

Federico Gómez offenbart: „Ich kämpfe gegen Suizidgedanken!“

Der argentinische Tennisprofi Federico Agustín Gómez, 28, spricht offen über Suizidgedanken und seine psychischen Herausforderungen im Sport.

Argentinien - Der argentinische Tennisprofi Federico Agustin Gómez hat in einer emotionalen Mitteilung auf Instagram offen über seine psychischen Probleme und Suizidgedanken gesprochen. Mit 28 Jahren kämpft er derzeit nicht nur auf dem Platz, sondern auch mit schweren inneren Konflikten. In den letzten sechs Monaten bezeichnet er als eine der härtesten Phasen seines Lebens. Derzeit ist er auf Platz 135 der Weltrangliste, doch der sportliche Druck scheint ihm weniger zu belasten als seine mentalen Herausforderungen. Gómez überlegt ernsthaft, ob er seine Karriere beenden soll, um mit seinen Gefühlen umzugehen. **Remszeitung berichtet.**

Bereits vor einem Jahr, zur Zeit der COVID-19-Pandemie, erlebten viele Athleten, darunter auch Gómez, eine Zunahme von mentalen Schwierigkeiten. Dies wirft ein Schlaglicht auf ein oft tabuisiertes Thema im Profisport. Laut einer Untersuchung zeigten 13-20% der Leistungssportler im Laufe ihres Lebens Symptome einer Depression. Veraltete Annahmen und die Stigmatisierung psychischer Erkrankungen machen es Sportlern schwer, ihre Probleme offen zu besprechen. Gómez teilt, dass er seine Gedanken zwar zunächst nicht äußern wollte, jedoch als notwendige Entscheidung sieht, um seine Last zu verringern. Unterstützung findet er nicht nur bei Freunden und Familie, sondern auch von prominenteren Persönlichkeiten im Sport, wie dem ehemaligen Tennisprofi Boris Becker, der ihm auf der

Plattform X seine Hilfe anbot. **T-Online berichtet.**

Mental Health im Sport

Die Diskussion um die mentale Gesundheit von Athleten hat in den letzten Jahren erheblich an Bedeutung gewonnen. Die internationale und deutsche Sportmedizin wird oft kritisiert, da sie mentaler Gesundheit im Leistungssport zu wenig Raum einräumt. Laut der IOC-Kommission für mentale und physische Gesundheit gibt es über 640 Stressoren, die Athleten belasten können. Diese Stressoren können nicht nur die psychische, sondern auch die körperliche Gesundheit gefährden und sind häufig in den Lebensrealitäten von Leistungssportlern verankert. **Sportärztezeitung berichtet.**

Der Fall von Federico Agustin Gómez ist ein eindringlicher Reminder an die Sportwelt, dass die mentale Gesundheit viel zu lange als Tabuthema gilt. Hoffnung bieten Initiativen zur Aufklärung und Unterstützung für Sportler, aber es bleibt noch viel zu tun, um die dringend benötigte Veränderung herbeizuführen. Gómez hat signalisiert, dass er an seinem emotionalen Wohlbefinden arbeiten will, in der Hoffnung, eines Tages in Frieden mit seinem Tennisspiel leben zu können.

Details	
Vorfall	Psychische Probleme
Ort	Argentinien
Quellen	<ul style="list-style-type: none">• www.remszeitung.de• www.t-online.de• sportaerztezeitung.com

Besuchen Sie uns auf: n-ag.de