



Luchar hasta el final (en el deporte y en la vida)

Descripción

Una historia real (o casi)

Agosto de 2011. Pat Summitt mira a cámara y hace algo más difícil que ganar un campeonato, decir la verdad.

Tiene 59 años, ha ganado 1.098 partidos, ocho campeonatos NCAA y ha cambiado para siempre el baloncesto femenino universitario. Pero ahora el rival no lleva camiseta, no defiende en zona, no se cansa en el último cuarto. El rival está dentro. Los médicos de Mayo Clinic le han diagnosticado demencia de inicio temprano, tipo Alzheimer. Aun así, decide seguir entrenando una temporada más. No desde la negación, sino desde el coraje.

Pat no vendió épica barata. No dijo “voy a vencer siempre”. Dijo algo más humano, que iba a luchar.

En 2012 dejó el banquillo como entrenadora principal y pasó a ser head coach emeritus. Ese mismo año recibió la Presidential Medal of Freedom y el Arthur Ashe Courage Award. Murió en 2016, a los 64 años.

La grandeza de Summitt no está solo en haber ganado. Está en haber seguido siendo ella cuando la enfermedad empezó a quitarle partes de sí misma.

Introducción

Pat Summitt nos obliga a hablar de una verdad que no es nada agradable, la de que hay batallas que quizá no se pueden ganar, pero aun así deben pelearse. Y no porque luchar garantice la victoria, sino porque luchar puede proteger algo más profundo que el resultado, protege la dignidad, la identidad, el vínculo con los demás y el sentido de la propia vida.

Cuando hablamos de Alzheimer, cáncer, ELA u otras enfermedades duras, conviene evitar dos extremos. El primero es el derrotismo, el asumir que, como la enfermedad puede avanzar, ya no queda nada que hacer. El segundo es la positividad tóxica, que te lleva a convertir el sufrimiento en una obligación de sonreír. Ninguna de las dos opciones te ayuda.

La ciencia apunta a aceptar la realidad, sostener la autonomía posible, actuar según valores y apoyarse en relaciones significativas. La terapia de aceptación y compromiso, por ejemplo, no se basa en negar el dolor, sino en desarrollar flexibilidad psicológica, en poder actuar de acuerdo con lo que importa incluso cuando hay miedo, pérdida o incertidumbre. En enfermedades crónicas, las revisiones recientes señalan que este enfoque puede mejorar calidad de vida y síntomas psicológicos.

Pat Summitt hizo algo parecido desde el baloncesto. No eligió la enfermedad, pero sí eligió cómo sobrellevarla. Siguió entrenando una temporada, reorganizó su rol, permitió que Holly Warlick asumiera más responsabilidades y convirtió su diagnóstico en una causa pública.

En la empresa, esto tiene una traducción poderosa. Un líder enfermo no deja de ser líder por necesitar ayuda. Una persona vulnerable no pierde valor por tener límites. Una organización madura no se mide solo por cómo celebra el talento sano, rápido y productivo, sino por cómo acompaña a quien atraviesa una enfermedad, una pérdida o una fragilidad.

Y en lo personal, la lección es aún más directa. Luchar hasta el final no significa hacerlo todo como antes, significa seguir decidiendo lo que todavía puedes decidir.

Aceptar no es rendirse

El Alzheimer es una enfermedad neurodegenerativa que afecta de forma progresiva a la memoria, la cognición, la conducta y la autonomía funcional. La enfermedad de inicio temprano aparece antes de los 65 años, y en el caso de Summitt el diagnóstico llegó a los 59.



Aceptar un diagnóstico así no es un acto pasivo. Se convierte en una reorganización brutal del mapa mental.

El cerebro humano necesita previsibilidad para sentirse seguro. Cuando aparece una enfermedad grave, el futuro se rompe. Ya no hay calendario limpio, no hay certeza y ahí surge una primera batalla, no contra la enfermedad, sino contra el caos interno.

Pat Summitt no ocultó su diagnóstico. Al hacerlo público, convirtió una amenaza privada en una realidad compartida. Eso importa. La investigación sobre apoyo social y enfermedad crónica muestra que el apoyo percibido favorece la autogestión, la resiliencia psicológica y el empoderamiento en pacientes con enfermedades crónicas.

En términos empresariales, aceptar es mirar los datos, aunque duelan. Una organización que niega una crisis pierde tiempo. Una persona que niega una enfermedad pierde margen de adaptación. Aceptar permite rediseñar funciones, preparar relevos, ajustar expectativas y conservar energía.

