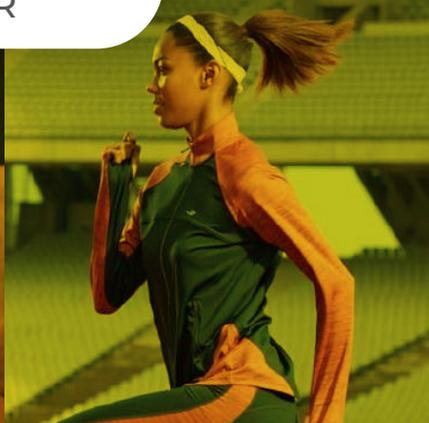


EDICIÓN 1
NOVIEMBRE 2021

Sinergias

PUBLICACIÓN DEL INSTITUTO DISTRITAL
DE DEPORTE Y RECREACIÓN - IDER



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



Observatorio

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



Sinergias



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

PUBLICACIÓN DEL INSTITUTO DISTRITAL
DE DEPORTE Y RECREACIÓN - IDER



ALCADE DE MAYOR DE CARTAGENA DE INDIAS

William Dau Chamat

DIRECTORA

INSTITUTO DISTRITAL DE DEPORTE Y RECREACIÓN – IDER

Viviana Londoño Moreno

DIRECTOR DE FOMENTO DEPORTIVO – IDER

William Marrugo Torrente

OBSERVATORIO DE CIENCIAS APLICADAS AL DEPORTE,
LA RECREACIÓN Y LA ACTIVIDAD FÍSICA – IDER

COORDINADOR OBSERVATORIO – IDER

José Guillermo Torres Ortiz

ASESOR DE DIRECCIÓN DE COMUNICACIONES Y PRENSA – IDER

Germán Danilo Hernández Torres

DISEÑADORES GRÁFICOS

Luis Napoleón Barvalópez Velásquez

María Fernanda Moya Molano

.....
CIUDAD DE EDICIÓN

Cartagena de Indias–Bolívar

CORRE ELECTRÓNICO

observatorio@ider.gov.co

DIRECCIÓN FÍSICA

Pie de la Popa, Cra.30 No.18A-253.

Teléfono: 6653504



Observatorio

de Ciencias Aplicadas al Deporte,
la Recreación y la Actividad Física

Cartagena de Indias

CONTENIDO

EDITORIAL

SINERGIAS Pag. 8
Viviana Londoño Moreno

**MADRÚGALE A LA SALUD (MS) Y NOCHES
SALUDABLES (NS): UNA FUNDAMENTACIÓN
TEÓRICA** Pag. 10

Giselly Landázuri Parra
Dayana Pinzón Callejas
Alexander Álvarez May
Merlín Pájaro Álvarez

