



UNIVERSIDAD
DE LA REPÚBLICA
URUGUAY



Facultad de
Psicología
UNIVERSIDAD DE LA REPÚBLICA

Lo que pasa en la cancha, ¿queda en la cancha?
Manifestaciones de racismo en el fútbol uruguayo.

Trabajo Final de Grado
Modalidad: Ensayo Académico.

Natalia Valentina Benitez Gomez

CI: 5.047.882-9

Tutora: Prof. Adj. Dra. Karina Boggio

Co-tutora: Prof. Adj. Lic. Ana Karina Moreira

Montevideo, Uruguay.

Octubre, 2025.

Índice

Introducción.....	3
1.Fútbol, nación y raza.....	6
2.Masculinidades hegemónicas en el deporte: quién puede ser varón y cómo.....	8
3. Racismo estructural y violencia simbólica: lo que se dice y no se nombra.....	11
4.“Lo que pasa en la cancha queda en la cancha”: el silenciamiento como pacto social....	15
5.Subjetividades afro y agencia: entre el estigma y la resistencia.....	16
6.Psicología y Descolonización: Racismo, Subjetividad y Blanquitud.....	19
Hacia una transformación posible: el rol de la psicología en la desnaturalización.....	22
Referencias bibliográficas.....	25

Introducción.

El estudio del racismo como objeto de análisis es relativamente reciente en la Facultad de Psicología de la Universidad de la República, así como en el ámbito regional y global. En el año 2023, para mi práctica de Ciclo de Graduación, fui parte de el Servicio Especializado en Atención Psicológica a Personas Víctimas de Discriminación Racial (SEADR), en el marco del convenio entre el Municipio B de la Intendencia de Montevideo y nuestra casa de estudios. Este servicio, pionero en América Latina, brinda asistencia psicológica a la población afrodescendiente, con el objetivo de ofrecer una atención integral basada en un enfoque de derechos humanos y una perspectiva interseccional, garantizando el reconocimiento y respeto por la diversidad racial de los usuarios. En este contexto, participé de manera directa en psicoterapia individual focal y en dispositivos grupales de talleres.

En Julio del 2024, asistí al taller "Contra el racismo y la xenofobia desde las tribunas", realizado en el Museo de las Migraciones durante el Mes de la Afrodescendencia. El objetivo del taller era concientizar y prevenir gestos racistas en los estadios. Fue dirigido por el abogado especialista en derechos humanos Oscar López Goldaracena, con la participación de los antropólogos Rafael Bruno y Valentina Febrero. Fue organizado tras la detección de gestos racistas de un menor hacia los jugadores contrarios durante un partido entre Nacional (Uruguay) e Internacional (Brasil), lo que resultó en una sanción económica de Conmebol al club uruguayo. La institución uruguaya adoptó medidas disciplinarias contra el menor y su padre, ambos socios del club, y consideró la posibilidad de realizar una demanda económica. El abogado López, defensor del padre, se comprometió a promover la no discriminación y a demostrar arrepentimiento.

El impacto de dicho taller fue tal que este año, los antropólogos mencionados anteriormente dictaron el curso de formación permanente en el Instituto Superior de Educación Física titulado "Violencias, racismo y xenofobia en el deporte uruguayo: Aportes desde la antropología", curso en el que tuve la grata oportunidad de participar.

Entendiendo que el racismo en el fútbol no es un fenómeno aislado, sino estructural, con implicancias sociales y subjetivas que alcanzan no solo a jugadores, sino también a hinchas e instituciones. Mi participación en estos antecedentes y el deseo de formarme como especialista en psicología del deporte y la actividad física, devienen en el desarrollo de este trabajo. Teniendo presente que lo hago desde mi lugar de mujer blanca, fanática del fútbol e

hincha de uno de los cuadros más grandes del país, repensando cómo participo de los espacios deportivos y de los académicos, para deconstruir lo aprendido, tanto en la cancha como en el aula, invitando a todo aquel que lea este trabajo, a hacer lo mismo desde su lugar.

Destacar que al hablar de raza, me refiero a la misma como un concepto social, sin fundamento biológico. De acuerdo a los aportes de Lia Vanier (2022) responde a una teorización blanca europea a partir del siglo XVI dado su encuentro con la diversidad humana en los continentes, consolidándose científicamente en el siglo XIX. Esta teoría afirma que los seres humanos somos distintos biológica y genéticamente, deviniendo en una jerarquía que nos coloca a las personas blancas como superiores tanto intelectualmente, como estética y moralmente, esta categoría no tendría lugar si no existiese la dominación racial.

El racismo constituye una de las problemáticas sociales más complejas y profundamente arraigadas en diversas esferas de la vida cotidiana, entre las cuales se encuentra el deporte. En nuestro país, el deporte ha ocupado históricamente un espacio de gran visibilidad, siendo el fútbol uno de los componentes más significativos de la identidad nacional, a través del cual se refleja la diversidad racial, social y cultural. Sin embargo, a pesar de esta visibilidad, también ha sido un espacio donde se reproducen y naturalizan dinámicas de exclusión y discriminación.

¿Qué se entiende por racismo en este trabajo? cito aquí a La Convención Interamericana contra el Racismo, la Discriminación Racial y Formas Conexas de Intolerancia, la cual define el racismo como “cualquier teoría, doctrina, ideología o conjunto de ideas que enuncian un vínculo causal entre las características fenotípicas o genotípicas de individuos o grupos y sus rasgos intelectuales, culturales y de personalidad, incluido el falso concepto de la superioridad racial”. (2016) (Cap.1 Artículo I)

La comprensión de esta problemática y las formas en que se manifiesta localmente, es fundamental para la ampliación de la conciencia, tanto de los que sufren como de los que operan de una manera racista. Siguiendo el análisis de Esther Pineda (2018) sobre los efectos psicosociales del racismo, los afrodescendientes experimentan distintos efectos y estados psicoemocionales, algunos a corto plazo, mientras que otros persisten a mediano y largo plazo; entre ellos es posible considerar: estrés, inseguridad, ansiedad, aislamiento, desconfianza, sensación de no pertenecer, dificultades y temor de hablar en público,

minimización de la presencia, depresión, infravaloración personal y de su grupo social, el desarrollo de una personalidad retraída, extrovertida y solitaria; síndrome de pánico ante situaciones de interacción o evaluación social, la vulneración y resquebrajamiento de la identidad, endorracismo, la internalización de las ideas de la inferioridad y la hipersexualización, y, en casos extremos, el suicidio (Pineda, 2018, p.61)

El concepto de interseccionalidad (Symington, 2004) es fundamental para comprender cómo el racismo en el fútbol no se limita a una sola dimensión, sino que se cruza con otras categorías sociales, como el género, la clase y la cultura. Un enfoque interseccional nos permite analizar cómo las experiencias de los jugadores afrodescendientes no son homogéneas y cómo se configuran a partir de la interrelación de múltiples formas de opresión y privilegio. La interseccionalidad es, por tanto, una herramienta analítica crucial para entender cómo el fútbol se convierte en un espacio donde las masculinidades hegemónicas se entrelazan con el racismo estructural, creando dinámicas de poder que afectan profundamente la salud mental de los jugadores y la cultura del deporte en general.

