

EL DIVÁN DE OLGA VIZA

HOY LE TOCA A... EDUARD PUNSET

“El Estado debería subvencionar el deporte”

Durante la lectura de esta entrevista habrá un momento en el que ustedes se mirarán las manos porque Eduard Punset les descubrirá una curiosa teoría científica. Siempre se aprende hablando con este divulgador científico, también jurista, escritor, economista y otrora político. Le encuentro sentado, con su nuevo libro ‘Viaje al optimismo’ sobre las rodillas y sujetando un pequeño papel donde ha anotado algunos nombres que no quiere olvidar. Le acaban de servir un café condenado a enfriarse, porque si hay algo que Punset ama casi tanto como la ciencia es conversar. Tiene 75 años, la curiosidad de un niño, el entusiasmo de un becario y la sabiduría del jefe de la tribu.



Así es...

Eduard Punset (Barcelona, 1936). Su obsesión por saber qué le pasa a la gente por dentro nació en un pequeño pueblo del Priorato, donde su padre ejercía de médico. Observaba a lechuzas, cabras o gorriones y concluyó que hombres y animales no son muy distintos. Desde hace 30 años se codea con los más reputados científicos del mundo, hay más de 500 teléfonos ilustres en su agenda, y ninguno de ellos le ha podido desmontar aquella teoría de su infancia. Donde empezó todo.

NOMBRE COMPLETO: EDUARD PUNSET CASALS

PRESENTE: REDES' (TVE) Y 'VIAJE AL OPTIMISMO' (DESTINO)

PREGUNTA. Ciencia y deporte. Tal vez le resulte extraño hablar aquí.

RESPUESTA. ¡Qué va! Es fantástico. Creo que fui el primero en este país que sugirió, aunque lo dije discretamente, que el Estado debería subvencionar el deporte, incluido el fútbol.

P. ¿Sus amigos los científicos valoran el deporte?

R. No, la comunidad científica tiene dos defectos. Uno es que no se ha implicado suficientemente con el deporte como fuente de conocimiento; y el otro, que se ha dado cuenta tarde de algo que venía anunciando el deporte, y es que hay que asumir el potencial de los jóvenes, cosa que no ha hecho ni el mundo de la política, ni el de la empresa.

Si estudias la evolución de los seres humanos, ves que la manada siempre ha recurrido a los jóvenes, la persona mayor está a su lado pero son los jóvenes los que se arremangan para cruzar el río. El liderazgo de los jóvenes es esencial en la vida de las naciones. Y los deportistas son gente distinta, son gente joven.

P. ¿Cómo observa este fenómeno movilizador de masas?

R. Es pura emoción, es atávico y ante eso la ciencia tiene una carencia, no ha estudiado las emo-

ciones colectivas. Hay muchos científicos que no se han dado cuenta de que el universo del deporte está lleno de experiencias. Desgraciadamente, hasta hace muy poco la comunidad científica había seguido el fin opuesto, algo que Marx había resumido con una frase fantástica: “Saben cada vez más de menos, hasta que lo saben todo de nada”. Ahora sabemos que en la combinación de universos distintos es donde reside nuestra fuerza.

P. En el libro nos dice algo hasta ahora impensable. Nuestras decisiones las toma la intuición antes que la razón.

R. ¡10 segundos antes de tomar la decisión racional, para ser exactos! ¡Está demostrado! Bargh, un científico de Harvard, es uno de los grandes descubridores del papel inmenso del inconsciente y, por tanto, de la intuición frente al pensamiento racional que es en lo único en lo

que nos habíamos fijado. Ahora sabemos que el pensamiento racional ocupa un espacio irrisorio en nuestro cerebro comparado con el inconsciente. Hoy sabemos que la intuición es una fuente de conocimiento tan válida como la razón.

P. Perdone que frivolicé y le ponga un ejemplo sencillo. Eso significa que cuando un futbolista va a lanzar un penalti...

R. [Me interrumpe]. Diez segundos antes de que decida si lo tira hacia un lado u otro, sus neuronas ya han determinado por dónde. Esto lo han demostrado con ordenadores un grupo de grandes neurocientíficos. Diez segundos antes de tomar una decisión las neuronas ya saben si vas a apretar la mano derecha o la mano izquierda. ¡Es fantástico!

