

Vivir y sentir el deporte: el fanatismo a través del lente psicológico

Living and feeling sport: Fanaticism through a Psychological lens

Edgardo F. Lasso F.^{1} 

¹Escuela de Psicología, Facultad de Ciencias sociales, Universidad Santa María la Antigua.

*Autor por correspondencia: Edgardo Lasso, lassoedgardo09@gmail.com

Recibido: 21 de julio de 2025

Aceptado: 31 de octubre de 2025

Resumen

El deporte en la actualidad juega un rol imprescindible en la identidad tanto individual como colectiva de las personas. A través de este ensayo se busca analizar desde distintas corrientes psicológicas cómo se da el fanatismo deportivo y las influencias que tiene desde un punto de vista individualizado y un punto de vista más colectivo en comunidades, ciudades o incluso países. Se exploran las principales corrientes incluyendo el psicoanálisis, humanismo, sistémico, ecológico y social que tratan de explicar este fenómeno muy presente en la actualidad. Se realiza una revisión de literatura incluyendo bibliografía, artículos científicos y otras publicaciones digitales para la recolección e integración de la información. Como conclusión, el fanatismo deportivo genera sentimientos de pertenencia, aceptación y compromiso que generan que el individuo se sienta identificado y parte de una comunidad en conjunto con los demás fanáticos de ese equipo. Además de los beneficios individuales, también se encuentran los beneficios colectivos en la salud mental de comunidades o ciudades, que a través del fanatismo deportivo encuentran una fuente de resiliencia y esperanza como mecanismo de afrontamiento. Se promueve la realización de más estudios y escritos de este estilo, añadiendo enfoques que se centren en dimensiones distintas como efectos del fanatismo en la terapia o el impacto socioeconómico del deporte en un país.

Palabras clave: fanatismo deportivo; identidad deportiva; Psicología del deporte; Teoría de la identidad social; Cultura deportiva.

Abstract

Sports nowadays play an essential role in the individual and collective identity of people. Through this essay we seek to analyze from different psychological currents how sports fanaticism occurs and the influences it has from an individualized point of view and a more collective point of view in communities, cities or even countries. The main currents are explored including psychoanalysis, humanism, systemic, ecological and social that try to explain this phenomenon very present nowadays. A literature review is carried out including bibliography, scientific articles and other digital publications for the collection and integration of information. As a conclusion, sports fanaticism generates feelings of belonging, acceptance and commitment that make the individual feel identified and part of a community together with other fans of that team. In addition to the individual benefits, there are also collective benefits in the mental health of communities or cities, which through sports fanaticism find a source of resilience and hope as a coping mechanism. More studies and writings of this style are encouraged, adding approaches that focus on different dimensions such as the effects of fanaticism on therapy or the socioeconomic impact of sport in a country.

Keywords: sport fanaticism; sports identity; sports psychology; Social Identity Theory; sports culture.

Introducción

Diversos estudios han aportado hallazgos sobre la gran cantidad de beneficios en la salud integrar que brinda el practicar un deporte; tanto en la salud física (prevención en riesgos cardiovasculares, obesidad, osteoporosis, cáncer y otras necesidades biofísicas) como en la salud mental: mejora las capacidades cognitivas, habilidades sociales, autoconcepto, resiliencia y reducción de enfermedades degenerativas como la demencia y la enfermedad de Alzheimer (Barbosa Granados & Urrea Cuéllar, 2018; Clotilde et al., 2019).

Sin embargo, los beneficios del deporte no son exclusivos para los que los practican, sino que también incluyen a quienes lo ven como una fuente de entretenimiento. El término fanatismo deportivo ha sido definido por variedad de estudios a lo largo de los años. Autores como Bousquet (2010) y Wann et al. (2001) definen el término como la conducta de un individuo que demuestra pasión y compromiso para un equipo deportivo definido que surgen a partir de la necesidad del individuo por desarrollar un sentimiento de pertenencia social y una autoestima a través de la filiación a un grupo. Este fenómeno se intensifica debido a la capacidad del deporte de evocar emociones intensas, como alegría, orgullo, frustración o incluso agresividad (Madrigal, 1995).