El racismo no es exclusivo de Uruguay, a nivel internacional, varios episodios han puesto el tema en la agenda pública, en 27 de Abril del 2014, el jugador brasileño Dani Alves reaccionó comiéndose una banana que fue tirada desde la tribuna por un hincha del Villareal, este gesto generó repercusión global sobre la banalización del racismo en el fútbol europeo. Más recientemente y en múltiples ocasiones, el futbolista brasileño Vinícius Jr. denunció episodios de insultos racistas en España, visibilizando la persistencia del problema incluso en ligas de élite. Estos casos muestran que el racismo en el fútbol no es un fenómeno aislado, sino parte de una estructura social más amplia que atraviesa fronteras y contextos culturales.

En este ensayo se pretende explorar cómo el fútbol uruguayo funciona como un espacio de reproducción de normas y valores sociales que refuerzan jerarquías raciales, especialmente la tensión entre masculinidades hegemónicas y racismo naturalizado, y las implicancias que esta dinámica tiene en la salud mental de los jugadores. También profundizar en cómo la psicología puede ofrecer herramientas para identificar y transformar conductas racistas, promoviendo un deporte inclusivo, equitativo y respetuoso que favorezca la transformación socioracial y desnaturalice las prácticas discriminatorias.

1. Fútbol, nación y raza.

El fútbol, como deporte que mueve masas, es un fenómeno cultural que deviene en identidad y pertenencia, pero también en exclusión. En Uruguay, desde el siglo XX se transformó en un símbolo importante para pensar la nación. Es pertinente retomar la afirmación de Eduardo Galeano (2000) de que el fútbol es la religión laica del pueblo uruguayo, la cual refleja cómo este deporte adquirió un lugar central en la vida social y política de nuestro país, siendo un espacio de construcción simbólica de la comunidad.

La consolidación del fútbol uruguayo coincidió con el proceso de construcción estatal y nacional de comienzos del siglo XX. Los Juegos Olímpicos de 1924 y 1928, y el primer Mundial en 1930, fueron narradas como hitos fundacionales de la identidad nacional, al punto de que el “Maracanazo” de 1950 trascendió lo deportivo y se convirtió en un mito de resistencia y grandeza (Alabarces, 2002; Archetti, 1999).

En nuestro continente, el fútbol funciona como un relato en el que coexisten modernidad y tradición, permite también proyectar internacionalmente una imagen del país. En el caso uruguayo, el fútbol adquirió una función de unión, se presentó como prueba de que un país pequeño podía enfrentar a las grandes potencias, reforzando un sentimiento de excepcionalidad nacional. Este relato homogeneizante, ocultó muchas veces las diferencias internas, especialmente las de clase y raza.

El caso del fútbol introduce una complejidad, ya que al igual que el candombe, funciona como un espacio que genera la ilusión de integración racial. Los jugadores afrodescendientes son visibilizados y celebrados como parte del patrimonio deportivo nacional. Esto refuerza el mito de la igualdad, una narrativa que hegemoniza la idea de que en Uruguay no hay racismo, porque todos acceden por igual a ciertos espacios, como la selección de fútbol. Esto no significa un reconocimiento o igualdad real, ya que el racismo persiste, aunque quede encubierto bajo el manto de la supuesta meritocracia e integración. En este sentido, el fútbol se vuelve un símbolo de esa falsa igualdad que impide problematizar las jerarquías raciales en el país (Andrews, 2007).

El aporte afrodescendiente al fútbol uruguayo ha sido fundamental, aunque no siempre reconocido en el discurso oficial. Desde los primeros campeonatos locales, jugadores afrodescendientes se destacaron en equipos como Central, Wanderers o Nacional.

Posteriormente, figuras como José Leandro Andrade, campeón olímpico en 1924 y 1928 y mundial en 1930, marcaron un hito no solo deportivo sino también político, ya que su presencia en la selección nacional desafió los imaginarios raciales de la época (Rodríguez Ayçaguer, 2018).

Andrade fue considerado una de las estrellas más admiradas del fútbol mundial, pero en Uruguay su figura fue ambivalente, por un lado fue celebrado como héroe deportivo, pero al mismo tiempo fue objeto de exotización y estigmatización por su condición racial. Este doble registro de admiración y discriminación se mantuvo a lo largo del tiempo. Jugadores afrodescendientes de distintas generaciones han denunciado insultos, exclusiones o dificultades para acceder a ciertos espacios de prestigio, ya sea como entrenadores, dirigentes o referentes mediáticos (Bruno & Milsev, 2021).

En este sentido, el fútbol no solo refleja la nación, sino que también participa activamente en su construcción simbólica. Como advierte Hall (1996), la identidad nacional es siempre un relato selectivo, que recuerda y olvida estratégicamente. En Uruguay, el recuerdo glorioso del fútbol convive con el olvido de las tensiones raciales que lo atraviesan.

Actualmente, el fútbol uruguayo se inserta en un mercado global que mercantiliza no solo el talento de los jugadores, sino también su identidad racial. Tanto a nivel local como global, muchos futbolistas afrodescendientes son valorados y cotizados por sus habilidades, aunque no están libres de estereotipos. Reforzando así la paradoja de que los cuerpos negros son celebrados como espectáculo, pero desvalorizados como sujetos plenos de derechos (Segato, 2003).

La exportación de jugadores jóvenes hacia ligas extranjeras reproduce estas tensiones, muchos son seleccionados en función de características físicas racializadas tales como velocidad, fuerza, y resistencia, asociadas al mito del “atleta negro natural”. Este proceso confirma entonces que el fútbol, es un espacio donde la raza no solo se juega en lo simbólico, sino también en lo económico y material (Archetti, 2001).

El análisis del vínculo entre fútbol, nación y raza permite desnaturalizar los discursos hegemónicos que presentan al deporte como un simple espacio de integración. Por el contrario, el fútbol es un terreno de disputa simbólica donde se reproducen jerarquías raciales, así como también emergen allí resistencias y nuevas formas de agencia.

Entender estas dinámicas es clave para el propósito de este ensayo, mostrar cómo el fútbol uruguayo funciona como un espacio de visibilidad y al mismo tiempo ocultamiento de la cuestión racial, y cómo la psicología puede aportar a desentrañar los efectos subjetivos de estas narrativas en jugadores, hinchas y en la sociedad en general.

2. Masculinidades hegemónicas en el deporte: quién puede ser varón y cómo.

El fútbol, además de ser un escenario donde se legitiman prácticas racistas, es también un espacio privilegiado para legitimar normas de género y modelos de varón presentados como naturales y universales, produciendo y reproduciendo la masculinidad hegemónica. La noción de masculinidad hegemónica, desarrollada por Connell (1995, p.77), refiere a la configuración de prácticas y representaciones que legitiman la dominación masculina sobre las mujeres y otras masculinidades subordinadas. En el fútbol uruguayo, esta hegemonía se traduce en la exigencia de atributos como la fuerza física, la resistencia, la agresividad, la capacidad de soportar dolor y la prohibición de mostrar vulnerabilidad. De esta manera, no solo reproduce una visión de la virilidad centrada en el dominio y la competitividad, sino que también establece un modelo de masculinidad que excluye cualquier forma de debilidad o vulnerabilidad, reforzando una cultura donde los hombres deben soportar sin quejarse, independientemente de las adversidades a las que se enfrenten.

El ethos futbolístico, entendiendo el mismo como su ética, valores, y espíritu, se organiza en torno al valor del “aguante” (Archetti, 1985; Alabarces, Garriga & Moreira, 2008), refiere a una moral masculina donde la hombría se mide en la capacidad de aguantar, ya sea golpes, insultos o situaciones adversas sin quebrarse. Esta lógica no solo regula la conducta dentro de la cancha, impregna la cultura futbolística en su conjunto, desde los entrenamientos, hasta la relación con la hinchada y los medios de comunicación.

