



Momentum emocional: todo fluye (en el deporte y en la empresa)

## Descripción

### Una historia real (o casi)

Indianápolis, 1987. Juegos Panamericanos. En el Market Square Arena, Estados Unidos jugaba contra Brasil la final de baloncesto.

En el banquillo norteamericano observaban el partido algunos jóvenes que pronto dominarían la NBA, entre ellos David Robinson, Danny Manning y Rex Chapman. No habían perdido nunca un oro Panamericano en casa.

Brasil comenzó dubitativo, con un 68-54 al descanso para los locales. El público ya celebraba la victoria estadounidense.

Pero, tras el descanso, surgió una figura imparable, la de Oscar Schmidt, el alero brasileño apodado *Mão Santa* (la Mano Santa). Oscar comenzó a encadenar triples imposibles, uno tras otro, con una mecánica rápida, casi automática. Cada acierto multiplicaba el ruido del público brasileño presente y silenciaba a los aficionados estadounidenses.

En la segunda parte, Oscar anotó 35 de sus 46 puntos totales. Brasil daba la vuelta al marcador y vencía 120-115. La selección estadounidense estaba atónita. Nunca antes habían vivido semejante avalancha.

Lo que ocurrió esa noche fue más que una racha. Fue un ejemplo perfecto de momentum, una sucesión de acciones que generan un estado emocional colectivo en el que todo parece posible para unos y todo parece derrumbarse para otros.

## Introducción

Oscar Schmidt Becerra nació en 1958 en Natal, Brasil. No tenía la espectacularidad atlética de las estrellas NBA, pero poseía un don, un tiro exterior tan preciso que lo convirtió en el máximo anotador de la historia del baloncesto FIBA, con más de 49.000 puntos en su carrera profesional.

Se negó a jugar en la NBA porque, en aquella época, eso implicaba renunciar a la selección nacional. Para Oscar, representar a Brasil era irrenunciable. Y fue con esa camiseta donde escribió las páginas más emocionantes de su historia.

Más allá de los números, Oscar fue el rey del momentum. Tenía la capacidad de encadenar rachas anotadoras que no solo sumaban puntos, sino que transformaban la psicología de todo un equipo, de un pabellón y de un país.

La ciencia del deporte y la psicología explican este fenómeno. El momentum emocional ocurre cuando una sucesión de éxitos activa el sistema de recompensa del cerebro (dopamina), sincroniza la energía colectiva y altera la percepción de control. Lo mismo que en un mercado bursátil, en una empresa o en una comunidad: una ola emocional puede cambiar el rumbo de todo.

En este artículo exploraremos cómo Oscar Schmidt encarnó el concepto de *momentum* en el baloncesto, qué nos dice la ciencia sobre este fenómeno de rachas emocionales colectivas y cómo puede trasladarse al ámbito profesional para diseñar dinámicas de equipo que potencien la confianza, la motivación y el rendimiento sostenido.

## El momentum como estado de flujo colectivo

Cuando Oscar Schmidt comenzaba a anotar en ráfaga, el efecto iba mucho más allá de su propio rendimiento. No era solo él entrando en “estado de flow”, sino que sus compañeros se contagiaban de esa confianza, el rival se desmoronaba y el público se transformaba en un motor emocional que empujaba cada lanzamiento.

Esto no era casualidad. Desde sus inicios en Italia, donde jugó para el Caserta en los años 80, Oscar desarrolló la capacidad de encender partidos completos con rachas anotadoras imparables.



Su estilo de juego era arriesgado, a menudo tomando tiros desde distancias poco ortodoxas, pero cuando entraba en ritmo, transmitía la sensación de que nada podía detenerlo. Ese fenómeno se veía amplificado con la selección brasileña, donde no solo representaba a un equipo, sino a todo un país. Cada canasta era percibida como un acto colectivo y cuando encadenaba varias seguidas, la percepción de control y de destino se alteraba. Brasil pasaba de víctima a verdugo en cuestión de minutos.

Incluso en su paso por el Forum Valladolid, en la Liga ACB, Oscar repetía la misma historia. Partidos que parecían tranquilos podían transformarse en cuestión de minutos cuando encadenaba tres o cuatro triples consecutivos. Sus rachas no solo lo mantenían como máximo anotador de la competición, sino que contagiaban a un club modesto con la sensación de poder competir contra gigantes como el Real Madrid o el Barcelona

La neurociencia explica este fenómeno. Los estados de sincronía emocional colectiva activan áreas del cerebro vinculadas a la cohesión y la cooperación (Konvalinka et al., 2011). En ese estado, la percepción de dificultad baja y la sensación de control sube. Cuando Oscar encestabá tres o cuatro triples consecutivos, sus compañeros defendían con más intensidad, los suplentes aplaudían de pie y el rival sentía que el aro se encogía.