Más que una forma de entretenimiento, el deporte es una cultura e incluso podría llegar a considerarse parte de la identidad de cualquier país. Pero ¿qué genera que alguien se vuelva fan de un equipo deportivo? ¿es algo repentino o progresivo? ¿cómo eso influye en la identidad de las personas? Estas son algunas interrogantes que ha intentado responder la psicología. A lo largo de este escrito se tratará de explicar este fenómeno del fanatismo deportivo desde distintas corrientes psicológicas como el psicoanálisis, teoría sistémica y la psicología social.

1. Identificación deportiva y psicoanálisis

La corriente del psicoanálisis planteado por Sigmund Freud busca explorar y entender los procesos inconscientes de la mente y como éstos influyen en el comportamiento humano. Una de las principales premisas que propone Freud es que la mente humana está compuesta por tres componentes: el Ello (contenido inconsciente y reprimido), el Yo (poseedor del sentido de identidad de la persona y componente más racional) y el Superyó (sistema moral internalizado).

Por ejemplo, Juan es un fanático apasionado del equipo de fútbol del Barcelona y ve en la calle a otro aficionado con la camiseta del Real Madrid. El Ello de Juan tendría deseos como “voy a ir golpearlo, no me importan las consecuencias”; el Yo pensaría “¿en verdad quiero pegarle solo por ser del equipo rival?”; y, por último, el Superyó actuaría como una conciencia moral que establece lo correcto y lo incorrecto: “No debería pegarle a la gente por tener una opinión diferente a la mía”.

Otro concepto importante en la teoría de Freud es la identificación. Ésta la define como el acto o proceso de asemejarse a algo o alguien en uno o varios aspectos del pensamiento o conducta. Este determinado proceso juega un rol imprescindible en el desarrollo de un Yo sano, principalmente en la infancia y adolescencia, ya que genera que el individuo adopte distintas herramientas de sus modelos a seguir que consecuentemente, se volverán parte de su identidad. Este proceso se ve en su máximo esplendor cuando se observan niños, adolescentes e incluso adultos actuando y replicando a sus atletas favoritos o diciendo frases como “Soy Messi”, “Tiro a la canasta como Curry”, “Celebro como Cristiano Ronaldo”. Conductas de este estilo o vestir camisetas con los nombres en la espalda de estos atletas de élite, el psicoanálisis lo interpreta como una manera de querer adoptar características de ellos como su valentía, creatividad, fama, carisma, entre otras.

Siguiendo la misma línea, Freud propone el concepto de “*sublimación*”, también muy asociable al contexto del fanatismo deportivo. En pocas palabras, la define la sublimación como un mecanismo de defensa de la mente que adecúa y satisface deseos e impulsos a una forma socialmente aceptada. Por ejemplo: Carlos recientemente fue despedido de su trabajo y está teniendo problemas en casa con su pareja, lo que está causando en él excesiva ira y agresividad. Carlos va al estadio a apoyar a su equipo y durante todo el partido se dedica a gritarle insultos a los jugadores y los aficionados del otro equipo. De esta manera Carlos puede liberar toda la rabia internalizada por las adversidades que está pasando, libre de juicios ni recriminaciones, ya que en el contexto del fanatismo deportivo es más que aceptado socialmente el hecho de insultar al equipo rival.

2. Corriente sistémica: “Sin la existencia de un nosotros, nuestra vida está vacía”

- Jorge Bucay, 2002

La corriente sistémica percibe al individuo como un producto de los “sistemas” a los que pertenece, el sistema siendo su grupo familiar, de amigos y de las demás relaciones interpersonales de su día a día. Esta teoría propone 3 principales componentes:

- **Totalidad:** Siendo el “todo” mayor que simplemente la suma de sus partes. Es decir, pone énfasis en todas las cualidades que resultan de la interacción de los diversos elementos del sistema. Por ejemplo: si un equipo tiene 1000 fanáticos, no son simplemente 1000 fanáticos sino también la interacción recíproca entre cada uno de ellos.
- **Causalidad circular:** Existen diversos factores causales, y cada acción y reacción cambia con la naturaleza del contexto. Por ejemplo, ante un mismo acontecimiento, varios miembros de un grupo reaccionan de forma diferente, modificando la situación final. En otras palabras, el comportamiento de un individuo influye en las acciones de otros; así como las acciones de los demás influyen en la conducta del individuo.
- **Comunicación:** Paul Watzlawick fue otro de los grandes exponentes de la psicología sistémica. La comunicación se vuelve un componente clave a la hora de estar presente en todas las relaciones interpersonales del individuo.