El modelo de masculinidad hegemónica que se reproduce en el fútbol uruguayo no es neutral en términos raciales. Hombres afrodescendientes se ven particularmente interpelados por estereotipos que los asocian con la fuerza bruta, la violencia o la falta de control, lo cual intensifica su estigmatización (Andrews, 2007).

A la vez, esta racialización convive con un discurso de exaltación, siendo los cuerpos negros valorados por su potencia y vistos como naturales para el deporte. Se genera así una paradoja que combina admiración con exclusión simbólica, donde los jugadores

afrodescendientes son reconocidos dentro de la cancha pero marginados de posiciones de liderazgo o prestigio en otros ámbitos (Rodríguez Ayçaguer, 2018).

Según el ensayo Construcción de las masculinidades afrodescendientes y el derecho a la salud (2022), en Montevideo y su área metropolitana, este proceso se refleja en la percepción social de los varones afrodescendientes no solo como sujetos de prácticas físicas, sino como individuos cuya salud mental y emocional es frecuentemente invisibilizada o desvalorizada. Este enfoque hacia la masculinidad, marcado por una estética de dureza y resistencia, no solo tiene implicancias en el campo deportivo, sino que también permea la vida cotidiana de estos hombres, quienes se enfrentan a la presión constante de cumplir con estándares de fortaleza y control, mientras su humanidad es reducida a su capacidad para soportar el dolor o la adversidad sin mostrar fragilidad.

En este sentido, uno de los testimonios recogidos subraya cómo esta presión cultural de "ser macho" se relaciona con el umbral del dolor, especialmente entre los varones afrodescendientes. Un participante de 38 años comparte: "Existe una relación con el umbral del dolor también, no solo con los varones afro, sino con todos, pero se exagera con los afro. Los varones aguantamos más el dolor, o deberíamos, y consultamos cuando no damos más, 'tenés que ser macho'". Este testimonio representa la internalización de un mandato de resistencia que no solo se expresa en el ámbito deportivo, sino que también estructura las expectativas sobre cómo los varones afrodescendientes deben lidiar con el sufrimiento, minimizando o incluso negando la necesidad de ayuda psicológica o emocional.

Los códigos de cancha imponen un mandato que desalienta la expresión emocional y estigmatiza cualquier señal de debilidad. Como señalan Bruno y Milsev (2021), en este contexto, la denuncia de actos de discriminación racial puede ser percibida como una transgresión al pacto de masculinidad, por esta razón, quienes denuncian corren el riesgo de ser catalogados como buchones o llorones.

Este silenciamiento no solo protege al agresor, sino que refuerza la idea de que el verdadero varón debe soportar sin quejarse. Desde una perspectiva psicológica, esta dinámica favorece la internalización de la violencia y el racismo, al mismo tiempo que genera en los futbolistas afrodescendientes sentimientos de desvalorización, impotencia y aislamiento.

La articulación entre masculinidad hegemónica y racismo configura un entramado de poder difícil de desarmar. Como sostiene Segato (2003), el patriarcado funciona como un orden

simbólico que organiza jerárquicamente lo masculino y lo femenino, pero también establece quiénes pueden encarnar la virilidad legítima. En el caso del fútbol, la masculinidad blanca y heterosexual ocupa comúnmente los espacios de decisión y liderazgo. El cuerpo negro, como se mencionó anteriormente, goza de una visibilidad importante en la cancha, donde se le atribuyen cualidades como fuerza, potencia y virilidad. Esta representación, aunque lo hace visible, también lo encierra en lo esperado, que es que no muestre debilidad, dolor ni emoción alguna. Esa exigencia lo deshumaniza y lo ubica en un lugar ambiguo dentro de la jerarquía del deporte, ya que puede ser figura destacada en el juego, pero rara vez accede a posiciones de poder como la dirección técnica o la gestión institucional.

Aunque el fútbol puede habilitar un proyecto de vida para muchos jóvenes afrodescendientes, no deja de ser un espacio atravesado por el racismo. Incluso en la élite del deporte, quienes lo sufren abiertamente, como en el caso de Vinícius Jr mencionado anteriormente, son castigados si lo expresan. La violencia simbólica, sumada al silencio o la negación institucional, contribuye a profundizar el aislamiento, con consecuencias graves como la depresión o incluso el suicidio. La visibilidad, en este caso, no garantiza protección ni igualdad, sino que muchas veces se transforma en una forma más sofisticada de exclusión.

Este sistema refuerza la impunidad de las prácticas racistas, las cuales aparecen como parte del juego fuerte o del folclore de la cancha. Al naturalizar el racismo como un mecanismo legítimo de agresión deportiva, se refuerza la invisibilización de sus efectos y se perpetúa la exclusión de quienes lo sufren.

El estudio de la masculinidad hegemónica en el fútbol permite comprender cómo se entrelazan prácticas de género y racismo en la vida cotidiana de los jugadores. Desde el campo de la psicología, estas dinámicas se expresan en los procesos de subjetivación, dado que los futbolistas aprenden a callar, a aguantar y reprimir emociones como parte de su trabajo, como un mandato de masculinidad, aun cuando esto implique un costo en su salud mental.

De este modo, analizar las masculinidades hegemónicas en el deporte no solo aporta a la comprensión de la reproducción del racismo, sino que abre la posibilidad de pensar estrategias psicológicas orientadas a desnaturalizar estos mandatos y promover formas de agencia más inclusivas y equitativas.

3. Racismo estructural y violencia simbólica: lo que se dice y no se nombra.

El racismo en el fútbol uruguayo no suele presentarse como un acto aislado o explícito, se manifiesta de forma persistente a través de gestos, discursos y prácticas normalizadas. Estas formas de discriminación funcionan bajo la apariencia de lo cotidiano, natural o propio del juego, lo que permite su reproducción sin necesidad de sanciones. Desde la psicología social crítica, estas dinámicas pueden interpretarse como formas de violencia simbólica (Bourdieu, 1995), ya que actúan de manera implícita y naturalizada, produciendo efectos subjetivos profundos en quienes las padecen, sin que estas prácticas sean percibidas como ilegítimas por el conjunto social.

Se hace necesario detallar aquí qué se entiende por racismo estructural, según Pineda (2018), este tipo de racismo no se limita a actitudes personales, sino que involucra mecanismos invisibles que reproducen y perpetúan la desigualdad racial a través de la normalización de las diferencias raciales. Como resultado, las personas afrodescendientes sufren una constante exclusión social y una desvalorización de sus identidades y derechos humanos. Otra voz referente para este concepto, es Anny Ocoró (2012), la autora resalta la invisibilidad del racismo estructural en las sociedades contemporáneas, donde se reproduce a través de normas sociales e instituciones de poder. Este racismo se perpetúa mediante prácticas naturalizadas que son vistas como parte del orden social, dificultando su identificación y transformación. Señala que se manifiesta de manera silenciosa en la vida cotidiana, afectando profundamente la vida de las personas racializadas.

En este sentido, Lia Vanier (2022) refuerza la idea de que el racismo estructural no es un fenómeno accidental o excepcional, sino que es el resultado de una estructura social organizada en torno a prácticas y valores que perpetúan la desigualdad racial. Según Vanier, “si todo sucede en su normalidad, el resultado será racista”, destacando que el racismo es una consecuencia intrínseca de la organización social misma.