P. Hagamos un viaje por el cerebro de los grandes ídolos del deporte. Nadal, Messi, Cristia-

no, Bolt, Jordan y tantos otros. ¿Qué les distingue?

R. Son distintos y lo que han logrado es puramente inconsciente. Hay una cosa que no saben y que es decisiva. El esfuerzo individual puede alterar tu estructura genética y cerebral. Esta gente, sin saberlo, han confirmado una de las tesis de un gran debate que ha durado 40 años. Esa tesis dice que es cierto que estamos programados genéticamente, pero para ser únicos.

P. Creí que me iba a decir que tienen el hipotálamo más desarrollado o algo así.

R. Yo había leído libros de científicos que habían tratado de explicar en términos físicos por qué se batían récords, el por qué se ganaba o se perdía. Qué camino físico había que recorrer. Pero un día en París una bailarina me enseñó una cosa fundamental. La clave está en el dolor.

P. ¿El dolor?

La bailarina me contó que la danza le daba todo, le daba tanto que incluso si le sangraban los pies no sentía el dolor. Entonces imagínate a dos deportistas que están igualmente preparados físicamente, que han entrenado al máximo, que tienen la misma capacidad de concentración. ¿Sabes quién gana? El que haya aprendido a olvidar el dolor.

Esto tiene mucho que ver con lo que se está comprobando en el sistema educativo. Lo importante es hasta qué grado te emocionas con tu elemento, que pueden ser las matemáticas o un deporte. Y dedicarle mucho esfuerzo. Se han llegado a calcular cuántas horas de trabajo tienes que invertir para ser realmente el mejor y son casi 30.000.

P. ¿Eduard Punset admira especialmente a algún deportista?

R. Me llaman la atención aquellos que a la práctica del deporte le unen el desarrollo de una estrategia innovadora, entonces el Pep (Guardiola) [lanza un carcajada] es una admiración pura. Alguien que entiende al detalle el deporte, que podría hacerlo él mismo pero que a la vez ha penetrado en la estrategia de lo que significa el esfuerzo, explorar el compañerismo, el altruismo, ser cooperativo pero no demasiado, ser cooperativo. Todo eso forma parte de una estrategia moderna cuando se nos había enseñado lo contrario.