CRÓNICAS DEPORTIVAS

**CARTAGENA Y BOLIVAR “CUNA
DE CAMPEONES”**Pag. 34
José Guillermo Torres Ortiz

**LA PROFE YENNY, SALVANDO VIDAS
DESDE EL DEPORTE** Pag. 40
Giselly Landázuri Parra

**BERENICE MORENO ATENCIA, ÍCONO DEL
PATINAJE COLOMBIANO**.....Pag. 42
José Guillermo Torres Ortiz

**ENRIQUE RAFAEL POLO ANDRADE, ATLETA
Y MÉDICO DE CORAZÓN** Pag. 48
Dayana Pinzón Callejas

**HERMANOS BLANCO TORRES,
LANZADORES DE SUEÑOS**.....Pag. 52
Zamir Contreras López

**EDIANA JIMÉNEZ CARVAJAL, TRANSFORMANDO
VIDAS DESDE LA GIMNASIA**Pag. 56
Dayana Pinzón Callejas

**ALFONSO PÉREZ TORRES, NUESTRO
PRIMER MEDALLISTA OLÍMPICO** Pag. 60
José Guillermo Torres Ortiz

**MADY CAMELO, DE LA PISTA ATLÉTICA
A LAS PASARELAS** Pag. 66
Giselly Landázuri Parra

**TEDDYS SILVA HERRERA, NUNCA ES
TEMPRANO PARA EMPEZAR** Pag. 68
Zamir Contreras López

**GUSTAVO MERCADO, DEL EMPIRISMO
A ENTRENADOR CERTIFICADO**Pag. 72
Dayana Pinzón Callejas

**MIGUEL “MASCARA” MATURANA, “40 AÑOS
DESPUÉS DE MONTREAL 1981”**Pag. 76
José Guillermo Torres Ortiz

**MANUEL DÍAZ GONZÁLEZ, EL FORJADOR DE
ATLETAS BOLIVARENSES: EL PROFE MAÑE**..... Pag. 80
Giselly Landázuri Parra

**LEONARDO FUENTES OROZCO, MÁS
ALLÁ DE UNA FIRMA**Pag. 82
Zamir Contreras López

EDITORIAL

Sinergias

Viviana Londoño Moreno

Uno de los propósitos trazados por la dirección del Instituto Distrital de Deporte y Recreación –IDER– desde enero de 2020 fue el de fortalecer el observatorio de ciencias aplicadas al deporte, la recreación, la actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, como ente impulsor de la investigación científica y la gestión del conocimiento en temas relacionados con el sector.

Los resultados han sido ampliamente satisfactorios: en los dos años transcurridos se ha fortalecido una dinámica académica en torno al deporte y la recreación, con origen institucional público, lo que no tenía antecedentes en el contexto local. Las limitaciones impuestas por la pandemia del Covid 19 no fueron obstáculos para avanzar en este cometido; logrando en la vigencia pasada la realización de múltiples actividades desde plataformas virtuales, y cerramos el año con un extraordinario encuentro internacional denominado Deporte y Comunidad en el Siglo XXI en el marco del cual se publicó igualmente la primera cartilla con el mismo nombre del evento.

En 2021, la agenda académica institucional ha sido bastante nutrida con la realización de seminarios, foros, talleres, conversatorios y la producción de artículos especializados sobre diferentes temas de interés, cuya compilación hace parte de la publicación que hoy está en sus manos y que hemos denominado “*Sinergias*”, por ser una palabra que representa la unión de esfuerzos y voluntades de muchas personas y organizaciones que coinciden en el propósito de engrandecer el deporte la recreación y la actividad física en nuestro territorio.

Esta cartilla tiene precisamente el propósito de mostrar ese trabajo mancomunado de nuestros equipos internos, de las áreas de recreación, deporte y del observatorio, en busca fortalecer la oferta misional del instituto a través de la investigación y el trabajo articulado con universidades, centros académicos, y organizaciones deportivas, entre otras.

El artículo central de esta edición se enfoca en la fundamentación teórica que orienta las estrategias “Madrúgale a la salud y Noches



Observatorio

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

Saludables”, con el propósito de dimensionar el soporte científico que caracteriza a los diferentes programas y actividades que se enmarcan en estas estrategias, para beneficio de las comunidades. Asimismo, hacen parte de esta publicación historias de deportistas que con su esfuerzo y tenacidad representaron a Cartagena de Indias, Bolívar y Colombia en diferentes eventos nacionales e internacionales, y reseñas de personajes como entrenadores, líderes y gestores sociales para quienes el deporte es una herramienta de transformación e inclusión social.

Cabe resaltar, que desde el observatorio de ciencias aplicadas al deporte, la recreación, actividad física y el aprovechamiento del tiempo libre, se tiene el firme propósito de favorecer la política de gestión del conocimiento, la innovación y la apropiación social del conocimiento desde sus diferentes proyectos, en aras de facilitar y promover el uso del conocimiento específico del sector en la solución de problemas cotidianos y la construcción de políticas públicas asociadas al deporte para mejorar la calidad de vida de los cartageneros.

“Sinergias”, es uno de los productos que vincula no solo diferentes áreas del IDER en la producción de conocimiento socialmente pertinente, sino que incluye, como lo hemos dicho antes a actores del sistema deportivo, para la construcción de una memoria colectiva que permita mirar el pasado para la construcción del futuro del deporte en la ciudad de Cartagena, desde una perspectiva formal, que permita afrontar los retos de manera adecuada y pertinente, buscando aportar mecanismos que contribuyan al desarrollo social y el mejoramiento de la calidad de vida en el territorio.

Los invito a disfrutar, compartir y coleccionar esta experiencia documental, que está llamada a convertirse en fuente de consulta para expertos y neófitos interesados en el pasado, el presente y el futuro del deporte, la recreación y la actividad física en nuestra querida Cartagena de Indias, para seguir realizando esfuerzos conjuntos por ella.