En lo personal, aceptar puede significar decir “esto está pasando, no lo he elegido, no me gusta, pero voy a decidir qué hago con el día de hoy”. No cura la enfermedad, pero devuelve una parte de control. Y el control percibido, aunque sea pequeño, protege frente a la indefensión.

La pauta práctica es sencilla y se basa en separar lo que no depende de mí de lo que todavía sí. No depende de mí tener o no tener una enfermedad, pero sí puede depender de mí pedir ayuda, cumplir el tratamiento, cuidar mi sueño, moverme dentro de mis

posibilidades, ordenar mis papeles, hablar con mi gente, dejar instrucciones y seguir vinculado a lo que amo.

Pat Summitt no ganó al Alzheimer, pero durante un tiempo le negó una victoria inmediata, la de arrebatarle de golpe su identidad.

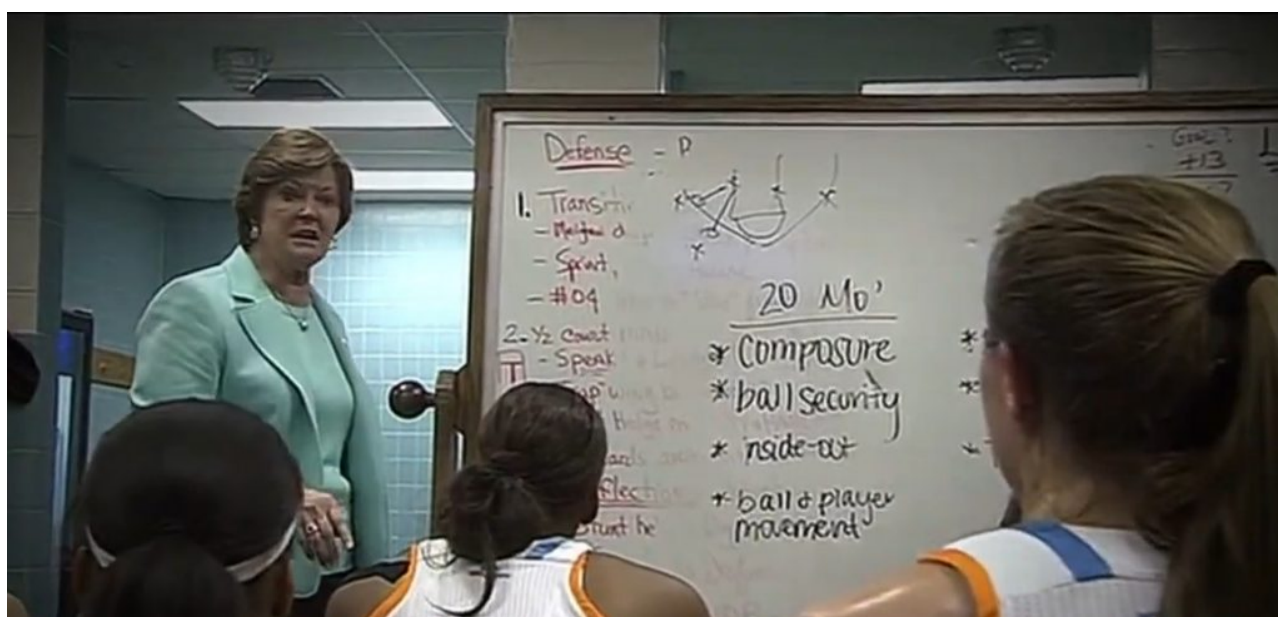
Seguir en el partido

Pat Summitt era entrenadora antes del diagnóstico y siguió siendo entrenadora después. Cambió su capacidad, cambió su rol, cambió su futuro, pero no desapareció su propósito.

La teoría de la autodeterminación de Ryan y Deci explica que la motivación humana se sostiene sobre tres necesidades psicológicas básicas, la autonomía, la competencia y la relación. Cuando una enfermedad amenaza esas tres áreas, la persona puede sentir que deja de ser quien era.

La autonomía se rompe con pensamientos como “ya no puedo decidir como antes”., la competencia con “ya no soy capaz” y la relación con “me van a mirar distinto”. Por eso es tan importante construir entornos que no reduzcan al enfermo a su diagnóstico.

