

CONFERENCIA MAGISTRAL INTERNACIONAL

# ***LA FUERZA INVISIBLE: IDENTIDAD, MENTE Y RENDIMIENTO***

SPEAKERS MARCELO BOSCH & YOLANDA SOSA

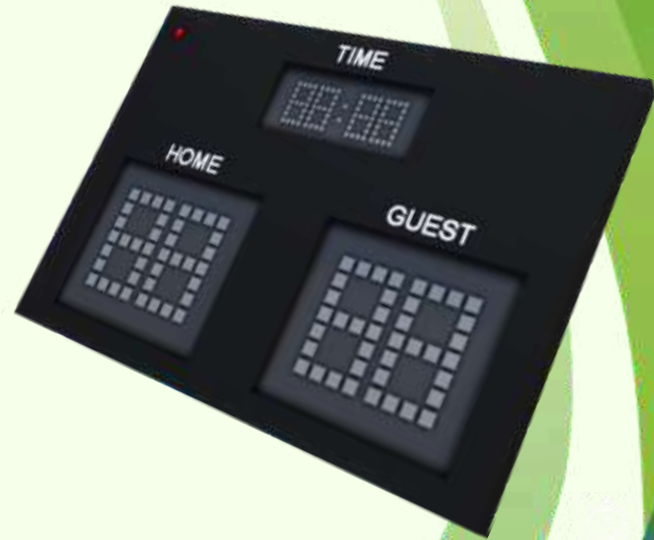


***MENTALMENTE  
FUERTES***

# APERTURA

En el deporte, vemos el resultado  
Vemos el marcador.  
Vemos el desempeño.

***(Pausa)***

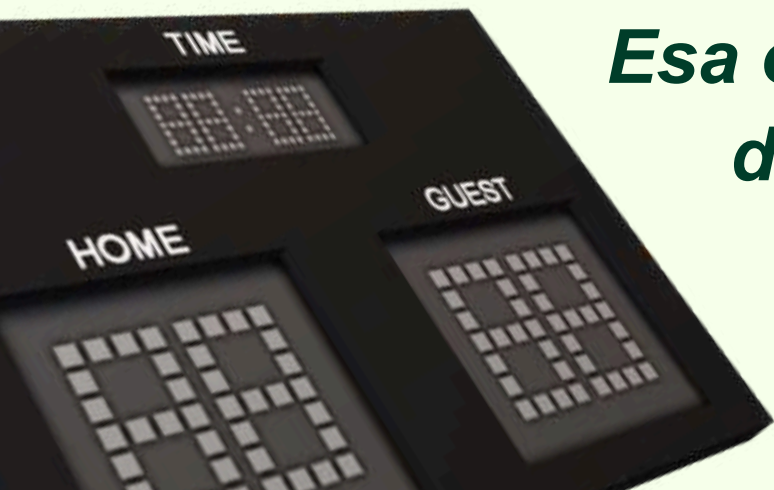


MARCELO

# APERTURA

Pero hay algo que no se ve...  
y que lo sostiene todo

***Esa es la fuerza invisible  
del rendimiento***



MARCELO





YOLANDA

# *APERTURA*

Esa fuerza vive en la mente...  
en el cuerpo...  
y en la identidad.





YOLANDA

# *APERTURA*

Y aparece en un momento  
muy específico:

*cuando todo está en juego*



# ***EXPERIENCIA DE COMPETENCIA***

***“En la competencia hay un  
instante***

***donde todo se reduce a  
segundos.”***



**MARCELO**



# ***EXPERIENCIA DE COMPETENCIA***

Tu cuerpo se activa  
Tu mente acelera.  
Todo se vuelve intenso.



**MARCELO**

# ***EXPERIENCIA DE COMPETENCIA***

Y en ese momento...  
no respondes desde lo que sabes.

***(Pausa)***

Respondes desde quién eres.



**MARCELO**



YOLANDA

# ***SALUD MENTAL***

***La salud mental vive dentro de ese instante.***

Vive en:

- Cómo respiras antes de competir
- Cómo te hablas en el error
- Cómo sostienes la presión





YOLANDA

# ***SALUD MENTAL***

***El rendimiento se organiza  
desde la conexión interna***





YOLANDA

# ***SALUD MENTAL***

## ***Quando hay conexión***

- El cuerpo responde
- La mente se enfoca
- Aparece claridad





# ***IDENTIDAD Y RESULTADO***

Ganar genera emoción.  
Perder genera impacto.