Actívate
por tu salud
Cartagena de Indias

SPORTS



**MADRÚGALE A LA SALUD (MS)
Y NOCHES SALUDABLES (NS):
*UNA FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA***





Agradecemos la asesoría y el acompañamiento por parte de la profesora Idis Alfaro Ponce de la Universidad de San Buenaventura, Cartagena; así como, al Doctor en Ciencias de la Cultura Física, José Ignacio Ruíz Sánchez de la Universidad de Ciencias de la cultura física y el deporte “Manuel Fajardo”, República de Cuba; a los demás miembros del equipo de Recreación: a la Licenciada en Educación Física y Recreación, Ediana Jiménez Carvajal y a Luis Eduardo Díaz Ballestas, tecnólogo en Entrenamiento en Gimnasio, actividad física, cultura física y recreación Quiénes han contribuido con su experiencia al desarrollo de este artículo.

MADRÚGALE A LA SALUD (MS) Y NOCHES SALUDABLES (NS): UNA FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

Giselly Landázuri Parra ¹
Dayana Pinzón Callejas ²
Alexander Álvarez May ³
Merlín Pájaro Álvarez ⁴

RESUMEN:

Esta investigación de tipo documental recoge la revisión de literatura sobre las estrategias de Actividad Física – AF, que, permite fundamentar teóricamente el plan semanal de Madrúgale a la Salud – MS, y Noches saludables – NS, del Instituto Distrital de Deporte y Recreación de Cartagena – IDER, con el propósito de fortalecer su fundamentación teórica y sus procesos operativos en busca de promover espacios de innovación y evaluación desde una aproximación a la Actividad Física Comunitaria – AFC. Esta fundamentación se realiza desde tres dimensiones: instructivo-educativa, didáctico- pedagógica y científico-metodológica y las palabras clave utilizadas para la revisión documental son: actividad física comunitaria, estrategias de actividad física y hábitos y estilos de vida saludables, la cual se delimitó en el periodo 2000 al 2020, obteniéndose más de 200 artículos de diferente tipo. Las referencias provienen de las bases de datos del Ministerio de Salud, la OMS, Google académico, Scientific Electronic Library Online (SciELO), Dialnet, Medline, documentos administrativos del IDER del programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable – HEVS, desde el proyecto Mejoramiento de

los estilos de vida mediante la promoción masiva de una vida activa en los habitantes del distrito de Cartagena y la Biblioteca Digital de Colombia. Este ejercicio permitió una retrospectiva y fortalecimiento de las bases teóricas en la ejecución y realización de las estrategias aplicadas a la AFC brindadas a la población cartagenera. Posibilitó un manejo más eficiente del plan semanal de MS y NS, como también unificar criterios en torno a la AFC, los métodos, la técnica y el lenguaje utilizado durante la enseñanza y la práctica de esta por parte del profesorado del IDER, a fin de unificar criterios en función de brindar un mejor servicio.

PALABRAS CLAVE: Actividad física comunitaria (AFC), Estrategias de actividad física, Hábitos y Estilos de vida saludables (HEVS).

INTRODUCCIÓN

Tener hábitos y estilos de vida saludables, permite a las personas realizar sus funciones de manera más eficaz y a su vez eficiente en sentido psicológico, físico y emocional, así como, tener un

¹ Politóloga, especialista en gerencia de proyectos, maestrante en Cooperación Internacional al Desarrollo de la Universidad de la Rioja, España. Investigadora y líder del proyecto de Aplicación de la ciencia, la Tecnología y la Innovación (CTeI) del sector deporte del Distrito de Cartagena de Indias del observatorio de ciencias aplicadas al deporte, la recreación y la actividad física del Instituto Distrital de Deporte y Recreación (IDER).

² Economista y asistente de investigación en el proyecto de Aplicación de la ciencia, la Tecnología y la Innovación (CTeI) del sector deporte del Distrito de Cartagena de Indias del observatorio de ciencias aplicadas al deporte, la recreación y la actividad física del Instituto Distrital de Deporte y Recreación (IDER).

³ Licenciado en Educación física, recreación y deportes. Maestrante en Motricidad y Desarrollo Humano. Coordinador del programa de Hábitos y Estilos de vida saludable IDER. Bailarín Investigador.

⁴ Profesional en Historia de la Universidad de Cartagena. Tecnología en Actividad Física. Aspirante a la especialización de arte y aprendizajes de la Universidad de los libertadores.

mayor nivel de competitividad y rendimiento en los diferentes espacios donde se desarrolla su cotidianidad (Durán et. al., 2017). El individuo activo es un individuo feliz y por ende va a ser más productivo en su diario vivir, en tanto sea consciente de su dinámica de vida cotidiana (Oblitas Guadalupe, 2008; Menéndez Montañez, 2011). Actualmente la decisión de adopción o rechazo de los hábitos y estilos de vida saludable está relacionada con el contexto socioeconómico y cultural, sin embargo, es claro que su promoción suscita el desarrollo social integral de la ciudadanía y fortalece la competencia social en el marco de la sana convivencia.