A partir de estos enfoques, el racismo estructural se configura no sólo como un sistema que organiza las relaciones raciales en la sociedad, sino también como un "ordenador" cotidiano de las interacciones sociales, tal como lo plantea Ocoró (2012). Este fenómeno se reproduce no sólo en los ámbitos institucionales, sino también en las relaciones cotidianas, estableciendo y reforzando jerarquías raciales de manera invisible. En el fútbol, estas dinámicas operan tanto dentro de la cancha como en los espacios que la rodean, como

vestuarios, medios de comunicación, hinchadas y dirigentes, donde las conductas racistas son naturalizadas y percibidas como parte del juego (Bruno & Milsev, 2021).

Se observa también, cómo se refuerzan estereotipos sobre los cuerpos negros: se destacan atributos físicos como fuerza o velocidad, mientras se invisibilizan capacidades intelectuales, liderazgo o estrategias de juego. Este fenómeno reproduce ideas coloniales históricas y consolida jerarquías raciales que atraviesan la sociedad uruguaya en general.

Los medios de comunicación cumplen un papel central en la reproducción del racismo estructural, como señala Nfubea (2009), los medios no solo minimizan los casos de racismo, sino que, frecuentemente, los deshumanizan, desvirtuando las agresiones y presentándose como incidentes aislados. Esta narrativa contribuye a que el racismo se perciba como algo natural y no como una manifestación estructural de la sociedad. En nuestro país, los medios de comunicación muchas veces tienden a invisibilizar las agresiones racistas dentro del deporte, ya sea por omisión o por una interpretación sesgada que no da cuenta de las raíces profundas del problema, dejando a las víctimas sin el apoyo necesario para romper el círculo de violencia racial. En este sentido, las coberturas mediáticas tienden a minimizar la magnitud del problema y a desviar la atención hacia los agresores, en lugar de enfocar la discusión en las estructuras que permiten la perpetuación del racismo.

Asimismo, las hinchadas y el entorno en los estadios contribuyen con cantos y burlas racistas, Byington (2019) señala cómo estos comportamientos, lejos de ser incidentes aislados, se inscriben dentro de una "psicología simbólica" que permea la cultura futbolística del Brasil, y esta no es ajena a Uruguay. Las hinchadas, tanto en el fútbol profesional como en las divisiones menores, han sido históricamente un caldo de cultivo para la reproducción de estereotipos raciales. Los cánticos y las actitudes despectivas hacia los jugadores de origen afrodescendiente son frecuentes, reflejando tensiones sociales más amplias. Sin embargo, tal como ocurre en otros contextos, el racismo en el fútbol uruguayo no solo refleja una problemática individual, sino que se convierte en una práctica socialmente aceptada, alimentada por la impunidad y la falta de respuestas contundentes por parte de los clubes y las instituciones deportivas.

Los clubes y las instituciones deportivas en Uruguay, al igual que en otras partes del mundo, suelen responder de manera simbólica o insuficiente ante estos incidentes, reforzando la impunidad. Como señala Nfubea (2009), las respuestas institucionales se limitan, en ocasiones, a gestos superficiales como multas económicas o declaraciones de condena,

pero sin un cambio real en las estructuras que permiten la continuidad de estas prácticas. Byington (2019) también habla de la "complicidad estructural" de las instituciones, que en Uruguay se ve reflejada en la falta de medidas efectivas para erradicar el racismo del entorno deportivo. La respuesta de las instituciones deportivas suele ser débil y escasa, sin un compromiso real con la implementación de políticas antirracistas ni con la protección efectiva de los jugadores. Así, el fútbol uruguayo se encuentra en un ciclo en el que la violencia racial sigue siendo normalizada, sin que existan políticas claras que la combatan de manera estructural, lo que perpetúa la marginalización de los grupos racializados dentro de este ámbito.

Quisiera entamar aquí para una mayor comprensión, el aporte de Tanya Nobles respecto a la ideología de "blanqueamiento", en la misma, las personas blancas somos colocadas en posición de referencia en disminución de las personas afrodescendientes, surge así el deseo de aproximación a lo blanco, ya que la condición de humano se identifica con la blanquitud. (Nobles, 2009)

El concepto de blanquitud en el fútbol refleja una dinámica de poder que obliga a los jugadores afrodescendientes a ajustarse a ciertos estereotipos y comportamientos percibidos como naturales o deseables para ser aceptados dentro del sistema. Este fenómeno, descrito como el "pacto narcisista" de la blanquitud, se manifiesta en la exigencia de que los jugadores abandonen sus identidades auténticas y se adapten a las normas impuestas por una estructura racialmente jerarquizada. Como señala Frantz Fanon (1952), la blanquitud genera procesos de blanqueamiento, en los que los sujetos racializados deben alienarse y renunciar a su identidad para ser aceptados, pero sin alcanzar una integración genuina. Este proceso no solo implica la adaptación a estereotipos de masculinidad hegemónica, como la agresividad y la fuerza física, sino que también conlleva la aceptación de la violencia simbólica y la negación de la subjetividad auténtica del jugador negro.

Dentro de esta lógica, el jugador afrodescendiente queda atrapado en una asimilación forzada que no le permite ser verdaderamente parte del sistema. Si bien es utilizado como un recurso dentro de la cancha, este proceso lo margina simultáneamente, ya que su inclusión está siempre mediada por la imposición de normas ajenas a su identidad. Esta dinámica refleja un pacto social en el que el racismo y la discriminación son naturalizados, y donde las relaciones de poder que estructuran el fútbol refuerzan la exclusión racial de forma invisible, pero efectiva.

El mandato de masculinidad hegemónica, tal como lo analizan Bruno & Milsev (2021), legitima este pacto de silencio frente a la discriminación, estableciendo la noción de que "lo que pasa en la cancha queda en la cancha". Así, no solo se protege al agresor, sino que se obliga a la víctima a tolerar insultos y humillaciones como parte de la dinámica del juego. Este pacto de silencio es una extensión de las lógicas de poder que reproducen la desigualdad racial en los espacios deportivos.

Desde el punto de vista psicológico, estas prácticas estructurales generan múltiples impactos en la salud mental de los jugadores afrodescendientes. La exposición constante a estereotipos, bromas racistas, apodos racializados y exclusión simbólica puede provocar disminución de la autoestima, ansiedad, estrés, hipervigilancia, dificultades en el establecimiento de vínculos significativos e ideaciones suicidas. Además, la internalización del racismo, como señala Esther Pineda (2018), lleva a la desvalorización del cuerpo negro y a una identidad fragmentada que reproduce jerarquías raciales históricas. Esto genera heridas en la autoestima y limita la capacidad de agencia, produciendo conflictos que atraviesan la vida dentro y fuera de la cancha.

Segato (2003,p. 117) propone distinguir entre racismo "automático" y racismo "axiológico". El primero se presenta como un conjunto de prácticas naturalizadas y no reflexionadas, donde los sujetos actúan de manera discriminatoria sin reconocer conscientemente su comportamiento. El racismo axiológico, por su parte, se expresa en valores y creencias explícitas que atribuyen predicados negativos a las personas en función de su color de piel. En el fútbol uruguayo, la violencia racial cotidiana se aproxima al racismo automático, ya que se acepta como parte del juego y rara vez se cuestiona en términos éticos o legales, invisibilizando sus efectos y normalizando la exclusión.

Comprender el racismo estructural en el fútbol implica reconocer su vinculación con las masculinidades hegemónicas, la cultura del silencio y la naturalización de la violencia simbólica. Está profundamente arraigado en la estructura del fútbol, donde se refuerzan estereotipos de fuerza y agresividad vinculados a los jugadores afrodescendientes. Sostiene una visión de masculinidad que impide visibilizar y cuestionar las agresiones racistas, creando un entorno donde la violencia simbólica es aceptada como parte del juego. De este modo, el racismo estructural no solo afecta la práctica deportiva, sino que también impacta en la subjetividad y la identidad de los jugadores afrodescendientes, perpetuando un ciclo de exclusión y estigmatización.