***Ambos son parte  
del camino.***

MARCELO





# ***IDENTIDAD Y RESULTADO***

El resultado es un momento.



***La identidad es la que  
permanece.***

MARCELO





***Cuando la identidad  
está conectada,  
el atleta se sostiene.***

**MARCELO**





YOLANDA

***Ahí vive la estabilidad***



YOLANDA

***Quiero invitarles a vivir esto...  
no solo a entenderlo.***



**YOLANDA**

***Coloca tus pies firmes  
en el piso...***





YOLANDA

***Lleva tu atención  
a tus piernas...***





YOLANDA

***Siente fuerza...  
presencia...***





YOLANDA

***Inhala profundo 4...***



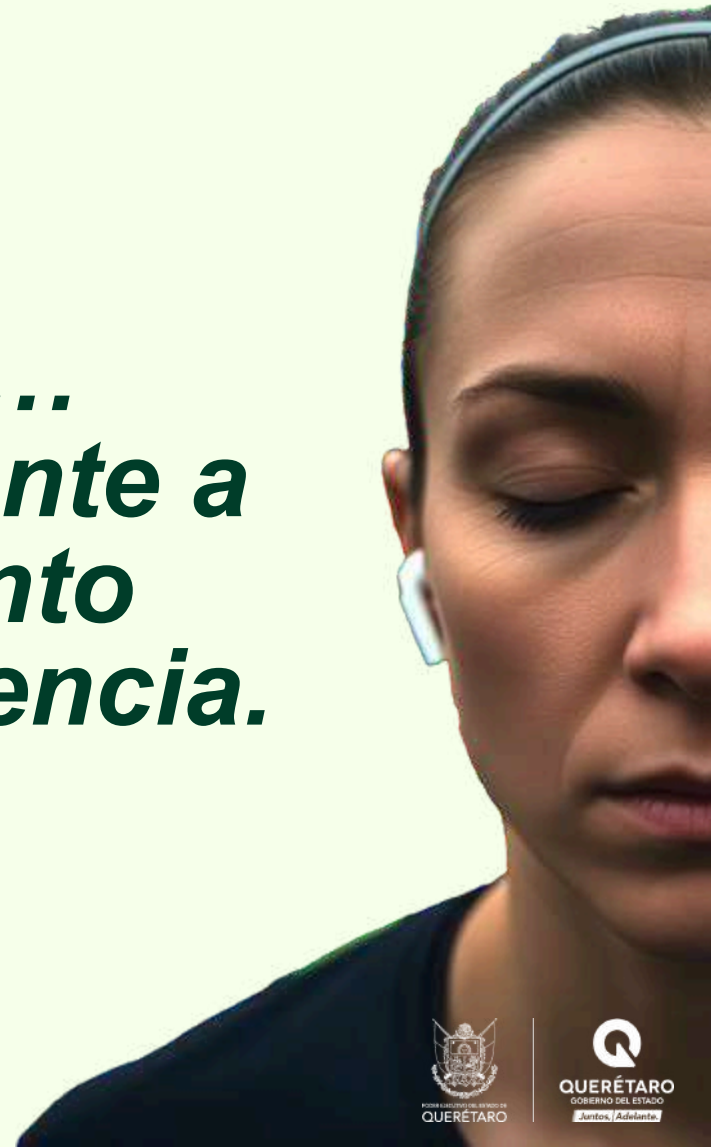
YOLANDA

***Sostiene 7...Exhala lento 8...***  
***(repite una vez más)***



YOLANDA

***Ahora...  
Lleva tu mente a  
un momento  
de competencia.***





***Todo está en  
juego***

**YOLANDA**





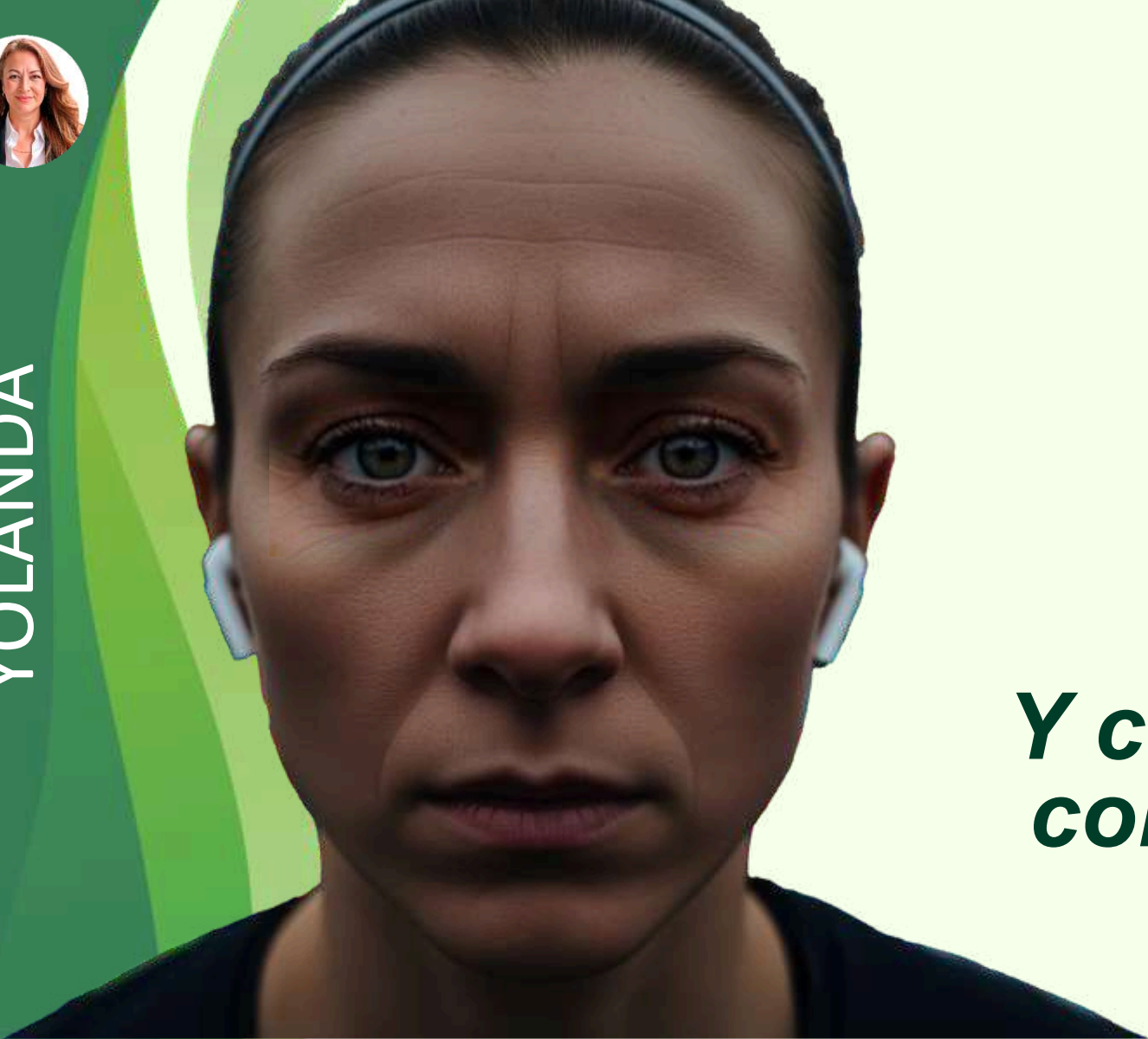
YOLANDA

***Siente tu cuerpo...  
tu respiración...  
tu enfoque...***

***(pausa profunda)***



YOLANDA



***Y conecta  
contigo...***





YOLANDA

