

Crónicas deportivas

SIN CUMBRE DEPORTIVA

ENRIQUE RAFAEL POLO ANDRADE

ATLETA Y MÉDICO DE CORAZÓN

■ Dayana Pinzón Callejas



Observatorio
de Ciencias Aplicadas al Deporte,
la Recreación y la Actividad Física
Cartagena de Indias



ENRIQUE RAFAEL POLO ANDRADE ATLETA Y MÉDICO DE CORAZÓN

Por Dayana Pinzón Callejas

El atletismo es uno de los deportes más populares y antiguos que existe a nivel mundial. Desde sus orígenes, el homo sapiens empleaba actividades motrices como la carrera, la marcha, el salto y el lanzamiento como recursos para la supervivencia. Así mismo, se cree que ya realizaba confrontaciones mediante ejercicios de fuerza, velocidad o resistencia.

Sin embargo, el principal referente histórico del atletismo se remonta a la Antigua Grecia con los Juegos de Olimpia, donde el ganador tenía el honor de encender la llama del gran sacrificio al dios Zeus, en cuyo honor se hacían los juegos.

Cartagena y Bolívar cuentan con una gran participación de atletas, que se han destacado en disciplinas como el salto triple. Tal es el caso de **Enrique Rafael Polo Andrade**, un joven ex-atleta y médico residente en Atlanta, Estados Unidos, que se autodefine como: “*más cartagenero que la empanada con huevo*”.

Frente a ese referente espacio-cultural en que se ubica gastronómicamente el atleta, es preciso aclarar, que existe un gran debate acerca del verdadero nombre de este plato típico, la gran mayoría la conoce como arepa de huevo. Sin embargo “*el nombre de empanada*

con huevo fue utilizado por las generaciones pasadas y debido al comercio cambió a arepa con huevo”¹. Adicional a ello, el influyente Daniel Lemaitre compositor del himno de Cartagena y de la Armada Nacional, también escribió el poema “*la empanada con huevo*”. Donde describe el origen y las características de este platillo que sigue deleitando el paladar de nacionales y turistas. Un extracto de dicho poema es el siguiente:

*Cosa vieja, cosa buena
con que no podrá “lo nuevo”
es la empanada con huevo
oriunda de Cartagena.
Si alguna dicha terrena
entre los mortales anda
es esa cosa admirada
de masa y de huevo frito
nacida en el corralito
una noche de parranda.*

El Instituto Distrital de Deporte y Recreación -IDER- dedica este espacio para visualizar la destacada actuación en este deporte multidisciplinario cartagenero.

¹ El Universal “Cómo se debe decir en Cartagena: ¿empanada con huevo o arepa con huevo?”

Nació al sur de la ciudad en el barrio El Socorro, en un hogar conformado por Enrique Polo Molina y Piedad Andrade Madiedo; estudió en el Colegio Salesiano San Pedro Claver, donde inició su pasión por el deporte a la edad de 11 años. Inspirado inicialmente por su madre quien participó en la selección Bolívar de atletismo y gracias al deporte ella pudo ingresar a la universidad y estudiar Química Farmacéutica.

En un principio estaba fuertemente inclinado por el patinaje, pero no tenía patines, por lo que decidió asistir a las prácticas de atletismo con el profesor de educación física, Manuel “Mañe” Díaz. Allí experimentó todas las modalidades, excepto lanzamiento. Esto le permitió participar en los Intercolegiados de la ciudad, y luego en los campeonatos departamentales donde obtuvo sus primeras medallas.