La dinámica social del ser humano ha estado acompañada del progreso material, espiritual e intelectual asociado al creciente desarrollo científico y tecnológico, sin embargo, esa interacción ha incrementado el número de Enfermedades Crónicas No Transmisibles – ECNT, en la población (el tabaquismo, el alcoholismo, el sedentarismo y los malos hábitos alimentarios) (Romero, 2009; Arocha, 2019), lo que García Matamoros (2019) resalta como un mayor nivel de sedentarismo relacionado al uso de la tecnología, que atenta contra el bienestar de las personas por la reducción de la práctica de actividad física.

Teniendo en cuenta lo anterior, una de las acciones a nivel mundial fue el Plan de Acción de Actividad Física 2018–2030 propuesto por la Organización Panamericana de la Salud – OPS, que ilustra los factores positivos de la AF y el acompañamiento que debe tener desde lo político, lo económico, social y cultural en cada nación donde la AF sea un pilar del desarrollo y este integrada al diario vivir de las comunidades. De acuerdo con la OPS (2019) “La inactividad representa entre el 1% y el 3% de los costos nacionales de atención médica, aunque se trata de cifras que no incluyen los costos asociados con las afecciones de salud mental y musculoesqueléticas” (p.7).

Ahora bien, al referirse al estilo de vida es necesario partir de una concepción general entre diversos enfoques técnico-científicos sobre el tema. Es una categoría que expresa formas particulares del quehacer humano en determinado momento y las formas de organización social que determinan el estado de salud y que se interrelacionan entre sí con mutuas influencias (Campos, 2007). Estas categorías se relacionan estrechamente con la esfera conductual y motivacional de los seres humanos y, por tanto, alude a su forma personal de realización como ser social, en condiciones concretas y particulares (Lorenzo Díaz & Díaz Alfonso, 2019).

La Organización Mundial para la Salud (OMS, 2011) concibe la AF como un indicador relacionado con la posibilidad de la persona de ejercer sus costumbres culturales, de ser independiente

y productiva, a tener situaciones de vida estables y al estar cómoda en el lugar que vive; es decir, la satisfacción personal y la autorrealización del individuo dentro del proceso de calidad de vida.

En el ámbito internacional y nacional múltiples han sido los autores interesados en investigar sobre la temática de la AF, reconociendo tres enfoques esenciales: el sociológico, el cultural y el biologicista. En el caso del enfoque sociológico autores como Max Weber y Karl Marx establecieron que el estilo de vida de las personas está dado por su conducta y éstas a su vez, están condicionadas por las oportunidades de la vida. Finalmente, las oportunidades están determinadas por las circunstancias sociales, principalmente las socioeconómicas, entre ellas: la ocupación, el ingreso, la educación y el estatus (Pinzón Gómez, 2013).

Por otro lado, en el enfoque cultural se observa las relaciones entre la cultura y el deporte como un campo generador de educación y valor compartido como práctica de socialización (Lee, 2016; como se citó en Pérez Flores & Muñoz Sánchez, 2018) según el diccionario de la Real Academia Española, la AF desde un enfoque cultural comprende el conjunto de conocimientos que permite a las personas desarrollar juicios de valor, modos de vida, costumbres, conocimientos y grado de desarrollo artístico, científico, industrial, en una época o grupo social (Real Academia Española, 2021). En este sentido, pertenecer a una cultura implica crear un estilo de vida que se ajuste o responda a unas condiciones específicas (Vives Iglesias, 2007).

En el caso del enfoque biologicista, cabe resaltar la importancia de la salud más allá de la mirada desde las enfermedades y enfocada en la interacción entre la alimentación, AF y descanso que contenga en resumidas cuentas un bienestar de vida (González Pérez, 2002).

Para el desarrollo de este estudio, se realizó una revisión de literatura sobre las estrategias de AF, que permita fundamentar teóricamente el plan semanal de MS y NS del IDER en Cartagena de Indias desde las dimensiones: instructivo-educativa, didáctico- pedagógica y científico-metodológico propuesta por los investigadores del artículo.