4. “Lo que pasa en la cancha queda en la cancha”: el silenciamiento como pacto social.

La frase “lo que pasa en la cancha queda en la cancha” funciona como un mecanismo de silenciamiento y normalización de conductas violentas y racistas en el fútbol uruguayo. Este enunciado no sólo legitima agresiones físicas y verbales durante los partidos, sino que también establece un pacto social implícito que protege a los agresores y obliga a las víctimas a aceptar el abuso como parte del juego (Bruno & Milsev, 2021). De esta manera, se genera una zona de excepción, un espacio simbólico en el que ciertas conductas que serían socialmente reprobables fuera del estadio se presentan como válidas y justificables.

El código de la cancha convierte al racismo en algo normalizado y legítimo. Insultos, bromas, apodos racializados o provocaciones hacia jugadores afrodescendientes son percibidos como estrategias de juego o parte del folclore del fútbol, en lugar de violencias que requieren sanción. Esta lógica permite que el racismo, aunque presente y dañino, sea internalizado como un comportamiento esperado y hasta admirado por ciertos sectores, reforzando estereotipos coloniales sobre los cuerpos negros (Bruno & Milsev, 2021; Silva, 2020). Según Kaplan y Szapu (2019), el racismo del cuerpo en la escuela, se manifiesta en la percepción de los cuerpos racializados como diferentes, lo que los coloca en una posición de vulnerabilidad constante. Estos cuerpos son vistos no sólo a través de su color de piel, sino también a través de los estereotipos asociados a la raza, como la fuerza, la agresividad o la menor capacidad intelectual. De manera similar, en el fútbol, los jugadores afrodescendientes son vistos principalmente a través de su cuerpo, que es reducido a una herramienta física que debe demostrar fortaleza y resistencia, a menudo despojándolos de su humanidad y complejidad emocional (Bruno & Milsev, 2021; Silva, 2020).

La invisibilización de estas agresiones afecta directamente la construcción de la subjetividad de los jugadores afrodescendientes. La obligación de soportar insultos o humillaciones genera un conflicto entre la identidad personal y las expectativas del grupo, promoviendo estrategias de autocontrol y ocultamiento emocional. En este sentido, el silenciamiento no solo protege a quienes ejercen la discriminación, sino que también reproduce el racismo de manera simbólica, reforzando jerarquías sociales y raciales (Bourdieu, 1998).

Desde la psicología, la naturalización del racismo dentro del campo de juego tiene efectos concretos sobre la salud mental de los futbolistas afrodescendientes. La internalización del estigma racial, la presión por cumplir con el deber ser masculino y la exposición a

agresiones constantes contribuyen a la ansiedad, depresión, desvalorización de la propia identidad y dificultades en la construcción de vínculos de confianza con compañeros o entrenadores.

La psicología social crítica ofrece herramientas para visibilizar estas dinámicas, cuestionar los códigos implícitos de la cancha y fomentar la agencia de los jugadores. La denuncia de agresiones racistas, lejos de ser un acto de debilidad, puede convertirse en un acto de resistencia y transformación personal y colectiva, subvirtiendo las normas tradicionales del ethos masculino y promoviendo un cambio cultural dentro del deporte.

Comprender el pacto social detrás de la frase “lo que pasa en la cancha queda en la cancha” es fundamental para diseñar intervenciones psicológicas que busquen desnaturalizar el racismo en el fútbol. La educación en derechos humanos, la formación en masculinidades no hegemónicas y la promoción de espacios de diálogo dentro de clubes y equipos son estrategias que permiten cuestionar las prácticas naturalizadas y visibilizar la violencia simbólica. Desde esta perspectiva, la cancha deja de ser un espacio de impunidad y se convierte en un terreno potencial de cambio social, donde los valores de respeto, inclusión y equidad puedan reemplazar la complicidad con la discriminación.

5. Subjetividades afro y agencia: entre el estigma y la resistencia.

El fútbol uruguayo, como se mencionó anteriormente, no es un espacio neutral, sino un ámbito en el que se reproducen jerarquías raciales y normas de masculinidad hegemónica que impactan directamente en las subjetividades de los jugadores afrodescendientes. La racialización de los cuerpos y la imposición de estereotipos asociados a la fuerza física y la agresividad generan un contexto de presión constante, donde los futbolistas deben equilibrar su desempeño deportivo con la necesidad de proteger su identidad y dignidad frente a insultos, apodos raciales y microagresiones sistemáticas (Bruno & Milsev, 2021; Silva, 2020). El desafío que enfrentan los jugadores afrodescendientes no se limita solo a lo personal y emocional, sino que está ligado a factores socioeconómicos y estructurales que complican su experiencia. Para muchos, el fútbol representa una vía de ascenso socioeconómico y un intento de cambiar el destino familiar. Sin embargo, el racismo estructural actúa como un obstáculo, limitando las oportunidades y el acceso a una integración genuina en la sociedad. A pesar de las oportunidades que el fútbol puede ofrecer, el sistema sigue excluyendo y marginando a los jugadores afrodescendientes,

reproduciendo barreras sociales y económicas. El racismo, entonces, no solo frena su desarrollo profesional, sino que perpetúa la desigualdad social y dificulta el cambio dentro de la estructura de oportunidades.

Es pertinente tomar aquí los aportes del psicoanalista brasileño Jurandir Freire Costa, el cual afirma: “Ser negro é ser violentado de forma constante, contínua e cruel, sem pausa ou repouso, por uma dupla injunção: a de encarnar o corpo e os ideais de Ego do sujeito branco e de recusar, negar e anular a presença do corpo negro.” (Freire Costa, p.2, 1983) En este sentido, resaltar los aportes del psicoanalista brasileiro Freire Costa (1983), el cual aborda cómo el estigma racial se internaliza en los sujetos, creando así un sentido de inferioridad y desconfianza hacia sí mismos. Este estigma afecta la autoestima y motivación, esto se manifiesta en una constante lucha interna respecto a los estándares de belleza, fuerza y resistencia impuestos por la sociedad, esto, dificulta la autenticidad en las relaciones personales. También enfatiza en que el cuerpo negro no solo es objeto de la violencia física, sino también de una violencia simbólica que afecta la psique y la identidad, las agresiones no siempre son evidentes o visibles, pero tienen efectos devastadores en la psique de los individuos, limitando su capacidad de expresarse genuinamente y afectando su bienestar emocional. Destaca la invisibilización del sufrimiento emocional, ya que el racismo también crea un sufrimiento psicológico que rara vez se reconoce en la sociedad, lo que contribuye al aislamiento emocional y la alienación.

La necesidad de aguantar los insultos y agresiones para no romper los códigos de la cancha se traduce en un costo emocional significativo, evidenciando cómo las normas masculinas hegemónicas y el racismo estructural se intersectan en la vida de los deportistas afrodescendientes (Connell, 1995; Archetti, 1985). Como se mencionó anteriormente bajo los aportes del ensayo Construcción de las masculinidades afrodescendientes y el derecho a la salud (2022), el racismo estructural no solo afecta la integridad física de los jugadores, sino que también condiciona su bienestar emocional y psicológico. La imposición de estas normas masculinas, que promueven la resistencia al sufrimiento y la supresión de emociones, refuerza la invisibilización de las violencias que experimentan, limitando su acceso a la atención emocional y sanitaria. Así, el racismo y las expectativas de masculinidad hegemónica generan un espacio de opresión que vulnera los derechos humanos de los deportistas afrodescendientes. En la misma línea, Freire Costa (1983) también discute cómo las expectativas de resistencia al sufrimiento y la supresión de las emociones están profundamente arraigadas en las normas de masculinidad hegemónica, lo

que impide que los hombres negros busquen apoyo psicológico o emocional. La fuerza y la resiliencia se valoran como cualidades esenciales, lo que resulta en la represión de emociones y una desconexión de la propia identidad emocional.

