



Pablo Carreño posa con una raqueta en la gijonesa plaza de San Miguel. DAMIÁN ARIENZA

«Esta temporada llegué a pensar que sería la última y por suerte no lo será»

Pablo Carreño Tenista

Carreño comenzará la temporada en el circuito ATP tras acabar el 'top 100' y reflexiona sobre su paso por los challenger:
«Había que ponerse el mono de trabajo»

JOSÉ L. GONZÁLEZ

Gijón. Pablo Carreño (Gijón, 1991) está a punto de cerrar una de sus temporadas más atípicas. Aquel niño que con seis años comenzó a empuñar una raqueta en el Grupo Cultura Covadonga y que tiene en su palmarés un Masters 1.000 y una medalla de bronce olímpica vivió un 2025 lleno de emociones. Necesitado de puntos ATP, tuvo que acudir al circuito Challenger en un año en el que ha sido padre. Todo el esfuerzo ha servido para acabar entre los 100 mejores y asegurarse empezar la temporada en la élite.

«Qué balance hace de 2025?»
—La temporada, en general, no ha sido mala, sí un poco diferente. He empezado con un ranking, más allá del 200, que hacía mucho que no tenía. He tenido que jugar tor-

neos challenger que no es lo que quieres, pero por circunstancias tocaba. También tuve un parón cuando fui padre a mitad de año. En general, es buena. Acabé entre los 100 primeros y el objetivo el próximo año es volver a jugar el circuito ATP.

—¿Cómo se afronta tener que jugar challengers después de una carrera como la suya?

—Lo que me motiva a seguir jugando no es afrontar challengers, pero es la circunstancia que había, no quedaba otra. Había que ponerse el mono de trabajo y tratar de salir de ahí lo antes posible. Ha costado un año volver a meternos en el top 100. Es cierto que en abril ya estaba ahí, pero como tuve que volver a parar en verano, me fui de ranking. Esperemos que el año que viene me sea más sencillo.

—¿Cuánto ha cambiado su vida con la paternidad?
—Mucho. Si quiero seguir jugando a tenis tengo que acostumbrarme a ello, apoyarme en mi familia. Las prioridades van cambiando. Hace unos años era todo tenis, tenis, tenis y ahora ya no. Ahora es mi familia, mi hijo, y el tenis es muy importante, pero ya no es el 100%.

—¿Qué traslación tiene este cam-

bio en su carrera deportiva?

—Me ha pasado en toda mi carrera, me he ido acostumbrando a las situaciones según las iba viviendo. Al principio te pilla de nuevas y no sabes cómo compaginarlo, pero poco a poco vas aprendiendo. Te vas dando cuenta de que no tienes por qué pensar solo en el tenis. Está claro que no puedes buscar el mismo rendimiento que hace unos años de estar entre los diez mejores del mundo, hay que conformarse con un poquito menos. Seguiré mejorando y acostumbrándome a ello.

—¿Cuesta aceptar los nuevos roles que trae la edad?

—Se ha juntado todo: ser padre, la lesión que he tenido y me apartó mucho tiempo de las pistas... Volver a los 34 años no es lo mismo que hacerlo con 20. Todo fueron circunstancias diferentes a las que no estaba acostumbrado y ha sido un año complicado en el aspecto mental para aceptar la situación.

—¿Cómo se trabaja ese aspecto mental?

—Con los entrenadores y el grupo de trabajo. Muchos han sido profesionales y padres. Eres tú el que tiene que darse cuenta de la situación, aceptarla y seguir luchando. A principios de agosto y septiembre me costó un poco, pero ahora lo llevo muy bien. Fue un poco ver

MENTALIDAD

«Es lo más importante en este momento de mi carrera, lo que te da energía para entrenar y esforzarte»

FUTURO

«Si me pregunta si dentro de cuatro años me veo jugando, le diría que no, pero es algo que tampoco me planteo»

que podía con la paternidad, que me sobreponía de la lesión y que mi niño va creciendo poco a poco.

—¿Han sido las lesiones su mayor desafío?

—Son lo más duro del deporte: te cortan el ritmo, no sabes si vas a volver al 100%... Tuve otra lesión grave, pero era muy joven y la perspectiva era diferente. La lesión del codo ha sido el momento más duro.

—Comentó en agosto, tras alcanzar la segunda ronda del US Open, que le estaba constando disfrutar del tenis.

—Coincidí con el momento que tuve que parar casi dos meses, llegó sin ritmo y me costaba mu-

cho. Era la primera vez que me separaba de mi hijo y son esos momentos en los que vas aprendiendo a conllevarlo todo. Lo veía todo un poco más oscuro de la cuenta y ahora lo veo de otra manera.

—Si se mira su carrera, impresiona. ¿Lo imaginaba de pequeño?

—No, sin duda. Empecé a jugar por diversión en el Grupo. Las circunstancias me llevaron a acabar ganándome la vida y disfrutando pegado al tenis. He tenido la suerte de poder disfrutar de una carrera plena.

—¿Le recomendará esta carrera a su hijo?

—Lo haría si es lo que le gusta. Lo que ve el mundo es que somos afortunados, que cobramos mucho dinero los que llegamos arriba, vamos en primera clase en los aviones, de gran hotel en gran hotel... Lo que no se ve es lo que dejamos de hacer, los torneos menores en los que empezamos, dejar de ver a tu familia, la falta de tiempo para tomar un descanso... Si quiere jugar, le ayudaré, pero si le gusta otro deporte o estudiar otra cosa o tocar el piano, le apoyaré.

—A estas alturas de su carrera, ¿qué pesa más, lo mental o lo físico?

—Lo mental. Lo que te da la energía para seguir entrenando y esforzándote es lo mental. Físicamente puedes no estar al 100% y si mentalmente lo estás sacas partidos que no te imaginas.

—Y ahora, ¿cómo está?

—Muy bien, con ganas de seguir y empezar la siguiente temporada. He acabado con muy buenas sensaciones.

—Qué objetivos tiene para 2026?

—Tengo asegurado empezar en Australia en el cuadro directo y eso me marcará el inicio de campaña. No tengo asegurado jugar todo el año el circuito ATP, tengo que defender puntos. Pero tener asegurado empezar en un sitio te facilita mucho motivarte en la preparación. Tengo una clasificación un poco al límite, debo seguir combinando el calendario con los challenger, pero tengo ranking para entrar en los grand slam, que es muy importante.

—Se ve en la final de la Davis?

—Dependerá de si me llama o no el capitán. Ojalá que sí. Queda la quinta plaza por decidir, ahí estoy, esperando.

—Tuvo una participación heroica contra Dinamarca. ¿Eso le da puntos?

—La experiencia que viví en Marbella fue muy bonita y, aunque luego no vaya a Bologna, ha merecido la pena. Si me da puntos, no lo sé.

—Cuánto tiempo se ve jugando?

—Si me pregunta si dentro de cuatro años me veo jugando, le diría que no, pero porque tampoco me lo planteo. Esta temporada hubo algún momento en el que pensaba que era la última, por suerte no lo ha sido. Voy a seguir jugando y veremos cómo evoluciona la temporada. Estoy en un momento, tras una buena carrera, que quiero ser yo quien decida cuándo retirarme. Dependerá de las sensaciones.