tiene el proceso duelante para el reconocimiento de la pérdida efectiva, un proceso que implica que ese dolor disperso sea tramitado mediante la ilación de palabras.

Por eso es que el trabajo del analista no debe confundirse con quien, desde el saber, marcaría el camino y los cambios necesarios que llevarían al deportista a evitar el dolor, más bien, es quien habilita un espacio donde surjan conflictos no dichos, interrogantes acerca de la posición frente a la pérdida y a preparar, en conjunto con el sujeto, el devenir de una nueva trayectoria.

El abordaje analítico en el pasaje de la identidad al rol

La perspectiva preventiva en el abordaje analítico dentro del marco deportivo se centra, como se mencionó anteriormente, en preparar al sujeto para el advenimiento de la pérdida del deporte. Esto lleva a la siguiente interrogación: ¿Qué es lo que se intenta prever ante el inminente retiro?

En un contexto en donde el sujeto es reconocido y valorado por su desempeño dentro de la disciplina, el abordaje preventivo buscaría que el desligamiento del objeto amado no implique un empobrecimiento masivo del yo. Por consiguiente, el trabajo clínico estaría orientado a prevenir que la totalidad de lo que hace a la identidad del sujeto esté reducida al deporte que practica, el cual, tarde o temprano, no estará más y, de lo contrario, esta pérdida se llevaría consigo todo lo que este representa.

Es a partir de esto que se retoma la necesaria distinción entre la identidad del sujeto y el denominado rol deportivo, papel y lugar que ocupa el sujeto dentro del deporte que le brinda un reconocimiento con respecto a otros, comprendiendo que la superposición de ambas implica un borramiento de la instancia subjetiva por una imagen deportiva que le proporciona estatus social y valoración.

Este rol deportivo puede vincularse con el concepto desarrollado anteriormente, el de identidad deportiva, esa imagen que el deportista tiene de sí mismo de acuerdo al vínculo identificador que ha establecido con su práctica. Esta relación permite comprender que, a pesar de que una parte de la construcción identitaria (deportiva) del sujeto se

estructure en pos del deporte practicado durante un largo tiempo, es preciso reconocer que dicha actividad no hace a la totalidad de su persona, es decir, que el deportista es en tanto cumple un rol que dentro de la actividad, sin dejar de ser un sujeto por fuera de la misma.

A partir de esta diferenciación, se comprende el valor que cobra el trabajo del psicoanalista dentro del ámbito deportivo ya que, ante la pérdida del deporte, el sujeto no sólo pierde un objeto investido y amado, sino aquella parte de sí mismo identificada con él. Por eso es que el analista posibilitará un espacio de encuentro donde se trabaja preventivamente para que lo que se pierda con el deporte sólo sea aquella posición identificatoria y no toda su identidad.

Es un tema recurrente en mis espacios de terapia, más que nada porque considero que, a pesar de ser una prioridad en mí día a día- LA prioridad, diría yo- el deporte no es lo único que me importa. (Roffé, 2019, p. 99)

Siguiendo esta lógica, el profesional acompaña la trayectoria del deportista y promueve la diversificación de los intereses libidinales del sujeto, posibilitando que este no caiga en identificaciones rígidas y monopolizadas con el deporte. El objetivo no se centra en la eliminación de la identidad deportiva, sino en la ampliación de los soportes para un futuro donde esa actividad no continuará siendo la organizadora de su vida. Es por ello que el trabajo preventivo busca fortalecer tanto los recursos singulares (educación, formación en áreas de interés, metas a corto y largo plazo, proyectos paralelos) como los recursos sociales (la vinculación familiar, la habilitación de espacios de intercambio en las instituciones y talleres de transición, vínculos externos al deporte y la práctica de otras actividades deportivas), con el fin de que sirvan de apoyo para el atravesamiento del duelo.

Por último, si bien el psicoanálisis aporta herramientas fundamentales para abordar la dimensión psíquica del retiro y el trabajo de duelo que este conlleva, no puede dar respuesta por sí mismo a la totalidad de transformaciones que en él se ponen en juego. La pérdida del deporte implica cambios simultáneos en las dimensiones corporales, sociales, económicas e institucionales que exceden las incumbencias del trabajo clínico. Por este motivo, su abordaje requiere necesariamente de una perspectiva interdisciplinaria que permita comprender al deportista de manera integral.

Esta necesidad invita a pensar al deportista como alguien que se constituye no sólo de manera individual, sino en un entramado de vínculos, instituciones y discursos que participan activamente en la construcción de su subjetividad. Entrenadores, preparadores físicos, psicólogos, médicos, dirigentes, compañeros y la propia familia ocupan lugares significativos a lo largo de la trayectoria deportiva, por lo que el impacto del retiro no puede comprenderse únicamente desde una mirada analítica.

Desde esta perspectiva, el abordaje interdisciplinario permite la articulación de saberes y profesionales que, desde sus respectivas especialidades, acompañen al deportista en la transición de los diferentes cambios que lo atraviesan a lo largo de su carrera, reconociendo que el retiro no implica sólo un desvalimiento subjetivo, lo que representa una responsabilidad unilateral sobre la fortaleza del sujeto para sobrellevarlo. Por el contrario, se destaca que es necesario que el deportista esté rodeado de diferentes redes de contención y espacios profesionales donde pueda construir una trayectoria no sólo como atleta, sino también como sujeto.