A pesar de la presión y la discriminación, los jugadores afrodescendientes desarrollan formas de resistencia y agencia. La agencia, entendida como la capacidad de actuar y tomar decisiones frente a la opresión, se manifiesta en diversas estrategias: desde el fortalecimiento de la identidad racial y cultural hasta la denuncia silenciosa de abusos, la búsqueda de apoyo en compañeros y entrenadores aliados, y la participación en iniciativas educativas que promuevan la equidad en el deporte (Messner, 1992; Tralci Filho, 2021). Ejemplo de esto son los casos mencionados al inicio del ensayo, Dani Alves en el 2014, reaccionó a un insulto racista en un partido contra el Villarreal, cuando un aficionado le lanzó una banana desde la tribuna. En lugar de reaccionar con agresión, Alves se comió la banana, transformando el acto de racismo en una declaración de resistencia pública. Su gesto generó una repercusión global, visibilizando la banalización del racismo en el fútbol europeo y demostrando cómo, en ocasiones, los jugadores utilizan su visibilidad para desafiar las normas racistas en el deporte. Mientras que Vinícius Jr., más recientemente, ha sido objeto de múltiples episodios racistas en la liga española, particularmente por parte de aficionados del Real Madrid y de equipos rivales. A través de sus denuncias públicas y sus intervenciones en redes sociales, Vini ha puesto en la agenda internacional el racismo persistente en el fútbol de élite, usando su plataforma para visibilizar la discriminación y exigir acciones concretas contra el racismo. Esto refleja cómo los jugadores afrodescendientes están utilizando su agencia para generar conciencia social y pedir justicia.

Estos actos de resistencia permiten resignificar la experiencia del racismo y desafiar la normalización de la violencia simbólica. Ya que cuando un jugador denuncia un insulto racial ante el cuerpo técnico o se involucra en campañas de sensibilización en su club, está activando un proceso de agencia que cuestiona los códigos de silencio del ethos masculino y contribuye a visibilizar la discriminación estructural (Bruno & Milsev, 2021).

Un elemento central en la resistencia de los futbolistas afrodescendientes es la recuperación de la voz y la memoria histórica. La psicología social crítica plantea que la narrativa de quienes han sido racializados permite desnaturalizar las prácticas discriminatorias y construir relatos que visibilicen los efectos del racismo en la subjetividad (Paulo Freire, 1970; Martín-Baró, 1994). Contar experiencias, compartir vivencias en talleres o espacios de

acompañamiento grupal y documentar casos de racismo son acciones que no solo fortalecen la identidad, sino que también generan conciencia en otros actores del deporte sobre las consecuencias del racismo cotidiano y estructural.

Desde la psicología, intervenir en la construcción de subjetividades afrodescendientes implica generar espacios de contención, reconocimiento y empoderamiento. La atención psicológica no se limita a mitigar síntomas de estrés o ansiedad; también se orienta a fomentar la resiliencia, el desarrollo de habilidades para afrontar discriminaciones y la capacidad de transformar entornos hostiles en espacios de inclusión. La psicología social crítica, combinada con un enfoque interseccional, permite comprender cómo la raza, el género y la clase se intersectan en la experiencia de los futbolistas, facilitando intervenciones que reconozcan la complejidad de sus identidades y la diversidad de estrategias de resistencia (Costa, 2022; Tralci Filho, 2021).

La visibilización de la agencia de los jugadores afrodescendientes abre la posibilidad de transformar el fútbol desde adentro. El reconocimiento de la subjetividad de estos jugadores y el cuestionamiento de los códigos de silencio permiten desarrollar políticas y programas que promuevan la igualdad, la justicia racial y la equidad de género en los clubes y en la sociedad.

6. Psicología y Descolonización: Racismo, Subjetividad y Blanquitud

En América Latina, las diferencias étnico raciales han estado históricamente jerárquicamente organizadas, asociadas a posiciones sociales determinadas. Durante la expansión colonial europea, los pueblos indígenas y africanos fueron racializados y sometidos a condiciones de explotación, mientras sus cosmovisiones y formas de vida fueron sistemáticamente combatidas. Las sociedades latinoamericanas se desarrollaron bajo ideologías racistas que, a través de la glorificación de la identidad nacional blanco-mestiza y el mito de la democracia racial, negaron las raíces negras e indígenas, minimizando sus aportes a la historia y la cultura. Según Sequera Roa (2023), la colonialidad incluye fenómenos de dominación cultural, política y social que favorecen una estructura jerárquica eurocéntrica, subordinando a las comunidades racializadas y perpetuando su marginalización.

Esta colonialidad no solo implicó la ocupación territorial, sino también la imposición de sistemas culturales, religiosos y legales que consolidaron un orden asimétrico, estructurando las relaciones sociales y políticas de los pueblos racializados. En este contexto, Quijano (2000) argumenta que es necesario transitar de una modernidad colonial hacia una sociedad decolonial, más justa y equitativa, que valore y respete la diversidad cultural, promoviendo la restauración de lo humano. El racismo en la región está estrechamente vinculado con las estructuras de poder que perpetúan la exclusión y marginalización de las identidades no blancas, tanto en la historia oficial como en las representaciones culturales.

La piel, en este contexto, se convierte en un estigma (Goffman, 2008), un marcador que no solo segrega, sino que también fomenta la autoestigmatización. Así, el racismo del cuerpo se convierte en un proceso de construcción y reproducción de la dominación racial. La blanquitud, entendida como el lugar de privilegio material y simbólico, es un producto directo del racismo estructural. En sociedades como la latinoamericana, este privilegio no solo se materializa en ventajas materiales, sino también en la construcción de la idea de superioridad moral, intelectual y estética que se asocia con los cuerpos blancos. Siguiendo a la psicóloga Cida Bentos en "O pacto da branquitude" (2022), la blanquitud no solo se vincula con los beneficios materiales tangibles, sino con un sistema simbólico de poder que perpetúa una jerarquía racial, donde lo blanco se define como lo normativo y lo deseable. Bentos explica que la blanquitud actúa como un pacto que invisibiliza el racismo y las desigualdades estructurales, normalizando la opresión y la exclusión. Este pacto cultural y social está inscrito en la construcción de una superioridad moral e intelectual que coloca a los cuerpos blancos en una posición dominante, mientras que margina y desvaloriza a los cuerpos negros y mestizos. En este sentido, la blanquitud no solo refuerza las desigualdades materiales, sino que también normaliza las relaciones de poder, restringiendo el acceso a los derechos humanos y limitando la representación auténtica de los afrodescendientes en los diversos ámbitos de la vida social, cultural y política.

El "blanco" se construye a través de la negación de los otros: los pueblos indígenas y afrodescendientes. La blanquitud, en su lógica, no tolera otros mundos, sino que busca homogeneizar, asimilar o excluir todo aquello que no se ajusta a su ideal de belleza, cultura y valores. Como afirma Veiga (2018), en la ideología de la blanquitud, "solo hay un mundo", y ese mundo debe excluir a los otros porque se les considera "menos", "animalizados" o incluso "corregibles".