Summitt siguió conectada con su equipo, no como antes, pero sí desde lo que aún podía aportar. Esa es una clave inmensa. Cuando no puedes hacer todo, hacer algo todavía importa. En enfermedades duras, el propósito no tiene que ser grandioso. Puede ser levantarse, acompañar a un hijo, escribir una carta, seguir yendo a la oficina unas horas, enseñar lo que sabes, ordenar tu legado o permitir que otros aprendan de tu lucha.



En la empresa, esto exige cambiar la mirada. No se trata solo de “adaptar el puesto” por obligación legal o reputacional, se trata de preservar identidad profesional. Una persona con cáncer, ELA, esclerosis múltiple, depresión grave o deterioro cognitivo inicial puede necesitar ajustes, pero también puede seguir aportando criterio, memoria institucional, cultura, mentoría y humanidad.

Una organización inteligente pregunta “¿qué necesitas para seguir siendo parte de esto de una forma sana?”. Una organización mediocre solo piensa “¿cuándo dejarás de producir igual que antes?”.

En la vida personal ocurre lo mismo. La enfermedad encoge el mundo, pero los valores pueden volver a abrirlo. Si ya no puedo correr, quizá puedo caminar. Si ya no puedo liderar desde la presencia diaria, quizá puedo liderar desde la conversación. Si ya no puedo cuidar como antes, quizá puedo dejarme cuidar sin sentir que he fracasado.

Luchar hasta el final no es conservar intacta la versión antigua de uno mismo, es proteger el hilo que une lo que fuiste, lo que eres y lo que todavía puedes entregar.

Vulnerabilidad, apoyo y liderazgo compartido

Una de las imágenes más poderosas de la última etapa de Summitt es que no luchó sola. Holly Warlick, asistente durante décadas, asumió más funciones en la temporada 2011-2012. El equipo tuvo que adaptarse a una nueva realidad en la que la líder seguía ahí, pero el liderazgo debía repartirse.



Eso es profundamente humano y profundamente empresarial. Muchas veces entendemos la fortaleza como autosuficiencia, pero en enfermedad grave, la autosuficiencia absoluta puede convertirse en trampa. Pedir ayuda no es perder autoridad, es ejercerla de otra manera.

Desde la neurociencia social sabemos que el ser humano regula mejor el estrés cuando se siente acompañado. La amenaza no desaparece, pero el sistema nervioso no la procesa igual cuando existe vínculo, apoyo y seguridad. En enfermedades crónicas y cáncer, la literatura sobre resiliencia muestra de forma consistente la importancia del apoyo social percibido para la adaptación psicológica y la calidad de vida.

Para la empresa, la lección es directa. Ningún proyecto crítico debería depender de una sola persona. No por desconfianza, sino por humanidad. Documentar, compartir conocimiento, crear segundos liderazgos y normalizar la ayuda no es burocracia, es resiliencia organizativa.

Para la familia, también. Cuando una persona enferma intenta proteger a todos ocultándolo todo, a veces aumenta la soledad y cuando el entorno intenta protegerla quitándole toda decisión, puede aumentar su sensación de pérdida. Acompañar bien es un equilibrio delicado de ayudar sin invadir, sostener sin infantilizar, estar sin convertir la enfermedad en el único tema.

Hay una recomendación práctica a tener en cuenta, la de crear un “equipo de apoyo” explícito. No solo emocional, también operativo. Quién acompaña a visitas médicas, quién gestiona papeles, quién escucha sin dar consejos, quién ayuda a mantener rutinas agradables, quién protege al cuidador principal. En enfermedad dura, la improvisación desgasta mientras que el sistema protege.

Pat Summitt había enseñado durante décadas que se gana con personas. Al final, esa frase dejó de ser una idea deportiva y se convirtió en una verdad vital.

Esperanza sin mentira

Hay una esperanza infantil que dice “todo saldrá bien”. Y hay una esperanza adulta que dice “aunque no salga como quiero, todavía puedo vivir con sentido”. La historia de Pat Summitt pertenece a la segunda.

El crecimiento postraumático es un concepto estudiado en psicología, especialmente en cáncer y otras experiencias límite. No significa que el trauma sea bueno ni que todos deban salir “mejorados” de una enfermedad. De hecho, algunos estudios advierten que el crecimiento postraumático puede ser complejo y no siempre equivale a menor sufrimiento. Pero sí existe evidencia de que encontrar significado puede asociarse a adaptación y crecimiento psicológico en contextos de enfermedad grave.

