

ESTUDIOS FUTPRO



LA SALUD MENTAL EN EL FÚTBOL FEMENINO

TABLA DE CONTENIDOS

Acerca de	3
Objetivos	3
Bienvenida por Inma Puig	4-5
RESUMEN EJECUTIVO	
Recomendaciones	6
Conclusiones	6
Principales Hallazgos	7
¿Cuál es el camino a seguir?	8
INTRODUCCIÓN	10

DATOS

La salud mental en el fútbol femenino	12-14
---------------------------------------	-------

¿QUÉ OPINAN ELLAS?

Anna Torrodà	15
Irene López	
Andrea Carid	
Laura Gutierrez	

CONCLUSIONES

16

ACERCA DE

Los estudios realizados por FUTPRO, son una herramienta clave para saber de primera mano la opinión de las jugadoras españolas sobre temas trascendentales para su carrera deportiva. El II Estudio FUTPRO trata sobre la salud mental en el fútbol femenino y ofrece una visión integral de la situación de la salud mental en el fútbol femenino hoy en España.

La industria evoluciona continuamente con reglamentos, normas, políticas, negocios y modelos de competición, pero este informe busca que se haga la luz en un tema muy importante para las futbolistas y en general para toda la sociedad española para que todas las instituciones progresen para poner foco en lo verdaderamente importante.

El estudio se basa en la opinión de más del 40% de las jugadoras de primera división de la Liga F y tiene en cuenta las inquietudes y desarrollos más recientes de la industria que afectan al entorno laboral de las futbolistas profesionales españolas.

Este informe ofrece la perspectiva de las jugadoras profesionales sobre un tema tan trascendental como la salud mental, sus miedos, inquietudes y temas en los que se debe mejorar en las instituciones que las rodean.

OBJETIVOS

El objetivo principal del estudio es ayudar a las instituciones, clubes, federaciones nacionales, confederaciones, FIFA y medios de comunicación a navegar por uno de los temas que más preocupan en la actualidad a las jugadoras profesionales y en general a los deportistas de élite.

Y, a continuación, permitir que las instituciones puedan tomar medidas para proteger a las deportistas y generar mecanismos de ayuda dentro de las instituciones con el fin de cuidar la salud física y también mental de todas ellas.

Este estudio es el primero de este tipo que presenta el sentimiento de las jugadoras de élite de nuestro país desde su propia perspectiva

El II Estudio FUTPRO sobre la salud mental en el fútbol femenino ofrece información y orientación para:

- Participar en debates transparentes sobre la futura configuración del convenio colectivo en sus ordenamientos sobre la salud mental.
- Informar a los responsables de la industria del fútbol sobre las necesidades y los intereses de las jugadoras.
- Contribuir al análisis y a la toma de decisiones, basándose en el sentimiento de las jugadoras.
- Impulsar el desarrollo de políticas centradas en proteger y salvaguardar los derechos e intereses de las profesionales.
- Sensibilizar sobre la importancia de la salud mental en el deporte. Se busca romper el estigma asociado con los problemas de salud mental y animar a las futbolistas a buscar ayuda si la necesitan.
- Promover la inversión en investigación, prevención y tratamiento de la salud mental en el deporte.





INMA PUIG
PSICÓLOGA CLÍNICA

con más de treinta y cinco años de experiencia contrastada en el ámbito del deporte y en empresas familiares o multinacionales. Entre 2003 y 2018, en la etapa más exitosa del club, trabajó como psicóloga en el F.C. Barcelona y, desde el año 2014, asesora al restaurante El Celler de Can Roca, considerado en dos ocasiones el número uno del mundo según The World's 50 Best Restaurants

"No hay salud sin salud mental"

Con esta frase que no deja lugar a dudas, iniciaba en octubre del 2021 Antonio Guterres, a la sazón secretario general de la Organización de Naciones Unidas, su intervención acerca de la salud mental. En su discurso, reconocía que no se estaban dedicando a la salud mental, los recursos suficientes ni la atención necesaria, como debería haberse hecho desde hacía mucho tiempo.

Ahora estamos en el presente y hablar de la salud mental no resulta tan sencillo todavía como hablar de la salud física, pero afortunadamente vamos avanzando, no con el ritmo ni la velocidad que deseáramos, pero como más profundo y grande es el cambio más lentamente se produce.

La frase utilizada por el secretario general de las Naciones Unidas: "No hay salud sin salud mental", se atribuye al filósofo chino Lao Tzu del siglo 500 a. C., realmente llevamos muuuuucho tiempo sin dedicarle la atención necesaria.

Llama a la atención la pobreza lingüística que tenemos cuando se trata de hablar y describir nuestras emociones, naturalmente causada por su falta de uso.