Este fenómeno es visible incluso en las instituciones de formación en psicología, donde los currículos están impregnados de colonialismo y la mayoría de los autores estudiados son hombres blancos europeos. Estos autores, esenciales para la historia de la psicología como ciencia, construyeron conceptos para gestionar las subjetividades blancas, sin tener en cuenta las realidades y las subjetividades de los pueblos indígenas y afrodescendientes. La importación de teorías psicológicas europeas, sin un análisis crítico de las marcas coloniales, impone una visión homogénea de la subjetividad que ignora las experiencias de aquellos que no pertenecen al grupo blanco.

Además, el racismo estructural se refleja en cómo las personas racializadas, y en particular los pacientes negros, son tratados por los profesionales de la salud mental. La subjetividad negra, que es esencialmente distinta a la subjetividad blanca, no se aborda adecuadamente en los planes de estudio, lo que lleva a que los pacientes negros sufran de racismo incluso dentro de los espacios terapéuticos. Neusa Santos Souza (1983, p.77) describe cómo el racismo deja marcas profundas en la relación de las personas negras con sus propios cuerpos, transformándolos en objetos de vigilancia constante. Esta relación disfuncional con el cuerpo es un reflejo de cómo la identidad negra ha sido sistemáticamente deshumanizada.

Un enfoque terapéutico para sanar los efectos del racismo en la subjetividad negra debe incluir un proceso de empoderamiento que permita a las personas negras reconectar con su historia, su cuerpo y su identidad, sin la carga del autodesprecio. Este proceso debe responsabilizar a la blancura por la violencia que ha generado el racismo. Como señala Mombaça (2016), la redistribución de la violencia, lejos de ser destructiva, debe ser creativa: es un espacio para que las emociones reprimidas, como la rabia, emergen de la subjetividad negra, transformándose en una fuerza política y social. En este sentido, el terapeuta blanco debe aprender a gestionar esa transferencia negativa como una forma de violencia creativa, que abre el camino hacia la liberación subjetiva.

El racismo estructural no es solo un fenómeno ético o político, sino también una construcción subjetiva que impacta la forma en que las personas se ven a sí mismas y a los demás. Reconocer que la psicología y otras disciplinas han sido históricamente herramientas de la dominación racial exige una transformación profunda en las prácticas profesionales. Descolonizar la psicología implica no solo incluir epistemologías silenciadas en la bibliografía, sino también cuestionar la posición desde la cual los psicólogos operan.

Esto implica una crítica a la blancura y a los privilegios que esta otorga, así como un compromiso para crear espacios de igualdad en el conocimiento y en la práctica profesional.

El racismo no es un mal aislado, ni una cuestión puramente psicológica que se resuelve con un esfuerzo individual. Es un sistema que ha sido construido históricamente para mantener el orden social, y su erradicación sólo será posible cuando transformemos las estructuras que lo perpetúan. Destruir el racismo, como sugiere Veiga (2018), implica destruir el mundo tal como lo conocemos, para que podamos caminar verdaderamente juntos, en igualdad de condiciones. Para lograr esto, se necesita un compromiso colectivo, no solo de los sujetos racializados, sino también de aquellos que ocupamos los lugares de privilegio en la estructura social.

Hacia una transformación posible: sugerencias para el rol de la psicología en la desnaturalización

El fútbol uruguayo, al igual que otras instituciones deportivas a nivel mundial, constituye un espacio donde se reproducen dinámicas de poder, racismo estructural y masculinidades hegemónicas que afectan directamente la construcción de subjetividades de los jugadores afrodescendientes. Desde la psicología social crítica, el desafío consiste en intervenir para desnaturalizar estas prácticas y generar cambios que promuevan inclusión, equidad y justicia social (Paulo Freire, 1970; Martín-Baró, 1994). La psicología no se limita a mitigar consecuencias individuales, sino que actúa como herramienta de análisis y transformación de estructuras opresivas, cuestionando las normas, valores y códigos que legitiman la discriminación racial.

La perspectiva crítica de la psicología, inspirada en autores como Paulo Freire y Martín-Baró, enfatiza la necesidad de abordar los fenómenos sociales desde una mirada contextual, reconociendo la relación entre individuo y sociedad. En el ámbito del fútbol, esto implica analizar cómo la raza, el género, la clase y otras categorías de opresión se intersectan para producir desigualdades y violencias simbólicas (Collins, 2000; Costa, 2022). La interseccionalidad permite comprender que un futbolista afrodescendiente no solo enfrenta racismo, sino que su experiencia se ve modulada por expectativas de masculinidad, estatus socioeconómico y pertenencia cultural, factores que se combinan para generar un entorno complejo de discriminación y exclusión.

Desde la psicología aplicada al deporte, la cual se enfoca en todos los aspectos psíquicos presentes en cualquier actividad física o deportiva, implicando sensaciones, pensamientos, emociones, voluntad e inteligencia (Moreno, 2013). Las intervenciones deben enfocarse en visibilizar los efectos del racismo y fortalecer la agencia de los jugadores afrodescendientes. Esto incluye talleres de sensibilización para clubes, entrenadores, árbitros e hinchas, programas de apoyo psicológico individual y grupal, y el desarrollo de protocolos para denunciar y abordar casos de discriminación de manera efectiva y segura (Tralci Filho, 2021; Silva, 2020). La recuperación de la voz de los jugadores y la validación de sus experiencias son fundamentales para romper con la naturalización del racismo y construir espacios más equitativos.

La psicología debe intervenir en la transformación de las masculinidades hegemónicas que legitiman el silencio frente a la violencia racial. Las normas tradicionales de aguante y virilidad, que asocian la exposición al racismo con demostraciones de fuerza y resistencia, pueden ser reconfiguradas a través de estrategias educativas y programas de reflexión que promuevan la empatía, la cooperación y la expresión emocional (Connell, 1995; Archetti, 1985). La meta es desarrollar un ethos deportivo que valore la inclusión y el respeto, en lugar de reforzar jerarquías de poder basadas en raza y género.

Además de la intervención directa en los jugadores, la psicología puede colaborar en la elaboración de políticas y protocolos institucionales que prevengan y sancionen las prácticas racistas. Esto incluye lineamientos claros para clubes, federaciones y asociaciones, formación continua para árbitros y entrenadores, campañas de concientización dirigidas a las hinchadas y la implementación de mecanismos de seguimiento y evaluación de los casos de discriminación (Proyecto de Ley: Disposiciones contra el odio, el racismo, la xenofobia y la intolerancia en el deporte, 2022). Estas medidas, acompañadas de educación crítica y espacios de reflexión, contribuyen a desnaturalizar la violencia racial y simbólica en el fútbol.

El deporte, por su visibilidad y capacidad de movilización social, tiene un potencial transformador significativo. La psicología crítica puede fomentar que el fútbol deje de ser un reflejo pasivo de las desigualdades y se convierta en un espacio de aprendizaje, inclusión y justicia social (Messner, 1992; Tralci Filho, 2021). La combinación de intervenciones individuales, grupales e institucionales permite cuestionar la naturalización de la discriminación, promover la conciencia social y construir un deporte que refleje y respete la

diversidad racial y de género, consolidando la función social del fútbol más allá del espectáculo competitivo.