Este ejercicio permitió una retrospectiva y fortalecimiento de las bases teóricas en la ejecución y realización de las estrategias aplicadas a la Actividad Física Comunitaria – AFC, brindadas a la población cartagenera a través del proyecto HEVS. La AFC se define como la relación existente entre salud pública, actividad física, autocuidado y comunidad; asumiendo la comunidad más allá del colectivo y/o el individuo, entendiéndose como ese espacio

donde el ser es y puede llegar a ser, trascendiendo la esfera de lo corpóreo, tangible y orgánico.

Esta fundamentación teórica permitirá un manejo más eficiente del plan semanal de MS y NS, como también unificar criterios en torno a la AFC, los métodos, la técnica y el lenguaje utilizado durante la enseñanza y la práctica de esta por parte del profesorado del IDER, a fin de unificar criterios en función de brindar un mejor servicio.

En consecuencia, en el presente artículo se desarrolla en cuatro secciones, la primera centrada los materiales y métodos utilizados para su construcción, la segunda presenta la caracterización de los programas MS y NS a partir de su delimitación histórica y su evolución, en la tercera se presentan los fundamentos teóricos asociados a la AFC y como se articulan con las estrategias MS y NS. Finalmente, en la cuarta sección se presentan las conclusiones y las recomendaciones para el programa y sus contenidos.

1. MATERIALES Y MÉTODOS

Este artículo es producto del proceso de revisión, análisis y resumen referente a lo relacionado con el objetivo desarrollado en la investigación “sobre las estrategias de AF, que, permita fundamentar teóricamente el plan semanal de MS y NS del IDER en Cartagena de Indias; desde las dimensiones: instructivo-educativa, didáctico-pedagógica y científico-metodológica propuesta por los investigadores del artículo. Para ello, se utilizaron los descriptores: actividad física comunitaria, estrategias de actividad física, hábitos y estilos de vida saludables; con el fin de adelantar una búsqueda de artículos científicos entre los años 2000 y 2020 en la que se encontraron 200 artículos de todo tipo, quedándose con 50 que responden a las palabras claves relacionados con la AF y hábitos saludables.

En la revisión sistemática de bibliografía y estado del arte en relación a la actividad física y las palabras clave de esta investigación se incluyeron como fuentes bibliográficas las publicaciones del Ministerio de Salud, la OMS, Google académico, Scientific Electronic Library (SciELO), Dialnet, Medline, documentos administrativos del IDER del programa de Hábitos y Estilos de Vida Saludable (HEVS) desde el proyecto Mejoramiento de los estilos de vida mediante la promoción masiva de una vida activa en los habitantes del distrito de Cartagena de Indias y la Biblioteca Digital de Colombia. Y finalmente, se establecieron como criterio de exclusión los artículos publicados en idiomas diferentes al inglés y español.

2. ANTECEDENTES Y EVOLUCIÓN DE LAS ESTRATEGIAS DE ACTIVIDAD FÍSICA EN CARTAGENA DE INDIAS

En el marco legal colombiano con la ley 181 de 1995, “Por lo cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física, se crea el Sistema Nacional del Deporte”. Esta Ley ha proporcionado un cuerpo legal consistente que reglamenta y facilita acciones que buscan regular la AF y su fomento en todo el territorio. Estas regulaciones estaban gestionadas por Coldeportes (hoy Ministerio del Deporte), juntamente con los entes departamentales y municipales, con el propósito de mejorar la salud y calidad de vida en las regiones y desde las regiones.

En Cartagena de Indias desde el año 1999, se promueve la apertura de espacios para la AF y sistemáticamente se fomenta el interés en diferentes sectores para practicarla, entendiendo la AF como un proceso comunitario y que vincula elementos de salud pública, actividad física, autocuidado y comunidad, que visibiliza a la comunidad más allá del individuo y se centra en sus interacciones y cuyas actividades trascienden la esfera de lo corpóreo, lo tangible y lo orgánico.

Desde estas iniciativas se estructuraron cinco espacios en la ciudad en los siguientes barrios: Los Caracoles, Bruselas, Pie de la Popa, San Fernando y Crespo. Pérez (2020) indica que en el año 2003 el IDER presentó un proyecto ante el Concejo Distrital, con el propósito de instaurar la AFC como programa institucional del Distrito, este fue aprobado y puesto en marcha con el nombre “Madrúgale a la Salud”.

En el año 2006, el IDER sumo a esta iniciativa la estrategia “Noches Saludables” – NS, atendiendo las diferentes solicitudes de la población, en específico a la dificultad de acceder a estos espacios de MS. El primer espacio de NS se dio en los horarios de la tarde y noche en el parqueadero del Coliseo de Deportes de Combates, teniendo una gran aceptación comunitaria, de tal manera que se fueron añadiendo cuatro puntos adicionales. Igualmente se amplió el número de espacios de la estrategia MS a diez puntos en la ciudad.