Reflexiones finales

A lo largo de este escrito, se intentó considerar el retiro deportivo más allá de su hecho visible, es decir, la pérdida del deporte practicado. Desde una perspectiva psicoanalítica, se comprende que el retiro supone una experiencia compleja en donde diversos aspectos de la vida del deportista se ponen en tensión. Esto implica pérdidas de posiciones identificadoras, modos de reconocimiento, vínculos, nivel económico y formas particulares de habitar la cotidianidad, lo que compromete al sujeto a reestructurar gran parte de su existencia.

La importancia de esta mirada compleja del retiro radica en resaltar que el abandono del deporte no es un hecho aislado en el final de la carrera del deportista, sino que es un acontecimiento que atraviesa toda su trayectoria, y que sus efectos pueden acompañar al sujeto durante mucho tiempo. Por eso es que entenderlo sólo como un proceso individual o como la consecuencia del mero paso del tiempo es desconocer todos los aspectos subjetivos que unen al sujeto con el deporte y lo significativo que ha sido para la estructuración de su propia identidad.

En este contexto, se pone en evidencia el valor que cobra la incumbencia de los analistas dentro del ámbito deportivo, destacando que los deportistas están rodeados de exigencias, presiones y reconocimientos sólo ligados a su rendimiento deportivo, alejándolo muchas veces de su dimensión subjetiva y deseante. Es a partir de esto que el psicoanálisis ofrece espacios donde el deportista pueda ser escuchado desde otro lugar, más allá del rédito o los resultados conseguidos, como un sujeto atravesado por conflictos que deben ser puestos en palabras para tramitarse. Espacios de encuentro donde se habiliten las interrogaciones, se escenifiquen las pérdidas, se trabajen las frustraciones y, también, se construyan los soportes necesarios para el advenimiento de un futuro sin el deporte.

Sin embargo, el trabajo con el deportista es posible siempre y cuando se realice desde un abordaje integral e interdisciplinar, lo que reafirma la lectura desde la complejidad del atleta y todos aquellos condicionantes que marcan su trayectoria deportiva y subjetiva. Detrás de todo deportista, por sobre todo hay un sujeto y una historia que merecen ser escuchados.

Para concluir, es necesario destacar que el interrogante que ha orientado este escrito acerca de si es posible un desligamiento libidinal completo respecto un objeto que ha sido estructurante en gran parte de la vida del sujeto no ha llegado a una respuesta definitiva. Sin embargo, el recorrido ha permitido comprender que la tramitación de un duelo no implica necesariamente la eliminación total del vínculo con lo amado, por el contrario, es difícil pensar que ante la pérdida de un objeto tan importante, este no deje marcas en la historia. Por eso es que se sostiene que dicho proceso duelante puede permitir construir nuevas formas de vincularse con el deporte, donde este ya no sea el gran organizador de la vida pero sí que conserve el valor significativo en ella.

Referencias bibliográficas

- Faccendini, J. Zuliani, C. (2022). *Volver al duelo rueda*. Laborde.
- Freud, S. (1975a). Introducción al narcisismo. *Obras Completas: Tomo XIV* (pp. 65-98). Amorrortu.
- Freud, S. (1975b). Duelo y melancolía. *Obras Completas: Tomo XIV* (pp. 235-255). Amorrortu.
- Freud, S. (2022). El yo y el ello y otros escritos de metapsicología. *Obras Completas: Tomo XIX* (pp. 01-66). Amorrortu.
- Freud, S. (2023). Más allá del principio de placer. *Obras Completas: Tomo XVIII* (pp. 01-62). Amorrortu.
- Lacan, J. (2015). *El Seminario de Jacques Lacan: Libro 11: Los cuatro conceptos fundamentales del psicoanálisis*. Paidós.
- Lacan, J. (2021). *El Seminario de Jacques Lacan: Libro 10: La angustia*. Paidós.
- Lacayo, L. (2014). Implicancias psicológicas del retiro en deportistas de alto rendimiento: claves y desafíos en la adaptación al nuevo contexto vital. [Tesis de licenciatura, Universidad de Belgrano]. <http://repositorio.ub.edu.ar/handle/123456789/10868>
- Mendoza Llonto, P. (2019). La experiencia del retiro en deportistas de alta competencia en Lima [Tesis de licenciatura, Facultad de Psicología, Universidad de Lima]. <https://repositorio.ulima.edu.pe/handle/20.500.12724/8691>
- Posada, Z., Morales, J., Graciano, K., y Gallego, M. A. (2026). Salud mental y retiro deportivo en atletas: afectaciones y formas de abordaje. *Psicoespacios*, 20(36), 1-15. <https://revistas.iue.edu.co/index.php/Psicoespacios/article/view/1695>
- Roffé, M. (2019). *¿Y después del retiro qué?*. Lugar.
- Soler, J. F. (2024). Salud mental y deporte: el día después del retiro. [Trabajo integrador final, Facultad de Psicología, Universidad Nacional de Rosario] <https://rephip.unr.edu.ar/items/88df0243-e1f0-46e0-93ea-bb8f40e36a0c>