Si le preguntamos a alguien cuál es su película, su viaje, su canción favorita, nos responderá rápidamente cuál es. Si le preguntamos cuál es su emoción favorita, es probable que se nos quede mirando fijamente sin articular palabra durante unos minutos.

Quizás por deformación profesional dada mi formación como psicóloga clínica, me llama la atención con que detalle describimos lo que nos sucede en el ámbito físico y como en el ámbito mental describir con generalizaciones es lo habitual. En salud física distinguimos con naturalidad lo que es estar enfermo de lo que es estar lesionado, que no es en absoluto lo mismo. No es lo mismo tener una hepatitis, que es una enfermedad a tener un esguince, que es una lesión.

En salud mental, tampoco es lo mismo tener una psicosis grave que es una patología a tener una lesión como puede ser ansiedad, estrés o baja autoestima.

Está demostrado desde los tiempos que es mejor prevenir que curar. La mejor prevención en salud mental es cuidar a las personas.

CUIDAR es una palabra muy peculiar, es una palabra que no tiene opuesta. Si cuidas a una persona tienes a una persona cuidada, si no la cuidas tenemos a una persona deteriorada.

Cuidar entre otros requisitos tiene dos básicos:

Cuidar es escuchar. tenemos dos oídos y una boca.

Hay que escuchar el doble de lo que se habla si queremos cuidar a los demás y ya que estamos con los dos oídos, con uno hemos de escuchar lo que nos dicen y con el otro lo que no nos dicen que a veces es más importante que lo que nos están diciendo.

Cuidar es también reconocer. Somos adictos al reconocimiento, lo necesitamos como el aire que respiramos.

Una pregunta que nos hacemos cuando queremos cambiar algo es: ¿Qué hay que hacer?

Más importante que saber qué es lo que hay que hacer, es saber qué es lo que no hay que hacer. ¿Y qué es lo que no hay que hacer?: No hay que humillar, no hay que ridiculizar, no hay que abandonar, no hay que no dar reconocimiento, pedirle a alguien algo que sabemos que no va a poder hacer, evitar las heridas narcisistas, los agravios comparativos, la violencia física, la violencia psíquica.

Si se persiguen resultados hay que cuidar a las personas porque los resultados llegan única y exclusivamente a través de las personas.

El futuro está en nuestras manos.

El futuro, no es lo que haré mañana, aunque sea lo mismo que hice hoy.

El futuro es innovar.

Según el diccionario de la real academia de la lengua española una acepción de innovar: "es hacer lo que se hacía antes, de forma diferente, con la intención de mejorar".

El estudio de FUTPRO sobre salud mental en el fútbol femenino es innovación y nos da las pautas a seguir, no desde una teoría elaborada en un despacho, sino como resultado de las respuestas de las protagonistas: las jugadoras.

Ser sensible no es una manifestación de debilidad, de vulnerabilidad, sino de sensibilidad.

El pasado ha sido de los fuertes físicamente el futuro es de los sensibles.

INMA PUIG
Psicóloga Clínica



CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Hasta ahora los problemas de salud mental dentro del deporte de alto rendimiento a menudo eran percibidos como una debilidad. Por ello, ser un altavoz de estos problemas ayuda a dar visibilidad a algo que es muy común en entornos de alta exigencia.

Se ha demostrado que el deporte de élite y el ambiente generado a su alrededor podría comprometer la salud mental, aumentando síntomas y siendo un gran problema a tratar. La constante necesidad de rendir al máximo nivel, combinada con factores externos como las expectativas de los aficionados, la cobertura mediática y la gestión de la vida personal y profesional, puede contribuir a un aumento en la prevalencia de síntomas de ansiedad, depresión y otros trastornos mentales.

Es crucial abordar la salud mental en el deporte de alto rendimiento de manera integral. Esto implica no solo proporcionar recursos y apoyo adecuado a las jugadoras, sino también fomentar un cambio cultural que desestigmatice los problemas de salud mental.

PRINCIPALES HALLAZGOS

Con el estudio realizado desde nuestra asociación a futbolistas profesionales españolas se han mostrado varios puntos de interés:

1. Más del 90% de las futbolistas no se sentirían cómodas contando que padecen de algún problema de salud mental
2. El 96% creen que muchas de sus compañeras ocultan sus problemas de salud mental.
3. Casi el 80% de las futbolistas ha sufrido síntomas de depresión, estrés o ansiedad debido a la exigencia del deporte de élite.
4. El 60% de las futbolistas que han sufrido síntomas no ha sentido el apoyo de su club.
5. Casi el 70% de las futbolistas opina que las exigencias de los clubes hacen que tengan más posibilidades de sufrir problemas de salud mental.