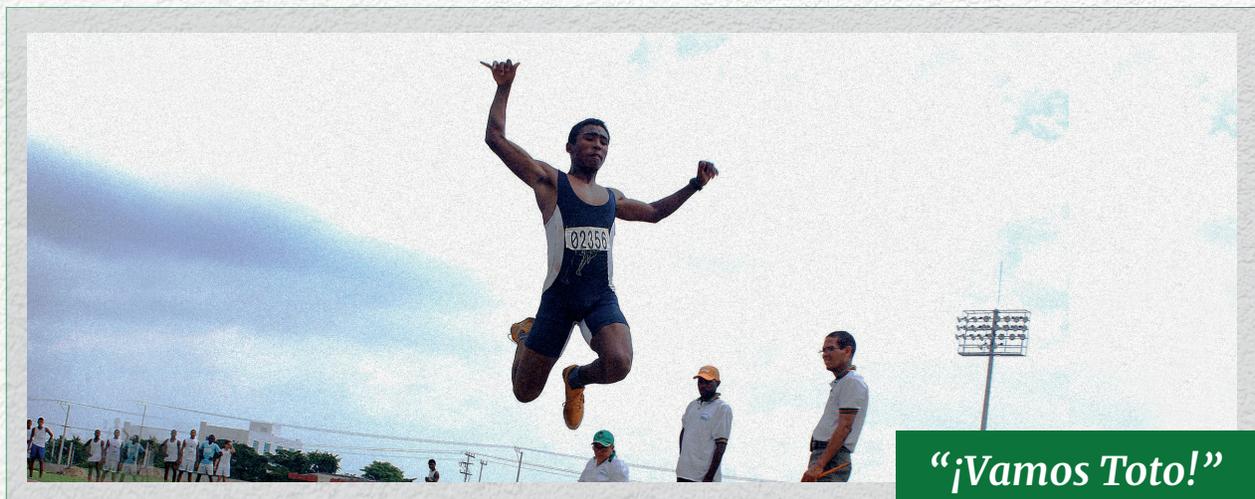
Su abuelo, Rafael Andrade Sosa, también ex-atleta en la categoría master, inició en el atletismo con 60 años de edad. Acompañaba a su nieto a todos los campeonatos y desde las gradas le gritaba “¡VAMOS TOTO!”, a esa porra energética y motivacional se unían sus amigos, familiares y demás espectadores. *“Eso es lo más chévere del deporte, cuando estás compitiendo y sientes ese apoyo no solo de la familia y de los compañeros, sino también del resto del público, cuando ven que estás haciendo las cosas bien, recuerda Enrique.*

Dos años más tarde, empezó a entrenar con una profesora cubana llamada Modesta, especialista en deporte de alto rendimiento. Cada vez el entrenamiento se tornaba más duro, practicaba entre seis y ocho horas diarias. En las tardes entrenaba pesas y luego retornaba al estadio para seguir en atletismo.

Esta rutina muchas veces se repetía de lunes a domingo. *“El atletismo es bonito, pero hay un dicho: ‘debes llorar en el entrenamiento para reírte en las competencias’.* Por ejemplo, si eres saltador, saltas un millón de veces para hacer tres saltos; si eres velocista, corres como 40km para correr 100mts”, explicó Enrique en una entrevista, resaltando que una de las claves para la mejora constante es: *“la repetidora de la repetidora”* y así el cuerpo empezará a mecanizar los movimientos.

La profesora Modesta fue quién técnicamente entrenó y le dio mucha fortaleza al atleta cartagenero. No obstante, ella tuvo que regresar a Cuba debido a que fue diagnosticada con cáncer de estómago, y años después falleció.

Posteriormente comenzó a entrenar con el profesor originario de Cuba, Loisan Acosta Hernández, especialista en salto, del club Comfenalco. Teniendo en cuenta que su discípulo practicaba la mayoría de las disciplinas



del atletismo, el profesor Loisan lo sometió a pruebas múltiples; descubrió que era rápido y bueno en saltos a pesar de su baja estatura. Por lo general, los atletas se caracterizan por ser físicamente altos. Sin embargo, Enrique no tenía esa condición morfológica a su favor, pero con apenas 168 cms de estatura, siguió entrenando.

En 2008 participó en la categoría infantil en el campeonato nacional que se realizó en Bogotá. Obtuvo medalla de oro en la carrera de 80mts, oro en relevo, pero en su prueba favorita que era salto no la obtuvo. Esto le generó mucho estrés y tensión, porque siempre quería ganar, se preguntaba: *“¿para qué voy a practicar atletismo si no voy a ser el mejor?”*; reconoció que era pésimo perdedor, pero eso le dio fuerzas para seguir adelante.



Una semana después participó en otro campeonato nacional; *“No me dio la tabla en el salto largo, en los 80mts, me tensioné y no pude correr bien”*, dijo. Recuerda que uno de sus compañeros al que siempre le ganaba logró entrar en la selección Colombia. Enrique no lo consiguió debido al nivel de estrés que le produjo no haber obtenido los resultados esperados en el campeonato previo. Su abuelo le decía: *“mírale el lado bueno, ganaste experiencia”*. Fue en ese momento cuando aprendió a disfrutar el deporte.

Finalmente, Enrique había alcanzado la paz mental. Ya no vivía tensionado y estresado por ganar y ser el mejor en cada competen-

cia. Desde entonces, vivía el atletismo a flor de piel, se sabía toda la historia olímpica. Para él era muy importante saber qué estaba haciendo. Cuando iba a una competencia, investigaba los registros de todos los competidores y las mejores marcas. En su momento sabía quiénes eran los mejores en las diferentes pruebas.