Ese matiz es esencial. No hay que exigir a nadie que sea inspirador mientras sufre. No hay que pedirle a una persona con cáncer que “sea positiva” todo el tiempo. No hay que convertir a quien tiene ELA o Alzheimer en símbolo antes de permitirle ser persona. El coraje no siempre grita. A veces es ir a una sesión de tratamiento, a veces es llorar y volver a intentarlo, a veces es decir “hoy no puedo”.

Pat Summitt transformó su diagnóstico en visibilidad, fundación y conciencia pública sobre el Alzheimer. Su legado no terminó en el banquillo. Continuó en la investigación, la sensibilización y la forma en que muchas personas entendieron la enfermedad.



En la empresa, esto nos invita a repensar el legado. No todo legado es facturación, crecimiento o premios, también es cultura. Cómo tratamos a alguien enfermo deja una marca profunda en todos los demás. Los equipos observan, aprenden si la organización cuida o descarta y aprenden si la vulnerabilidad se castiga o se acompaña.

En lo personal, el legado puede ser más íntimo, de conversaciones pendientes, valores transmitidos, recuerdos organizados, decisiones médicas compartidas o amor expresado a tiempo. La enfermedad nos recuerda algo que la vida sana suele ocultar, la de que nadie tiene garantizado el final del partido.

Por eso luchar hasta el final no es negar la derrota biológica, es impedir que la enfermedad defina toda la historia.

Conclusión

Pat Summitt no es una historia cómoda, es una historia amarga, dura y luminosa a la vez. Nos recuerda que incluso las personas más fuertes pueden enfermar. Que una mente extraordinaria también puede deteriorarse, que la disciplina, el éxito y el carácter no siempre bastan para vencer a la biología, pero también nos recuerda algo imprescindible: cuando no puedes elegir el rival, todavía puedes elegir la postura.

Luchar hasta el final no significa ganar siempre. Significa seguir habitando la vida con la mayor dignidad posible, aceptar ayuda sin sentirse menos, adaptar el rol sin perder

identidad, sostener valores cuando el cuerpo o el cerebro empiezan a fallar y comprender que la esperanza no siempre está en curarse, sino en no desaparecer antes de tiempo de la propia vida.

En el deporte, Pat Summitt enseñó a competir. En la enfermedad, enseñó algo más difícil, a seguir siendo persona cuando el marcador se pone en contra.

En la empresa, su historia nos obliga a construir organizaciones más humanas, capaces de proteger el talento cuando se vuelve vulnerable. En la vida personal, nos invita a hablar antes, cuidar mejor, pedir ayuda y entender que la fortaleza no consiste en no caer, sino en no quedarse solo en el suelo.

La enfermedad puede ganar terreno, puede cambiar rutinas, planes y capacidades y, a veces, incluso puede acabar derrotando al cuerpo, pero no siempre puede derrotar el sentido. Ta vez ahí está la última victoria que podemos lograr.

Referencias

- Almeida, M., Ramos, C., & Brito, J. (2022). Meaning in life, meaning-making and posttraumatic growth in cancer: A systematic review and meta-analysis. *Frontiers in Psychology*.
- Deci, E. L., & Ryan, R. M. (2000). The “what” and “why” of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior. *Psychological Inquiry*.
- Konstantinou, P., et al. (2023). Acceptance and commitment therapy for chronic health conditions: A systematic review and meta-analysis. *Journal of Contextual Behavioral Science*.
- Pat Summitt Foundation. (n.d.). *Pat's Legacy*.
- Ryan, R. M., & Deci, E. L. (2000). Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development and well-being. *American Psychologist*.
- Stern, Y. (2012). Cognitive reserve in ageing and Alzheimer's disease. *The Lancet Neurology*.
- Sumalla, E. C., Ochoa, C., & Blanco, I. (2009). Posttraumatic growth in cancer: Reality or illusion? *Clinical Psychology Review*.
- University of Tennessee Athletics. (n.d.). *Pat Summitt biography*.

Nota del autor

Las imágenes presentadas en este artículo han sido cuidadosamente seleccionadas a partir de partidos en vivo y grabaciones de libre difusión, con el objetivo de enriquecer el contenido y la comprensión del lector sobre los conceptos discutidos.

Este trabajo se realiza exclusivamente con fines de investigación y divulgación educativa, sin buscar ningún beneficio económico.

Se respeta plenamente la ley de derechos de autor, asegurando que el uso de dicho material se ajuste a las normativas de uso justo y contribuya positivamente al ámbito académico y público interesado en el estudio de la psicología en el deporte.

Si te ha gustado...



como esta en «De la Cancha a la Vida» de Editorial Sentir.

[Consíguelo aquí](#)