Siguiendo los aportes de Veiga (2019), como futura psicóloga debo estar atenta y ser sensible al mundo en el que vivo, reconociendo que lo que pasa me atraviesa y genera subjetividad. Al escribir este ensayo y recordar mi pasado como practicante acompañando un proceso psicoterapéutico focal, me cuestiono: ¿Cómo puedo abordar los efectos del racismo en las subjetividades afro, si en la propia relación terapéutica mi condición de blanca legitima la violencia infligida a la piel del consultante? ¿Si en mi propia formación, hasta no llegar al SEADR, no daba cuenta de la blanquitud teórica? Es urgente que desde la psicología nos preocupemos y formemos para atender las subjetividades afro, para cuestionar nuestro lugar privilegiado y revisar nuestro saber. Debemos escuchar a los protagonistas de este dolor, quienes mantienen su lucha y están cada vez más presentes en la academia.

Finalmente, como plantea Veiga (2018), implica perforar la blancura con los huesos de la fractura expuesta que el racismo ha creado y ver cómo la sangre blanca se mezcla con la negra hasta que ambas se tornan rojas. Hasta que podamos verdaderamente caminar juntos, en igualdad de condiciones. Elegí esta cita ya que refleja la necesidad de deconstruir las estructuras de poder racializadas en nuestras prácticas, y nos invita a cuestionar nuestra propia posición en el proceso de acompañamiento terapéutico. Solo así podremos caminar en igualdad, reconociendo y transformando las dinámicas de poder en el espacio terapéutico.

Referencias bibliográficas:

- Alabarces, P. (2002). *Fútbol y nacionalismo: La construcción de la identidad en América Latina*. Editorial Universitaria.
- Andrews, D. L. (2007). *Raza y deportes: Desafíos en la sociedad global*. Editorial Deportiva.
- Archetti, E. (1999). *El fútbol como identidad cultural: El caso de Uruguay*. Editorial ABC.
- Archetti, E. (2001). *Fútbol y economía: La exportación del talento racializado*. Editorial Deportiva.
- Archetti, E. (1985). *Fútbol y sociedad: El ethos del deporte en América Latina*. Editorial Deportiva.
- Bentos, C. (2022). *O pacto da branquitude*. Companhia das Letras.
- Bourdieu, P. (1995). *La distinción: Criterio y bases sociales del juicio*. Editorial Taurus.
- Bourdieu, P. (1998). *La dominación masculina*. Editorial Anagrama.
- Bruno, R., & Milsev, P. (2021). *Racismo y discriminación en el fútbol uruguayo: Testimonios de jugadores afrodescendientes*. Editorial Racial.
- Byington, C. A. B. (2019). Futebol: a grande paixão do povo brasileiro. Um estudo da psicologia simbólica junguiana. *Junguiana*, 37(1), 231-240.
- Collins, P. H. (2000). *Black feminist thought: Knowledge, consciousness, and the politics of empowerment*. Routledge.
- Construcción de las masculinidades afrodescendientes y el derecho a la salud. (2022). Estudio sobre salud y bienestar de los varones afrodescendientes en Montevideo. Universidad de la República.
- Costa, J. F. (1983). Da cor ao corpo: a violência do racismo. SOUZA, NS Tornar-se negro: as vicissitudes da identidade do negro brasileiro em ascensão social. Rio de Janeiro: Graal, 1-16.
- Costa, M. (2022). *Interseccionalidad en el deporte: La lucha contra el racismo y la violencia simbólica en el fútbol*. Editorial Psicología Crítica.
- Costa, M. (2022). *Psicología social crítica y deportes: Una mirada interseccional*. Editorial Social y Deporte.

Convención Interamericana contra el Racismo, la Discriminación Racial y Formas Conexas de Intolerancia. (2016). *La lucha contra el racismo y la intolerancia: Documento y compromisos*. Organización de Estados Americanos (OEA). Recuperado de: <https://www.oas.org/es/cidh/mandato/documentos-basicos/convencion-interamericana-racismo-discriminacion-intolerancia.pdf>

Fanon, F. (1952). *Piel negra, máscaras blancas*. Editorial Losada.

Freire, P. (1970). *Pedagogía del oprimido*. Siglo XXI Editores.

Galeano, E. (2000). *El fútbol a sol y sombra*. Siglo XXI.

Goffman, E. (2008). *Estigma: La gestión de la identidad deteriorada*. Editorial Siglo XXI.

Hall, S. (1996). *La identidad nacional: Discursos y narrativas selectivas*. Editorial Cultural.

Kaplan, M., & Szapu, J. (2019). *El racismo del cuerpo en la escuela: Teorías y prácticas de la discriminación racial*. Editorial Universitaria.

Martín-Baró, I. (1994). *Psicología social desde la perspectiva de la liberación*. Editorial Centro de Estudios Latinoamericanos.

Messner, M. A. (1992). *Power at play: Sports and the problem of masculinity*. Beacon Press.

Mombaça, A. (2016). *Violência criativa: Subjetividades negras e o empoderamento na psicologia*. Editorial Vozes.

Moreno, A. (2013). La psicología en el deporte. *Revista Edu- Física*, 5(12), 1-8. <http://revistas.ut.edu.co/index.php/edufisica/article/view/192/190>

Nobles, T. (2009). *Blanqueamiento y la construcción de la blanquitud en sociedades contemporáneas*. Editorial Blackwell.

Nfubea, A. (2009). Racismo y medios de comunicación. In *Violencia y salud mental: salud mental y violencia institucional, estructural, social y colectiva* (pp. 389-408). Asociación Española de Neuropsiquiatría (AEN).

Ocoró, A. (2012). *Racismo estructural y su invisibilidad en las sociedades contemporáneas*. Editorial Social.

Pineda, E. (2018). *Las heridas del racismo: Efectos psicosociales de la discriminación racial en las personas afrodescendientes en América Latina*. Iberoamérica Social: Revista-Red de Estudios Sociales, (XI), 46-64. Recuperado de:
<https://www.aacademica.org/estherpinedag/19.pdf>

Quijano, A. (2000). La colonialidad del poder y la modernidad/colonialidad. *Revista Venezolana de Economía y Ciencias Sociales*, 6(3), 71-107.

Rodríguez Ayçaguer, S. (2018). *José Leandro Andrade: Icono del fútbol y la política en Uruguay*. Editorial Uruguay.

Segato, R. (2003). *Los cuerpos negros en el fútbol: Mercantilización y estereotipos*. Editorial Antropológica.

Segato, R. (2003). *El patriarcado y la masculinidad en el deporte: Violencia simbólica y exclusión*. Editorial Feminismos.

Sequera Roa, F. M. (2023). Decolonialism and cultural identity in Latin America: Bio-Psycho-Social Inheritance. *e-Revista Multidisciplinaria del Saber*, 1.

Silva, E. (2020). *Cuerpos racializados y el fútbol: La perpetuación de estereotipos raciales en el deporte*. Editorial Deporte y Cultura.

Symington, L. (2004). *La interseccionalidad en las ciencias sociales: Un análisis de las múltiples formas de opresión*. Editorial ABC.

Tralci Filho, M. (2021). *Agencia y resistencia en el deporte: Jugadores afrodescendientes y la lucha contra el racismo en el fútbol*. Editorial Social y Deporte.

Vanier, L. (2022). *El racismo estructural: Teorías y prácticas de descolonización*. Editorial Universitaria.

Veiga, C. (2018). *Blanquitud y la exclusión de los otros: Dinámicas racistas en América Latina*. Editorial Racismo y Poder.

Veiga, LM (septiembre de 2019). Psicología descolonizadora: apuntes para una psicología negra. *Fractal: Revista de Psicología - Dossier Psicología y epistemologías contrahegemónicas*, 31 (esp.), 244-248. doi:
https://doi.org/10.22409/1984-0292/v31i_esp/29000