Con 14 años de edad pasó a la categoría menores, y empezó a entrenar para salto triple: *“lo que no tenía en estatura lo compensaba con fuerza y la técnica”*. Se convirtió en su nueva pasión, cuenta que caminaba e iba haciendo salto triple, subía las escaleras e iba haciendo salto triple. En 2010 participó en el campeonato nacional que se llevó a cabo en Bogotá y obtuvo el cuarto lugar en la categoría menores en salto triple.

Como por arte de magia, Enrique notó que su rendimiento en el colegio empezó a mejorar. Atribuye esa mejora al atletismo, que le ayudó a desarrollar fortaleza y autoestima, pues antes no era el más disciplinado del salón, y solo pensaba en pasar las materias. Contrariamente, siempre le ha gustado leer gracias a que su abuelo, quien además de atleta con 78 años de edad puede correr fácilmente 10 km, también es un apasionado por la lectura, y le prestaba sus libros.

Enrique define el 2011 como su mejor año, debido a una serie de importantes acontecimientos en su vida como estudiante y atleta. En primer lugar, logró coronarse como campeón nacional en salto triple y consiguió clasificar para los Juegos Centroamericanos en Panamá. Allí representó a la selección Colombia, donde ganó medalla de plata. Para esa preparatoria se encontraba entrenando con un joven profesor colombiano llamado, Luis Puertas Vargas, quien realizó sus estudios en Cuba.

El mismo día de la clasificatoria a los Juegos Centroamericanos de Panamá, que se realizó en Medellín, presentó y pasó el examen de admisión de la Universidad de Cartagena en la

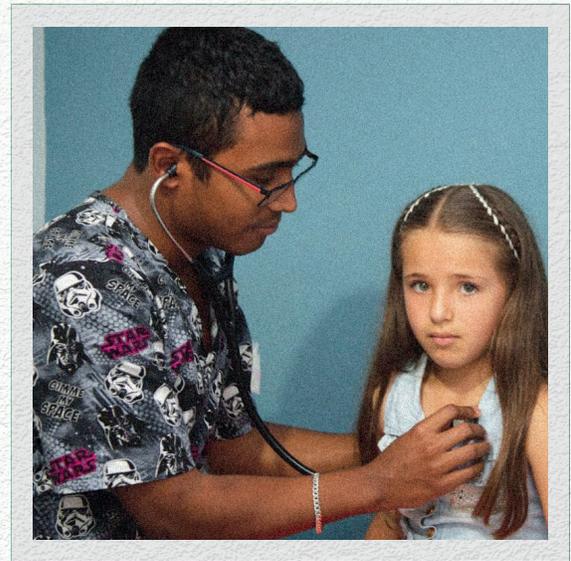
carrera de medicina. Ese mismo año, salieron los resultados de las pruebas de estado ICFES donde obtuvo la posición 20 de entre 1000 estudiantes.

Al regresar de Panamá, llegó a Bogotá donde le tocaba esperar un día para poder regresar a Cartagena en bus. Eso lo decepcionó mucho, sin embargo, el deporte le enseñó a encontrar soluciones y a formar su carácter.

Le quedaba un año en la categoría menores y se aproximaba la clasificatoria para el mundial en Lille, Francia. Estaba muy cerca de la marca en salto triple, a unos escasos 25cm y contaba con un año para mejorar. Se levantaba muy temprano y en compañía de su abuelo se iba a entrenar a un campo de softbol cerca del barrio el Socorro. No le importaba pasar mucho tiempo bajo el ardiente sol de la heroica. Por el contrario, le agradaba sentir el cansancio en sus piernas al llegar a casa después de entrenar: *“me encantaba sentir esa sensación de ¡lo logré!, y cada vez me imponía metas más grandes. El deporte se va volviendo adictivo, siempre quieres más y quieres mejorar”*; expresó.

De repente, en las pruebas de entrenamiento no lograba los resultados que se proponía, su cuerpo ya no le daba y tenía fijado en su mente estudiar medicina. No quería iniciar sus estudios profesionales como si estuviese en el colegio, pues ya no iba a estudiar para pasar las materias con buenas calificaciones, sino para cuidar y salvar vidas.