¿CUÁL ES EL CAMINO A SEGUIR?

SITUACIÓN ACTUAL	RECOMENDACIONES FUTPRO
Presión para rendir al máximo en un entorno altamente competitivo →	<ul style="list-style-type: none"> • Fomentar un ambiente de apoyo entre compañeras de equipo. • Ofrecer acceso a recursos de salud mental, como psicólogos deportivos. • Promover la educación sobre la importancia del bienestar mental en el rendimiento deportivo.
Discriminación de género y sexismo dentro del fútbol →	<ul style="list-style-type: none"> • Implementar políticas de igualdad de género y programas de sensibilización. • Apoyar a las jugadoras que enfrentan discriminación o sexismo • Fomentar la representación y participación equitativa de mujeres en todos los niveles del fútbol.
Lesiones y la presión de recuperarse rápidamente →	<ul style="list-style-type: none"> • Proporcionar apoyo emocional y psicológico durante el proceso de rehabilitación. • Establecer expectativas realistas y metas alcanzables para la recuperación. • Ofrecer programas de apoyo financiero para cubrir gastos médicos y de rehabilitación.
Equilibrio entre la vida personal y profesional →	<ul style="list-style-type: none"> • Facilitar la flexibilidad en los horarios de entrenamiento y competición. • Promover la importancia del autocuidado y el descanso adecuado. • Brindar acceso a recursos de conciliación familiar, como cuidado infantil y asesoramiento parental.
Ansiedad y presión antes de eventos importantes, como partidos clave o selecciones nacionales →	<ul style="list-style-type: none"> • Implementar técnicas de manejo del estrés, como la respiración profunda y la visualización positiva. • Proporcionar apoyo individualizado a las jugadoras que experimentan ansiedad precompetitiva. • Ofrecer sesiones de preparación mental con psicólogos deportivos.
Dificultades para lidiar con el éxito y el fracaso en el deporte →	<ul style="list-style-type: none"> • Promover una mentalidad de aprendizaje y crecimiento, donde el éxito y el fracaso se vean como oportunidades para mejorar. • Proporcionar herramientas para manejar la presión y las expectativas externas. • Fomentar la resiliencia y la autoconfianza a través de programas de desarrollo personal.
Estigma asociado con buscar ayuda para problemas de salud mental →	<ul style="list-style-type: none"> • Desarrollar una cultura de apertura y apoyo en torno a la salud mental dentro del equipo y la organización. • Educar a las jugadoras, entrenadores y personal sobre la importancia de buscar ayuda profesional cuando sea necesario. • Garantizar la confidencialidad y la privacidad de las jugadoras que buscan tratamiento para problemas de salud mental.
Ajuste a la vida después del retiro del fútbol profesional →	<ul style="list-style-type: none"> • Ofrecer programas de transición para ayudar a las jugadoras a prepararse para la vida después del fútbol. • Proporcionar orientación profesional y oportunidades de desarrollo profesional fuera del campo. • Establecer una red de apoyo para exjugadoras, incluyendo servicios de asesoramiento y grupos de apoyo.

"UNA PERSONA DEPRIMIDA NO PERMANECE EN LA CAMA POR FALTA DE INICIATIVA SINO PORQUE ESTÁ ABRUMADA Y DEMASIADO COMPROMETIDA CON SUS METAS"

JONATHAN ROTTENBERG
Psiquiatra



INTRODUCCIÓN

Actualmente el fútbol femenino en nuestro país goza de una posición mediática mayor que nunca. La disciplina evoluciona por todo el planeta. El aumento significativo en estos últimos años se debe en gran medida a los grandes éxitos cosechados por nuestra Selección Española de Fútbol y por los clubes femeninos de nuestro país.

En FUTPRO nos enorgullece los miles de miembros, instituciones, organizaciones y espectadores que apoyan y trabajan de manera incansable para mejorar día a día el fútbol femenino de nuestro país, impulsando así este crecimiento y proyectando todo el trabajo que queda aún por hacer.

Desde nuestra asociación creemos que es primordial que en esta fase de crecimiento que está viviendo el fútbol femenino en España se creen estructuras claras en todos los ámbitos importantes tanto para la industria como para las propias deportistas para que sea un crecimiento sano.

En este punto, la salud mental será vital para tener futbolistas en su máximo rendimiento. Los problemas de salud mental van mucho más allá de la depresión, llegando a afectar al bienestar emocional

Las futbolistas están rodeadas de situaciones y estímulos que les pueden hacer más propensos a sufrir problemas de salud mental:

- Lesiones de larga duración.
- Calendarios de trabajo muy exigentes.
- Viajes continuos.
- Escasos tiempos de descanso.
- Sensación de fracaso por no superar las expectativas.
- Exposición mediática y lo que conlleva a exposición continua a la opinión pública.