Uno de los principales autores de la corriente sistémica fue Selvini Palazzoli, quien propuso el concepto de “Mitología”. La mitología abarcaría creencias compartidas y las narrativas que los sistemas, en este caso fanáticos de un club, construyen sobre sí mismos y que influyen en su funcionamiento. La principal función del pensamiento mitológico es que actúe como un mecanismo de supervivencia a las generaciones venideras mediante acciones o rituales que le ayuden a trascender una vez haya muerto; como un estilo de legado.

Como aspecto importante de la mitología, están los símbolos que representan los colores, filosofía, escudos y demás componentes de un club, en este caso, que generan un sentimiento de pertenencia e identidad en su gente. Estos símbolos no pueden enunciarse explícitamente, ya que su cualidad esencial cobra vida a partir de asociaciones interrelacionadas con sutileza, reuniendo aquellas significaciones de porqué llevamos a cabo la mitología y añade un componente de unión semántica al pasado (Wheelwright, 1962). Por ejemplo: el Fútbol Club de Barcelona está caracterizado por símbolos como su escudo, los colores azulgranas y por lemas como “més que un club” (más que un club en catalán) que forman parte de la identidad de la fanática del club. Son símbolos que se dificultan explicar verbalmente el por qué generan identificación y pertenencia específicamente en sus aficionados.

3. La identidad social: “Ganamos el partido”

La psicología social es la ciencia que estudia la forma en que las situaciones influyen sobre nosotros, en especial el modo en que las personas se perciben y afectan entre sí. De manera más precisa, es el estudio científico de cómo las personas piensan unas de otras y de la forma en que se influyen unas sobre otras y se relacionan entre sí.

Henry Tajfel planteó la Teoría de la Identidad Social (*SIT*, por sus siglas en inglés) en donde afirma, al igual que las teorías ya mencionadas, que un individuo pertenece a ciertos grupos o categorías sociales aportan aspectos cruciales de su identidad. En esta teoría se postuló la “tendencia individual a la consecución de la autoestima positiva” la cual se consigue a partir del sesgo de atribuir cualidades de positivas y superioridad en el endogrupo (p.e. fanáticos del FC Barcelona) y atribuir cualidades negativas en el exogrupo (p.e. fanáticos del Real Madrid que representarían la fanática del Barcelona). A través de esta constante comparación social de “nosotros somos mejores que ellos” se maximiza el nivel de diferenciación entre el endogrupo y el exogrupo del individuo llegando al punto de caer en prejuicios y discriminación.

Una de las maneras de generar este sentimiento de superioridad en el ámbito deportivo suele basarse en quién tiene más campeonatos: “Los Yankees somos el mejor equipo de béisbol” o en enfrentamientos directos: “Siempre que jugamos partidos contra ustedes, les ganamos, somos mejores”.

Sin embargo, el contexto cambia cuando en lugar de hablar de competiciones entre clubes se trasciende a torneos como los Juegos Olímpicos o los Mundiales de Fútbol, donde no apoyas para que tu equipo gane sino para que tu país gane. Aquí el endogrupo previamente establecido exclusivamente a los fans de un club, se amplía y se convierte de 2 fanaticadas de equipos brasileños compitiendo entre sí a una unión de todos los fans brasileños en contra de los argentinos, por ejemplo. Todas estas barreras sociales construidas, incluyendo prejuicios y discriminación, se desaparecen única y exclusivamente el mes que duran estos torneos deportivos de países. Esto se genera a partir de que el sentimiento de patriotismo y orgullo nacional de cada ciudadano trasciende en el apoyo compartido por los atletas que están representando a toda una nación.