Enrique practicaba deporte por amor, porque le gustaba y le hacía sentir bien. Cuando empezó su carrera como médico se dio cuenta que podía beneficiarse de una beca por ser deportista. De modo que practicaba deporte como una actividad extracurricular mientras estudiaba. En segundo semestre de la carrera retomó los entrenamientos porque sentía el vacío que le había dejado el atletismo.



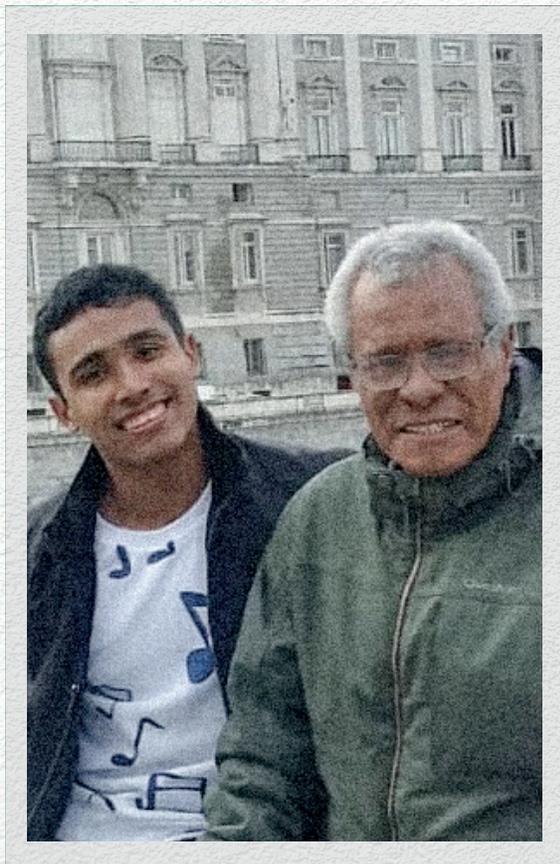
Si bien, el deporte ha sido fundamental en la vida de Enrique, dejó de practicar atletismo porque se hacía el siguiente cuestionamiento: *“¿qué posibilidades tengo de salir adelante con el deporte?”*; observó cómo muchos de sus compañeros que siguieron con el deporte no contaban con un salario básico; *“no todos logran monetizar el deporte, como Cristiano Ronaldo que pueden vivir del deporte”*, se decía.

“Se necesita que haya masificación deportiva con planes deportivos desde el colegio, que los profesores capten a los niños, sean entrenados y desde allí empiece el proceso”, plantea Enrique, y sugiere que el acompañamiento desde niños es crucial para el desarrollo de grandes atletas olímpicos o deportistas.

Es increíble el mundo de posibilidades que brinda el deporte a la juventud, desde construir una sociedad con una niñez alejada de las cosas malas y de los vicios, hasta facilitar el acceso a la educación superior mediante el otorgamiento de becas.

No ha sido fácil para Enrique Polo Andrade haber renunciado al atletismo. A pesar de ello, sigue trotando, corriendo y haciendo ejercicio. En su mente resuena todos los días aquella

frase de su abuelo que decía: “*del tamaño de tus sueños es el tamaño de tus logros*”. De vez en cuando se pone a pensar: “*¿y si me pongo a practicar, de pronto me puedo volver fondista o pesista?*”; es por ello que no pierde la esperanza de resurgir en el atletismo.



De cada situación que enfrentó como atleta, extraía un aprendizaje. Para él lo más importante no era la medalla o llegar a la meta, “*sino el camino y todo lo que en él aprendió*”. Aunque esto no lo entendió sino después de muchos años.

Uno de los principales valores que el atletismo le ha dejado en su vida personal y profesional ha sido la constancia. Análogamente, “*la medicina es una carrera de fondo, es una carrera muy larga, una carrera de tiempo completo*”. Recuerde el lector que este joven amante al deporte entrenaba gozoso muchas horas al día para ser cada vez mejor, para superarse y demostrarse a sí mismo que podía lograr todo lo que se propusiera.

Su talento más allá de la velocidad y el salto han sido la constancia, el seguir practicando e insistiendo a pesar de ser rechazado en varias ocasiones por su estatura. Nadie esperaba que pudiera ser tan buen atleta. Una vez empezó su buena racha, su profesor le dijo: “*ya rasguñaste, ahora mete las garras*”. El deporte le dio confianza, se convirtió en un estilo de vida, siempre disfrutó el atletismo y le gustaba compartir con las personas.

Actualmente se encuentra residiendo en Atlanta, Estados Unidos y en los próximos meses viajará a España para dar inicio a sus estudios de especialización en cardiología.