Aumentar la concienciación sobre la problemática en materia de salud mental que afrontan las futbolistas en la sociedad actual es uno de nuestros grandes retos. Es fundamental que estos problemas de salud puedan diagnosticarse de manera prematura y tratarse de una manera correcta, dándole la misma importancia que a cualquier otra lesión física.

Las futbolistas son especialmente vulnerables por su exposición constante al escrutinio público y de los medios, además de las altas presiones que reciben y desde FUTPRO queremos concienciar de métodos y proyectos efectivos para disminuir los casos de bajas por cualquier enfermedad de salud mental.



LA SALUD MENTAL EN EL FÚTBOL FEMENINO

Con el objetivo de ofrecer un análisis meticuloso y exhaustivo de la situación actual de la industria del fútbol femenino respecto a la salud mental se realizó una encuesta entre todas las afiliadas al sindicato y jugadoras profesionales de la Liga F interesadas en aportar su opinión en un tema tan trascendental.

Al igual que en el estudio anterior, el índice de respuesta fue extraordinariamente positivo rellenando el 94% de las encuestadas.

Desde FUTPRO deseamos transmitir una vez más nuestro más sincero agradecimiento a todas las jugadoras que han participado en la elaboración de este informe ya que sin su opinión rellenando la encuesta en línea y aportando información adicional para nutrir de información este informe no hubiera sido posible.

FUTPRO confía que este estudio sirva para dar pasos hacia delante en la construcción de sistemas eficaces y se priorice siempre la salud de los deportistas de élite por encima de los logros grupales.

Desde FUTPRO llevamos desde nuestro nacimiento luchando por mejorar los derechos y condiciones de las futbolistas en España. Por eso, nos preocupamos por escucharlas día a día y saber cuáles son los factores que están necesitando que se produzca un cambio.

Lamentablemente en la actualidad aún sigue siendo su salario mínimo, un factor que desde nuestra llegada se ha visto aumentado en las bases del convenio colectivo, pero que aún marca que hay un largo camino por mejorar para llegar al nivel que ellas necesitan.

La salud mental es un factor que ha ido creciendo año a año, seguramente por el mayor conocimiento de las deportistas en este ámbito, donde saben identificar de manera clara el problema que pueden tener.

En el mundo del deporte de élite, el estrés y la ansiedad son factores desafiantes que pueden afectar el rendimiento y el bienestar general de las deportistas profesionales. Desde la presión de las competiciones hasta las altas expectativas de rendimiento, pero es importante la estructura que rodea a las jugadoras.

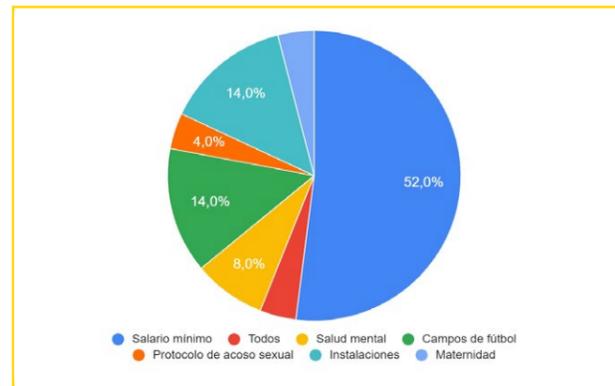
RECOPIACIÓN DE DATOS Y METODOLOGÍA

Para poder trazar un panorama realista y exhaustivo se recopilaron datos a través del método encuesta a jugadoras profesionales de nuestro país.

Participantes:

- Edad media: 26
- Jugadoras profesionales: 100%
- Sexo: 100% Femenino
- N° clubes diferentes: 15