***Ahí estás tú...***



YOLANDA

***Ese lugar...  
es la fuerza invisible***



YOLANDA

***Ese lugar...  
te sostiene.***



YOLANDA

# *Regresa lentamente...*



YOLANDA

***Observa cómo cambia  
todo...***

***cuando hay conexión.***

***Eso que acaban de sentir...  
es lo que aparece en la  
competencia real***



**MARCELO**





***Ahí se define la  
respuesta.***



**MARCELO**





YOLANDA



***Un sistema regulado  
permite:***

- Claridad
- Precisión
- Respuesta



YOLANDA

***Esto se entrena.  
Esto se desarrolla***



***El rendimiento se ve...***

**MARCELO**





YOLANDA

***...la fuerza que lo sostiene,  
se siente.***

***Identidad.  
Mente.  
Conexión.***



MARCELO



YOLANDA



GOBIERNO DEL ESTADO DE  
QUERÉTARO



QUERÉTARO  
GOBIERNO DEL ESTADO  
Querétaro *Querétaro*



YOLANDA  
MARCELO

***Quando fortalecemos la fuerza invisible...***

***El rendimiento se vuelve sostenible.***



YOLANDA  
MARCELO

***“Y el deporte se transforma desde adentro.”***



# **MENTALMENTE FUERTES**