Al igual que en la vida, no todo en el deporte son alegrías, no obstante, las derrotas deportivas también aportan sus beneficios en la salud mental. Diversos estudios (Branscombe, 1990; Turner & cols., 1984) han encontrado hallazgos que estos fracasos de los equipos no disminuyen el sentimiento de identificación, sino que lo mantienen o incluso aumentan por justificaciones como “yo no los apoyo porque sean buenos, sino porque son míos y una parte de mí”. A lo largo de la vida, los seres humanos pueden sufrir distintas derrotas como reprobar una materia, perder un trabajo, una ruptura amorosa o perder una persona, etc. Compartir esta característica con su equipo genera que se sientan aún más identificados y comprometidos con ellos, llegando a la idea de “si ellos superar esa dolorosa derrota, ¿por qué yo no?”

Esto se puede ver en su máxima expresión en casos como los de la ciudad de New Orleans en Estados Unidos o la ciudad de Wrexham. El equipo de fútbol americano de New Orleans consiguió el campeonato de la NFL, el Super Bowl, en el año 2009, sin embargo, ese triunfo simbolizaba más que algo deportivo para sus ciudadanos. New Orleans fue uno de los principales afectados por el huracán Katrina en el 2005, alrededor de 1390 muertos y aproximadamente el 80% de la ciudad terminó sumergida. Caso similar a la ciudad de Wrexham en Gales, enfrentó una crisis económica y social derivada de la desindustrialización que afectó gran parte del Reino Unido desde finales del siglo XX, lo que llevó a la pérdida de empleos, el aumento del desempleo y un impacto negativo en las comunidades locales. Wrexham, al igual que New Orleans, tuvo éxitos en el ámbito deportivo, en su caso en el fútbol. Éxitos que trascendían más allá de algo únicamente deportivo, sino que representan un sentimiento de esperanza de que “juntos iban a salir de esta”.

Conclusiones

A lo largo de este escrito, se han mostrado la influencia que puede tener el fanatismo deportivo no únicamente en un solo individuo, sino también efectos que puede tener en la comunidad, ciudad o incluso un país entero. En conclusión, se podría decir que el fanatismo aporta sentimientos de pertenencia, apoyo mutuo, reciprocidad y valores que promueven el desarrollo de una autoestima más saludable. Individualmente, ese sentimiento de identificación ayuda a que una persona adopte a su día a día cualidades de ese atleta o jugador, como confianza, valentía o calidez; hasta el punto de ser internalizadas y formar parte de su propia personalidad. Se explicó del punto de vista sistémico la importancia de las relaciones interpersonales (amistades, familias, trabajo, universidad, entre otros), y los entornos tanto directos como indirectos que interactúan recíprocamente con cada fanático. De la misma manera, el deporte representa un mecanismo de sublimación o una “válvula de escape” que ayude a una persona o toda una comunidad a escapar de su dura realidad y, a través de su equipo, encontrar fuentes de resiliencia y esperanza a seguir adelante en la vida.

Este escrito no está exento de limitaciones, entre ellas se encuentra el uso de literatura limitada y globalizada, generando que no se consiga la suficiente especificidad enfocada a la región en la que se encuentra Panamá, la Latinoamericana. Se insta a que se siga la realización de estudios y escritos de este estilo, a la vez que se integren enfoques distintos como uno más centrado en los beneficios terapéuticos del fanatismo deportivo o más a profundidad de las influencias en el estatus socioeconómico del deporte en los países.