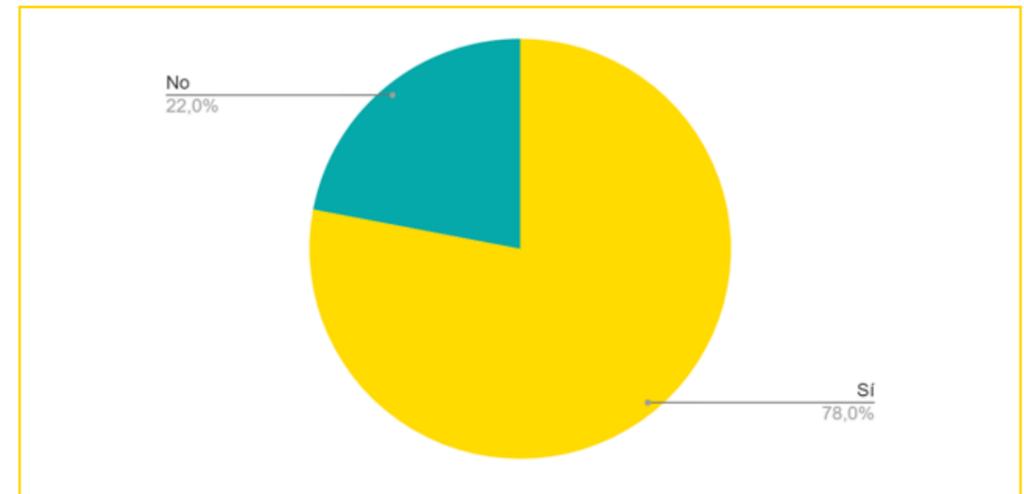
Llevamos tiempo luchando por mejorar los derechos de las futbolistas de alto nivel. ¿Qué aspecto a mejorar es el que más te preocupa?



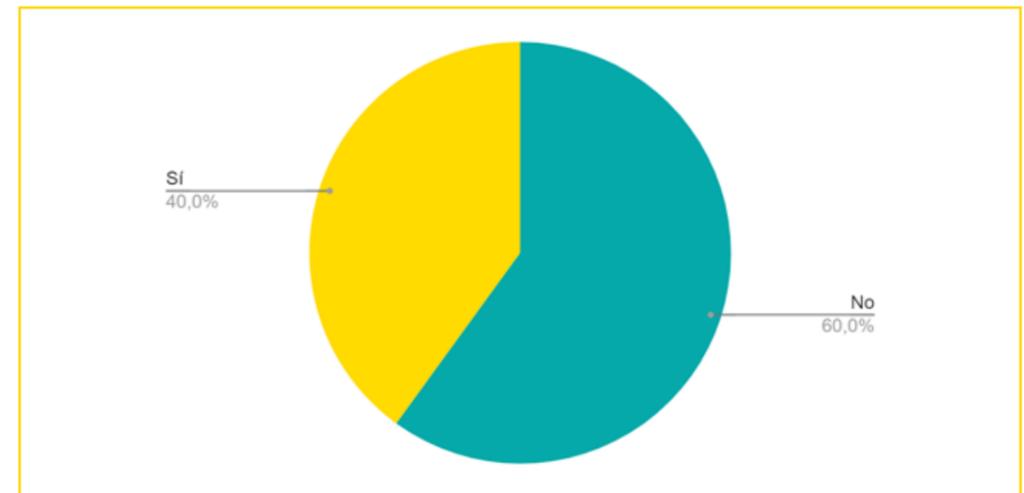
Cómo son sus clubes, la liga donde juegan o la propia industria son muy importantes para que las jugadoras puedan estar en un entorno tranquilo que le deje poder dar su mejor versión en cada momento.

Actualmente en nuestro país, **casi el 80% de las jugadoras han sufrido algún síntoma de enfermedades de salud mental**, un dato tremendamente preocupante, especialmente porque más de la mitad de ellas reconoce no haberse sentido apoyada por su club en ese momento tan difícil.

A lo largo de tu carrera, ¿has sufrido síntomas como la depresión, estrés o ansiedad, debido a la exigencia del deporte de élite?



Si la respuesta es sí, en el momento en que has vivido alguno de estos síntomas, ¿te has sentido apoyada por tu club?

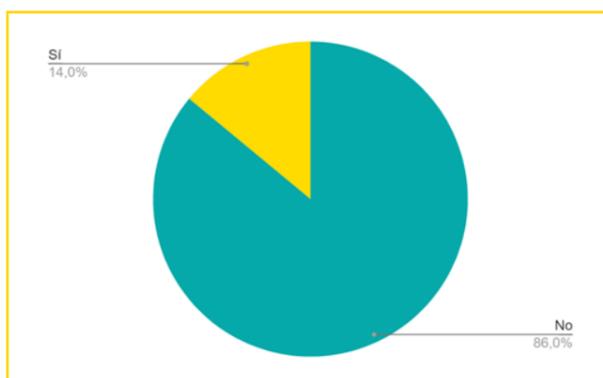


La actividad deportiva de élite, requiere un comportamiento muy regulado lo que lleva a muchos clubes a ejercer una presión sobre las jugadoras para que su rendimiento nunca baje.