En la empresa, ocurre lo mismo cuando un equipo encadena pequeños logros en poco tiempo: lanzar un producto, cerrar un contrato o resolver un problema crítico. Cada éxito libera dopamina, que refuerza la motivación y contagia a todo el grupo. Así como Oscar construía momentum con rachas de triples imposibles, los equipos profesionales pueden

generar su propio *flow colectivo* diseñando procesos que acumulen victorias rápidas, alimentando la moral y creando la sensación compartida de que “todo es posible”.

## El papel del líder como catalizador

Oscar Schmidt no siempre ganaba partidos solo, pero su capacidad de encender una racha era un recurso táctico y emocional que cambiaba el rumbo de cualquier encuentro. Era el catalizador, aquel que enciende la chispa que se convierte en incendio.

En Italia, jugando para el Caserta, se convirtió en un fenómeno precisamente por eso. El equipo podía estar atascado durante minutos, pero bastaba con que Oscar metiera un par de triples consecutivos para que la dinámica se transformara: sus compañeros levantaban la cabeza, el entrenador respiraba aliviado y el público explotaba de confianza.

Con Brasil ocurría lo mismo. En los Panamericanos de 1987 frente a Estados Unidos, Oscar lideró una remontada histórica anotando 35 puntos en la segunda parte. Su explosión no solo sumaba en el marcador, daba permiso emocional a todo el equipo para creer que era posible ganar.



En el modesto Pavia, un club sin grandes aspiraciones, Oscar asumió el rol de referente absoluto. Allí, cada vez que encendía la chispa con sus rachas anotadoras, todo el equipo se elevaba. Sus compañeros, muchos jóvenes sin experiencia internacional, encontraron en él un catalizador que les enseñaba que el talento individual podía transformarse en confianza colectiva.

La psicología organizacional lo explica bien. Los líderes catalizadores no siempre son los jefes formales, son aquellas personas que, con un gesto, un logro o una idea, introducen energía en el sistema en el momento crítico (Bass, 1990). Son quienes desbloquean la inercia colectiva.

En la empresa este fenómeno también se da. Un programador que resuelve un bug complejo que frenaba al equipo puede catalizar una ola de confianza en un departamento entero. Un comercial que cierra un contrato inesperado en un trimestre difícil puede cambiar el clima de todo un equipo de ventas. Y un líder que lanza una idea clara en medio de la confusión puede reorientar a todos hacia un nuevo horizonte.

Así como Oscar Schmidt usaba su puntería legendaria para iniciar una ola que sus compañeros y el público seguían, en el mundo laboral, los líderes catalizadores no necesariamente son quienes llevan el título más alto, sino quienes saben activar el momentum colectivo con acciones concretas y visibles en el momento adecuado.

## Cómo se diseña el momentum

El *momentum* no es un accidente ni depende solo de la inspiración del momento, se puede preparar. Y Oscar Schmidt lo sabía. Durante sus años en Italia, era habitual verlo quedarse en el pabellón hasta altas horas de la noche lanzando cientos de tiros desde todas las posiciones. Ese entrenamiento obsesivo era su forma de asegurarse que, cuando llegara el instante de máxima presión, su cuerpo reaccionara de manera automática.

Con la selección brasileña, Oscar llegaba a los entrenamientos mucho antes que el resto para practicar sus rutinas de tiro, convencido de que la repetición era la base invisible de sus rachas. Por eso, su éxito no se debía a golpes de suerte sino como consecuencia natural de miles de horas invertidas en preparar el terreno para que el *momentum* pudiera aparecer.



En su etapa final en Brasil, con Flamengo, Oscar mantenía las mismas rutinas que lo habían acompañado en Europa. Llegaba antes que nadie, lanzaba hasta la extenuación y luego levantaba los brazos tras cada triple. Sus jóvenes compañeros lo recuerdan como un ejemplo de preparación invisible. Aunque ya no era el más rápido ni el más fuerte, su disciplina aseguraba que el *momentum* podía aparecer en cualquier partido.