P. ¿Culé confeso?

R. Sólo si gana, si pierde espero a la siguiente semana [se ríe a carcajadas].

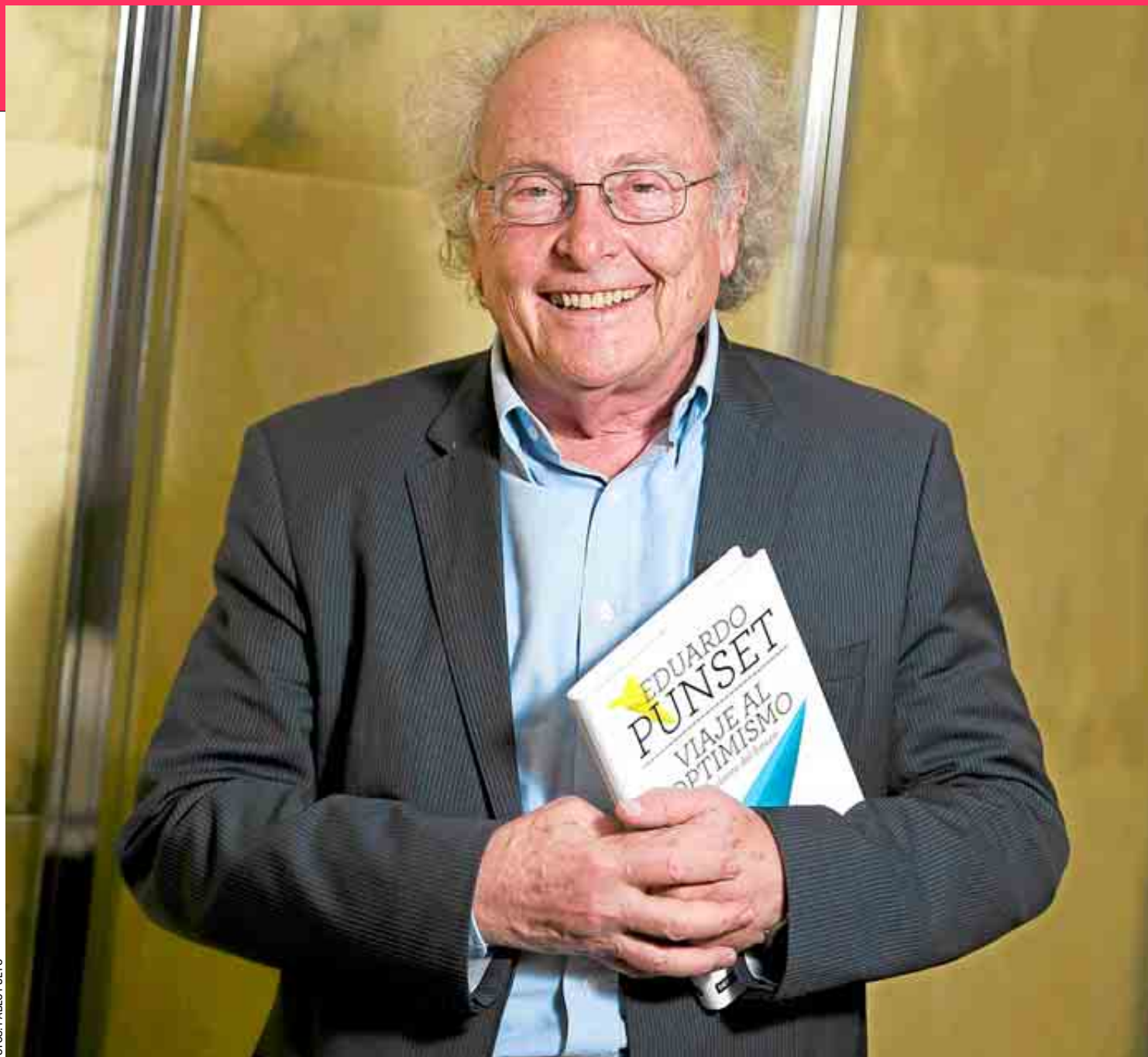
P. La próxima no, pero la siguiente hay un Madrid-Barça.

R. Ése lo voy a ver. Quiero ver quién juega mejor. Será muy bonito como desafío porque un equipo, el Barça, que le ha metido muchos años a aprender una estrategia ganadora se va a medir a otro equipo, el Madrid, que está en un proceso en el que el Barça estuvo hace un tiempo.

P. Le interesa científicamente el deporte. ¿Lo ha practicado?

R. Muy poco. Pertenezco a una generación en la que cuando eras joven te decían que cuantas más dioptrías tenías, mejores re-

“Soy culé si el Barcelona gana, si pierde me espero a la siguiente semana”



FOTOS: PABLO PUEYO



sultados académicos obtendrías. Ahora es todo lo contrario. El más fuerte, el más guapo, el que liga más es el que más dinero gana. En Estados Unidos se ha hecho un experimento muy curioso. Durante 10 años se ha calculado el promedio, y el promedio es muy importante en la ciencia, y han concluido que los ejecutivos de Bolsa que tienen el *ring finger* (el dedo anular) más largo que el índice ganan 10 veces más dinero.

P. Cuénteme esto despacito.

R. Mire su mano. Observe si su dedo anular, el del anillo, es más largo que el índice. Si es así, se debe a que cuando eras un embrión y estabas en el vientre de tu madre se produjo una descarga de testosterona. Esa descarga hizo que creciera más ese dedo, anunciando que se será más arriesgado, más valeroso, más activo. Estoy seguro de que muchos de los mejores deportistas tienen esa mutación. Es muy interesante.

P. No hace falta ser el mejor. El ejercicio físico es un alimento natural para el cerebro.

R. Los griegos, que ya practicaban deporte, no tenían manera de demostrarlo científicamente. Hoy sabemos que cuando uno hace ejercicio envía una serie de

moléculas al cerebro. Por contarle sencillo, esas moléculas ayudan al aprendizaje, a la memoria y previenen enfermedades neurodegenerativas.