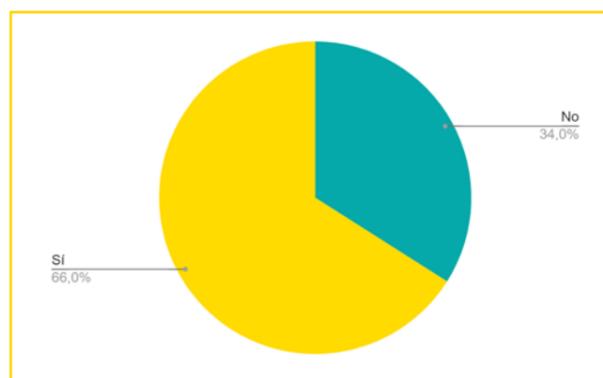
Esto puede traer en las deportistas problemas de salud tales como pueden ser los problemas alimenticios (desencadenarlos o amplificarlos) y aumentar la propensión a lesiones.

SITUACIÓN EN ESPAÑA

¿Has sufrido TCA (Trastorno de la Conducta Alimentaria)?



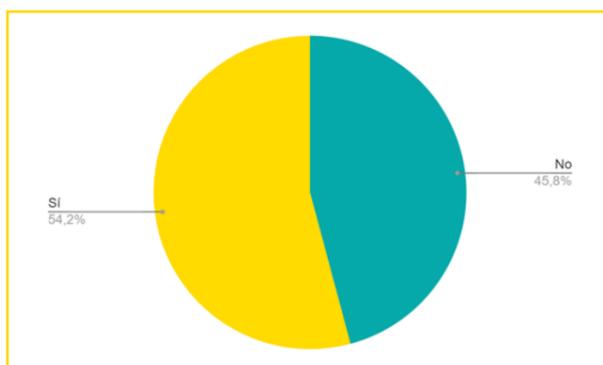
Creer que, debido a la alta exigencia de tu club, ¿tienes más probabilidades de sufrir alguna lesión?



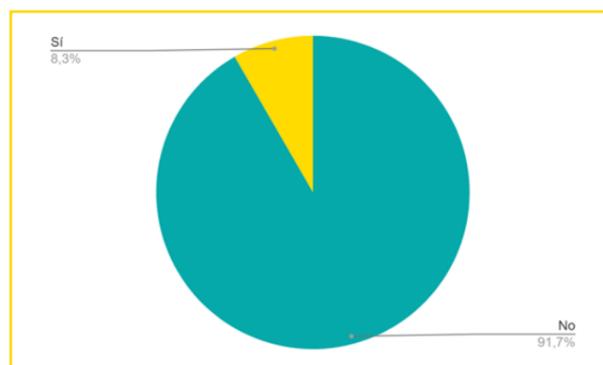
La confianza de las deportistas en las instituciones es muy baja, y es preocupante que este dato se vea aún más reducido año a año. Las deportistas deben encontrar en las instituciones que las rodean su mayor apoyo frente a problemas.

El cuidado de ellas hará que su nivel aumente y aporten mejores resultados en su día a día. Todas las personas que conformamos esta industria debemos mejorar para poder tener así una mejora constante del fútbol femenino de nuestro país.

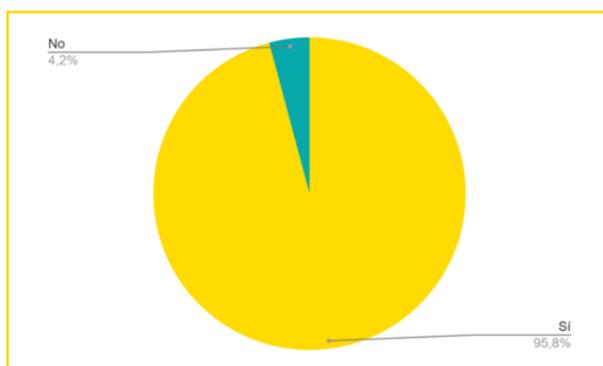
Si tuvieras un problema de salud mental, ¿te sentirías cómoda contándolo en tu club para que te ayudarán?



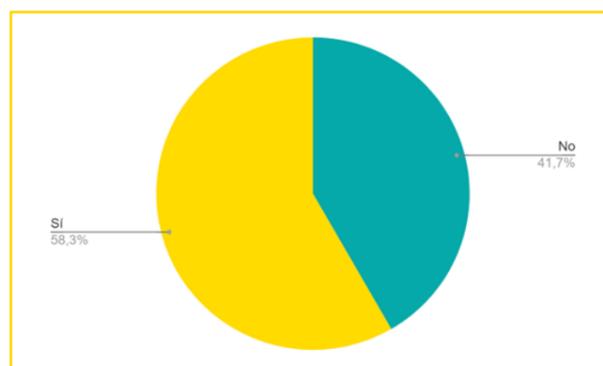
Si tuvieras un problema de salud mental, ¿te sentirías cómoda contándolo en la liga para que te ayudarán?



¿Crees que muchas jugadoras ocultan sus problemas de salud mental por miedo a que eso tenga consecuencias como peligrar su puesto laboral o que no la tengan en cuenta para los partidos?