Referencias

- Barbosa Granados, S. H., & Urrea Cuéllar, Á. M. (2018). Influencia del deporte y la actividad física en el estado de salud físico y mental: una revisión bibliográfica. KATHARSIS.
- Clotilde, R., Aquino, C., Fanning Balarezo, M. M., Mercedes, N., Requejo, M., Ángela, G., Díaz, D., Milagros, Y., Yarlaqué, O., & Cayaca Díaz, M. E. (2019). Importancia De La Actividad Física En El Bienestar De La

- Persona Adulta: Revisión Sistémica Cualitativa Importance Of Physical Activity In The Welfare Of The Adult: Qualitative System Review. *Ser, Saber y Hacer de Enfermería Revista Científica*.
- Bousquet, J. (2010). Hacia un acercamiento más contemporáneo del fanatismo deportivo. *Revista EAN*, (69), 176-183.
- Wann et al. Sport Fans: The Psychology and Social Impact of Spectatorship.
- Movida Hispana. (2023, octubre 31). La huella latina: Influencias hispanas en los deportes practicados en EE. UU.. Movida Hispana. <https://movidahispana.com/la-huella-latina-influencias-hispanas-en-los-deportes-practicados-en-ee-uu/>
- Statista. (2023, septiembre 25). Los 25 millones de aficionados de LaLiga: ¿qué piensan y de qué equipo son? Statista. https://es.statista.com/prensa/p/los_25_millones_de_aficionados_de_laliga_que_piensan_y_de_que_equipo_son/
- Riveros, E. La psicología humanista: sus orígenes y su significado en el mundo de la psicoterapia a medio siglo de existencia. *Ajayu. Órgano de Difusión Científica del Departamento de Psicología de la Universidad Católica Boliviana "San Pablo"*, vol. 12, núm. 2, agosto, 2014, pp. 135-186
- Freud, S. (1925). *Obras completas (Tomo XIX): El yo y el ello y otras obras (1923-1925)*. Editorial.
- Yalom, I. (2021). *Existential Psychotherapy*.
- Cohn, H. W. (2019). *Existential Thought and Therapeutic Practice: An Introduction to Existential*
- Sánchez, A. J. G. (2009). Un acercamiento sistémico a la psicología del deporte. *Informació psicològica*, (95), 87-96.
- Uwe Grau; Jens Möller; Johann Ingi Gunnarsson. (1988). A New Concept of Counselling: A Systemic Approach for Counselling Coaches in Team Sports., 37(1), 65–83. doi:10.1111/j.1464-05971988.tb01126.
- Calhoun, J. W., Herring, K. M., & Iadevito, T. L. (2005). Systemic issues involved in working with professional sports teams. *Clinics in sports medicine*, 24(4), 929-942.
- Pablo Álvarez Carneros. (2015, junio 2). La Teoría Ecológica de Urie Bronfenbrenner. *Portal Psicología y Mente*. <https://psicologiymente.com/desarrollo/teoria-ecologica-bronfenbrenner>
- Virtual HQ. (s.f.). How Wrexham Football Club Has Boosted The Welsh Economy. Recuperado el 24 de noviembre de 2024, de <https://www.virtual-headquarters.com>
- ESPN. (2023). Ryan Reynolds and Rob McElhenney: How two Hollywood stars turned Wrexham into a global sensation. Recuperado el 24 de noviembre de 2024, de <https://www.espn.com>
- World Vision. (s.f.). 2005 Hurricane Katrina facts. Recuperado el 24 de noviembre de 2024, de <https://www.worldvision.org/disaster-relief-news-stories/2005-hurricane-katrina-facts>
- Wann DL, Branscombe NR. Die-hard and fair-weather fans: Effects of identification on BIRGing and CORFing tendencies. *J Sport Soc Issues*. 1990;14(2):103-17. doi:10.1177/019372359001400203
- Gay S. Welcome to the home of the big "G": Green Bay Packers #1 tailgate. 2014. <http://www.thebigg.info/>. Retrieved 2014.
- Hausser JA, Kattenstroth M, van Dick R, et al. "We" are not stressed: Social identity in groups buffers neuroendocrine stress reactions. *J Exp Soc Psychol*. 2012;48(4):973-7. doi: 10.1016/J.Jesp.2012.02.020.
- Lavallee, D. (2015). A social identity approach to sport psychology [PDF]. Recuperado de https://rke.abertay.ac.uk/ws/portalfiles/portal/14300683/Lavallee_ASocialIdentityApproachToSportPsychology_Author_2015.pdf