P. Sostiene que el éxito, que la victoria paraliza. Eso entra en contradicción con el fin último del deporte.

R. Sí, hay que volver a *resetear*. La felicidad está en la sala de espera de la felicidad, la victoria está en la sala de espera del minuto en el que el árbitro pita el final del partido.

P. Mi argumento no es científico pero millones de personas fueron felices a partir del momento en que el pitido final anunció que la selección era campeona del mundo.

R. Hay dimensiones de la felicidad. Aprendí de mi perra que se mostraba feliz y excitada cuando le preparaba la comida. En el momento en el que se la daba podía comer o no. La felicidad se había acabado. La ansiedad nos mantiene alerta, el miedo corroe

“ El esfuerzo de los deportistas puede alterar su estructura genética y cerebral ”

y paraliza hasta el crecimiento de las uñas y un poco de tristeza no está mal, también te mantiene en alerta. Mucha te hunde en la miseria. Un 20% de la gente está hundida en la miseria y les damos fármacos, cuando el mejor analgésico es un amigo.

P. En 'Viaje al optimismo' nos coloca en el futuro. ¿Esta locura colectiva por el deporte permanecerá?

R. Existía hace 2.000 años y va a seguir existiendo. Incluso irá a más, porque la realidad es algo insulsa, algo tonta y se está produciendo un éxodo de la realidad. La gente se aferra a los videojuegos, quiere huir de esa realidad y una manera de salir, sin renunciar al hecho presencial, es el deporte. Yo le auguro un gran futuro.

P. Cita una frase de Ian Morris: "Vuestros hijos convivirán con las máquinas". ¿Eso significa que normalizaremos casos como el de Pistorius o seguiremos buscando superhombres?

R. Francamente, creo que seremos capaces de *arrugar* el espacio-tiempo. Que traeremos el espacio futuro al presente, aunque hay que admitir de entrada que somos muy malos haciendo predicciones, muy malos. Yo suelo hacer un experimento con mis

alumnos. Les digo: "Cerrad los ojos e imaginad la cama en la que dormiréis dentro de cinco años". Antes de que abran los ojos, les digo: "No hace falta que sigáis pensando porque seguro que estáis imaginando una cama muy parecida a la que tenéis ahora".

Son incapaces de ir más allá. Viene un mundo muy distinto. La robótica ya ha creado robots que tienen la inteligencia de una lombriz, dentro de 30 años habrá robots tan inteligentes como los humanos. Y, sobre todo, el cambio en la esperanza de vida va a transformarnos radicalmente. En lugar de estar obsesionados por saber si hay vida después de la muerte, la gente se va a dar cuenta de que hay vida antes de la muerte. Yo mismo tengo 30 ó 40 años de vida redundante en términos biológicos, o sea que uno de los problemas divertidos va a ser redistribuir el trabajo en lugar de redistribuir la riqueza.

P. Dice que somos malos en la predicción, pero algo habremos aprendido.

“ Entre dos deportistas iguales, gana el que aprende a olvidar el dolor ”

R. A no subestimar los avances de la tecnología. Una vez encontré en Londres a un señor que me dijo que su padre había creído que la civilización londinense acabaría ahogada por los excrementos de los caballos [*se ríe*]. No se daba cuenta de que para las tecnologías eso era un problema de nada. Ahora tenemos algo insólito, las redes sociales. Frente al secretismo podemos compartir el conocimiento.

P. Una curiosidad, ¿cuándo va a un estadio en qué se fija?

R. En el comportamiento de los que se sientan a mi lado. Es interesantísimo. ¿Sabe algo que siempre me ha interesado mucho? Por qué esos jóvenes son capaces de pasarse horas esperando para ver fugazmente a su ídolo. He llegado a la conclusión de que quieren ver en una persona la representación del éxito, saber si realmente existe el éxito.

P. Será que el deporte es un generador de neuronas espejo.
R. Lo es y por eso tendría que estar subvencionado.

[Repara en la taza de café. Demasiado tarde, ya está frío].