¿Crees que las instituciones que conforman el fútbol femenino han avanzado en temas de salud mental en los últimos años?



*FUENTE GRÁFICOS: Encuesta salud mental futpro enero 2024

LA OPINIÓN DE LAS JUGADORAS



“

“Es difícil darse cuenta de que las cosas no van bien y parar, priorizarse a una misma y cuidarse. Saber rodearse de gente que te hace bien y de profesionales capacitados para acompañarte en el proceso. En el fútbol como en todos los ámbitos de la vida, cuando la cabeza no está bien, nada funciona, por eso es primordial darle la importancia que se merece.

La sociedad cada vez está más concienciada del tema, pero aún faltan muchas herramientas y conocimiento sobre el tema. Sentir el apoyo de tu club, de tu gente y de tu familia, es tan importante como sentir el tuyo propio.”

ANNA TORRODÀ



“

“Podría disfrazar los motivos por los cuales dejo el fútbol pero no lo voy a hacer, lo dejo por cuestiones de salud mental, y lo comparto para aquellos que me lean y se den cuenta de que no están solos, que en esta vida hay que priorizarse por encima de de todo, que desde que nacemos hasta que morimos solo tú vas a estar contigo, y hay que cuidarse.

Y yo digo adiós para cuidarme”

IRENE LÓPEZ

“

“Cuando tienes un hueso roto, dolor muscular, un virus que te enferma... nadie se plantea que no estas en las óptimas condiciones para rendir. Todo el mundo puede verlo y definitivamente: no puedes rendir. Es obvio.

Cuando se trata de la cabeza no se toma tan en serio. No se ve, es un dolor silencioso y eso parece que lo hace menos dolor a ojos de los demás, sobre todo de quien no lo ha vivido.

Tendemos a tildar de débiles a aquellas personas que pasan por una situación de este tipo cuando no hay nada más lejos de la verdad. Puedes tener el cuerpo más atlético del planeta tierra que si la cabeza no acompaña, estas perdida.”

ANDREA CARID

“

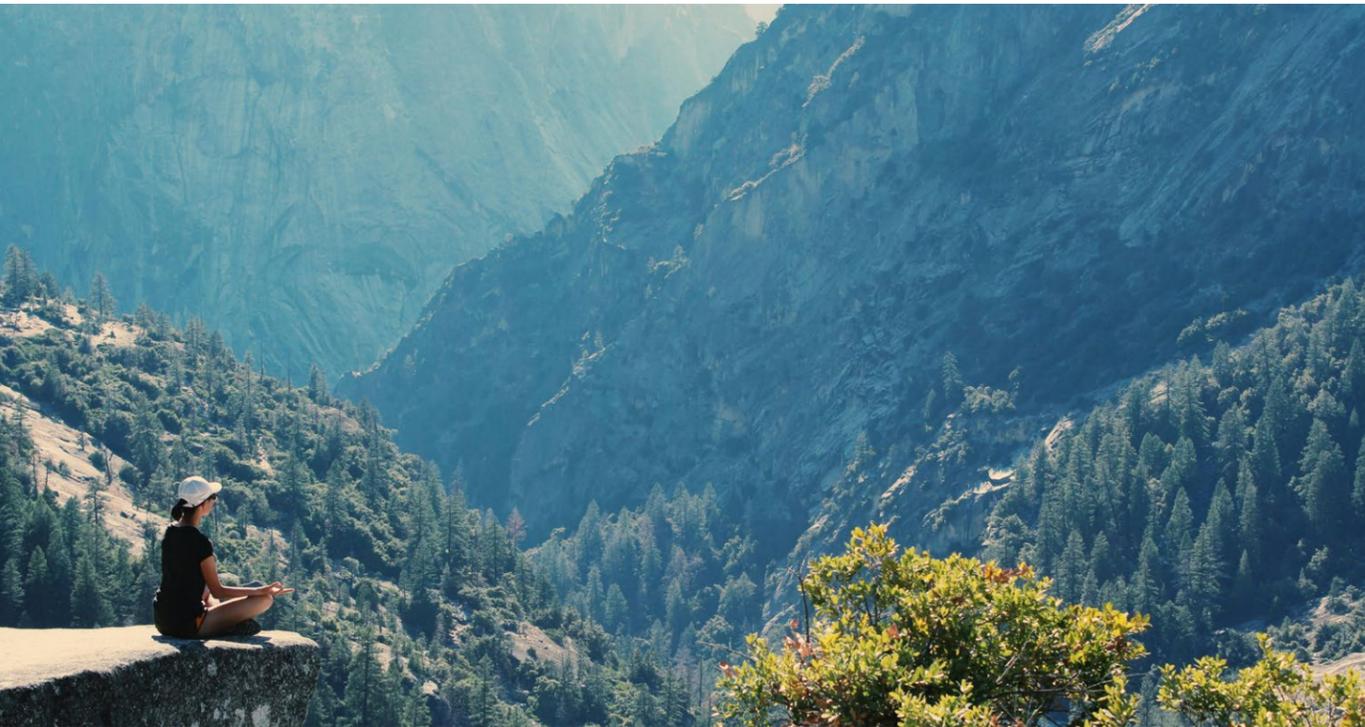
“Principalmente sentía que mi pasión, lo que llevaba siendo mi pasión desde los 4 años, había dejado de serlo.

