

## ACUERDO FRA-Ruben Pérez (Psicólogo)

En los últimos años, la sociedad en su conjunto ha tomado consciencia de la importancia de una buena Salud Mental, en especial con los alarmantes datos que se desprenden en la juventud (Más de un 40% de adolescentes manifiestan haber tenido este problema).

Los psicólogos y especialistas en esta enfermedad creen que el deporte es una de las mejores armas frente a los problemas de Salud Mental por su componente social y liberador, pero en ocasiones, mal enfocado, puede llegar a convertirse en una trampa.

Por otro lado, la **ayuda de psicólogo puede ser una herramienta para maximizar la motivación y el rendimiento deportivo** como muestra que hoy en día la práctica totalidad de equipos y selecciones de nivel internacional tienen en plantilla a profesionales de este ámbito.

Ya sea para ayudaros a superar un bache o impulsar vuestra mejora, **desde la FRA nos hemos preocupado por esta cuestión uniendo fuerzas con el psicólogo Ruben Pérez**, licenciado por la Universidad del País Vasco y miembro de la junta directiva de COPS Rioja (Órgano de Gobierno de los psicólogos de la Comunidad)

**Rubén Pérez es un valorado profesional** (5,0/5,0 sobre 71 reseñas en Google), (5,0/5,0 sobre 140 reseñas en Doctoralia) y con pasado juvenil en el atletismo, un punto adicional que creemos puede contribuir a crear el clima de confianza y química tan necesario en estos casos.

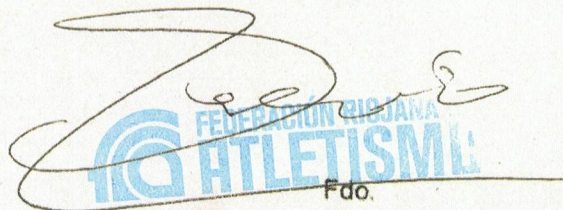
Todos los atletas de la FRA dispondrán de un **15 por ciento de descuento sobre los precios en tarifa pública** en la plataforma Doctoralia, servicios a los que puedes acceder desde aquí:

<https://www.doctoralia.es/ruben-perez-vazquez/psicologo/logrono>

Para beneficiarse de este descuento bastará con enviar el carnet de federado al Whatsapp de Rubén, cogiendo cita en la plataforma mencionada anteriormente (Doctoralia).

Fdo.

Rubén Pérez Vázquez



Fdo.

Tesorero de la FRA