La ciencia del aprendizaje confirma esta idea. Los psicólogos Bjork & Bjork (2011) llaman “error productivo” a exponerse a entrenamientos exigentes, con fallos controlados, para que el cerebro aprenda a encontrar soluciones y consolide patrones más sólidos. Esa preparación deliberada hace que, en el partido real, la respuesta sea automática y eficaz.

En la empresa, el *momentum* no surge por casualidad, se puede diseñar. Y esto puede lograrse de la siguiente manera:

- Hitos intermedios: dividir proyectos grandes en logros visibles y celebrarlos, como Oscar levantaba los brazos tras cada triple para reforzar la ola emocional.
- Reconocimiento rápido: mostrar al equipo que cada paso adelante cuenta.
- Rituales de progreso: reuniones breves, tableros de métricas o señales visibles que indiquen que se avanza.

Un equipo que experimenta victorias pequeñas de forma constante acumula confianza y energía, igual que Oscar acumulaba confianza con cada lanzamiento repetido en sus interminables entrenamientos.

## Conclusión

La carrera de Oscar Schmidt demuestra que el *momentum* no es un capricho del destino, sino un fenómeno que se puede encender, contagiar y sostener. Su legado no se explica solo por los 49.000 puntos anotados ni por las noches históricas con Brasil o con el Caserta, sino por su capacidad de convertir rachas individuales en olas emocionales colectivas.

El *momentum* es la suma de preparación, confianza y contagio emocional. Cuando Oscar entraba en ritmo, no solo anotaba, también transformaba la percepción del juego, hacía creer a sus compañeros que todo era posible y transmitía a los rivales la sensación de que todo se derrumbaba.

La ciencia lo respalda: las rachas positivas activan circuitos de dopamina, sincronizan emocionalmente a los grupos y alteran la percepción de control.

En contextos de alta presión, esta ola colectiva es decisiva. En el mundo de la empresa, la enseñanza es clara:

- El momentum no se espera, se diseña. Se construye con hitos intermedios, reconocimiento inmediato y rituales que refuercen el progreso.
- El líder catalizador no siempre es el jefe formal. Puede ser cualquier persona que, con un logro clave, active la confianza colectiva.
- El entrenamiento y la preparación son invisibles, pero esenciales. Así como Oscar lanzaba miles de tiros para estar listo en el momento decisivo, los equipos deben practicar y ensayar para que, en el instante de máxima presión, la ejecución sea automática.

Oscar Schmidt Becerra fue el rey del momentum y su historia muestra que lo que ocurre en una cancha de baloncesto se refleja también en oficinas, startups o grandes corporaciones: cuando un equipo entra en racha, la energía se multiplica y los límites se expanden.

## Referencias

---

- Bass, B. M. (1990). From transactional to transformational leadership: Learning to share the vision. *Organizational Dynamics*, 18(3), 19–31.  
[https://doi.org/10.1016/0090-2616\(90\)90061-S](https://doi.org/10.1016/0090-2616(90)90061-S)
- Bjork, R. A., & Bjork, E. L. (2011). Making things hard on yourself, but in a good way: Creating desirable difficulties to enhance learning. *Psychology and the Real World: Essays Illustrating Fundamental Contributions to Society*, 56–64.
- Flavell, J. H. (1979). Metacognition and cognitive monitoring: A new area of cognitive–developmental inquiry. *American Psychologist*, 34(10), 906–911.  
<https://doi.org/10.1037/0003-066X.34.10.906>
- Graybiel, A. M. (2008). Habits, rituals, and the evaluative brain. *Annual Review of Neuroscience*, 31(1), 359–387.  
<https://doi.org/10.1146/annurev.neuro.29.051605.112851>
- Konvalinka, I., Xygalatas, D., Bulbulia, J., Schjødt, U., Jegindø, E. M., Wallot, S., ... & Roepstorff, A. (2011). Synchronized arousal between performers and related spectators in a fire-walking ritual. *Proceedings of the National Academy of Sciences*, 108(20), 8514–8519. <https://doi.org/10.1073/pnas.1016955108>
- Lieberman, M. D. (2013). *Social: Why our brains are wired to connect*. Crown Publishing.
- Zaccaro, A., Piarulli, A., Laurino, M., Garbella, E., Menicucci, D., Neri, B., & Gemignani, A. (2018). How breath-control can change your life: A systematic review on psychophysiological correlates of slow breathing. *Frontiers in Human Neuroscience*, 12, 353.  
<https://doi.org/10.3389/fnhum.2018.00353>

## 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.