No me ilusionaba venir a entrenar, lo pasaba mal. Irme de mi casa eran los momentos más duros.

Entré en un bucle de negatividad, de rechazo... me siento identificaba con lo que decía hace poco Ricky Rubio, que el personaje se comió a la persona.

Llevaba toda la vida enfocada en Laurina y me había olvidado de Laura. Había que trabajar para volver a tener una parte estable sobre la que sostenerme.”

LAURA GUTIERREZ (LAURINA)



La actividad deportiva es un factor muy importante de nuestra sociedad actual, forma parte del estilo de vida y está inmerso de una manera y otra en nuestro día a día.

Si hablamos del deporte de élite, generalmente, se asocia a los deportistas de alto rendimiento con personas que siempre están preparadas para afrontar situaciones complejas, trabajar bajo presión y estrés. Pero la salud mental siempre ha sido un concepto complicado y poco tratado, especialmente si se habla de salud mental en deportistas.

En los acuerdos de negociación colectiva de otros países del mundo y en diferentes sectores muestran el camino para proteger los intereses de las jugadoras profesionales y protegerlas más ante problemas de salud mental.

Con el II Estudio FUTPRO sobre la salud mental se han sacado puntos de mejora clave para que las jugadoras de nuestro país nunca vean mermado su rendimiento por temas de salud mental:

- Es muy positivo ver que más del 55% de las futbolistas opina que las instituciones han avanzado en los últimos años en este punto, pero preocupa que al final únicamente es la mitad de las jugadoras. Todas las demás sienten que el progreso es muy lento y muy pequeño respecto a lo que necesitarían. Esto marca un área de mejora clara.
- El punto más preocupante del estudio es que casi la totalidad de las encuestadas (95,8%), creen que hay muchas futbolistas que ocultan sus problemas de salud mental porque temen represalias de sus clubes. El apoyo y progreso de las instituciones que conforman el fútbol femenino de nuestro país, debe ser el centro del desarrollo y deben estar preparados antes problemas de salud mental para dar el apoyo necesario a la deportista.

Aunque la salud mental está afectando a una gran parte de los atletas de élite, todavía no recibe la atención que merece. Desde FUTPRO buscamos demostrar que es un gran problema y esperamos que ayude a cambiar la conversación sobre la salud mental, aumentar la conciencia sobre el problema y ayudar a cambiar las políticas.



AMANDA GUTIÉRREZ
PRESIDENTA FUTPRO

En un año importante para el deporte femenino español con la celebración de los Juegos Olímpicos de París 2024 y con la resaca de la victoria en el Mundial Femenino de la FIFA Australia & Nueva Zelanda 2023 y la UEFA Nations League, es trascendental reflexionar sobre la importancia de la salud tanto mental como física.

La salud mental en el deporte de élite es la gran asignatura pendiente de España, la depresión, la ansiedad o trastornos alimentarios son el gran fracaso de nuestro deporte.

El fútbol de élite tiene una exigencia mental muy elevada y las deportistas están sometidas a continuas exigencias que les obliga a enfrentarse y adaptarse continuamente a escenarios nocivos. Con este estudio buscamos que las instituciones que rodean al fútbol femenino puedan ver las preocupaciones y los miedos de las futbolistas para darle la importancia y el espacio que debe tener la salud mental.

A nivel cultural, estos estigmas están arraigados a nuestra sociedad y no es un problema solo del deporte. Pero el fútbol como deporte de masas tiene la obligación de dar un ejemplo a la sociedad y ayudar en la visibilización y concienciación de esta problemática. Las instituciones deportivas deben contar con el plan de prevención y detección creado por expertos que ayuden a los deportistas a detectarlo y sanarlo, pero sobre todo darle la importancia que merece.

AMANDA GUTIÉRREZ
Presidenta FUTPRO



02

SALUD MENTAL EN EL FÚTBOL FEMENINO

Publicado en Mayo 2024

Email
info@futpro.es

Web
<https://futpro.es/>