Para el año 2008 se incorporaron los centros penitenciarios y cárceles de la ciudad a estas estrategias. En el año 2013 al observar cómo muchas personas de diferentes edades realizaban caminatas en las mañanas y en las tardes, se implementa el proyecto “Caminante Saludable” en la unidad deportiva Fidel Mendoza Carrasquilla, el cual formaliza esta práctica física y la adecua a parámetros funcionales bajo la guía del profesor del IDER.

En el año 2014 se firmó el convenio interadministrativo DADIS-IDER con el proyecto “Empresa Saludable”, cuyo objetivo es crear espacios en las entidades y empresas públicas y privadas que faciliten la práctica de la AFC a través de asesorías relacionadas con los HEVS, entre otros. En 2015 se firmó el convenio IDER-Coldeportes (hoy Ministerio del Deporte), con el propósito de aunar esfuerzos para promover la AFC, por medio de los hábitos saludables y el apoyo a la política pública desde la generación de cambios en la salud, con el fin de disminuir las ECNT y la tasa de sedentarismo.

Años más tarde, para el 2017, los proyectos de AFC tuvieron una mayor demanda, lo que permitió ampliar la cobertura a todo el ciclo vital implementando la estrategia “Joven saludable” dirigida a niños, niñas y adolescentes que comprenden las edades entre los 7 y 17 años, que por sus características socioculturales y obligaciones académicas tenían poco acceso a estas actividades. En consecuencia, las estrategias para la promoción de los HEVS han evolucionado desde su origen a partir de las condiciones de los usuarios (edad y condiciones físicas) y de contextos socioculturales como los horarios y los espacios donde se desarrollan estas actividades. También es posible visibilizar que los contenidos están siendo estructurados desde la práctica comunitaria abriendo espacios a las dinámicas sociales que se gestan desde las comunidades, estableciendo un flujo bidireccional de información y recursos en procura del mejoramiento de la calidad de vida a través de la AFC.

3. RESULTADOS

Varios autores han definido el concepto de estrategia y lo aplican a diferentes actividades sociales o económicas. Para Valdés (2000) (citado por De Armas Ramírez et al., 2003b), es la dirección y el camino que debe adoptarse para un determinado resultado. Son directrices para un resultado correcto y su obtención. Por su parte, Gómez (2000) expresa que es la planificación, organización, ejecución y control de las acciones que deben conducir al grupo a niveles superiores de desarrollo.

De Armas et al. (2003b), señalan que existen varios tipos de estrategias: estrategias creativas, estrategias cognoscitivas, estrategias de pensamiento, estrategias experimentales, estrategias analógicas, estrategias aleatorias, entre otras.

De forma general, la estrategia ha sido concebida como una manera de planificar y dirigir las acciones para alcanzar determinados objetivos. La determinación de metas a largo, mediano y corto plazo y la adaptación de acciones y recursos necesarios para llevar a cabo la estrategia. En este sentido y en el marco de los procesos

de promoción de la AF y la recreación, se puede definir el término estrategia como la proyección de un conjunto de acciones a corto, mediano y largo plazo que permite darle solución a problemas de salud, convivencia y cohesión social, a través de la promoción del bienestar de las personas por medio de la AF en el tiempo libre. El propósito de toda estrategia es vencer dificultades con una optimización de tiempo y recursos. La estrategia permite, a partir de la identificación adecuada del problema, definir qué hacer para transformar la situación existente e implica un proceso de planificación que culmina en un plan general, con misiones organizativas, metas, objetivos básicos a desarrollar en determinado plazo con recursos mínimos y asociado a métodos que aseguren el cumplimiento de dichos elementos.

Para este estudio, se hará particular énfasis en la estrategia de actividad física comunitaria MS y NS, que se constituye como estrategia de fácil acceso y con una población diversa. En estas se promueven procesos de mejora en los estilos de vida saludable a nivel distrital, puesto que en ellas se concretan las intenciones, metas y objetivos de las distintas formas de educar y garantizar el cambio de un estado determinado hacia el estado deseado.

La OMS considera la AF como la principal estrategia de prevención de las ECNT. En ese sentido, la AF se convierte en una estrategia fundamental para promover hábitos y estilos de vida saludables, debido a que es una fuente de experiencia de vida capaz de movilizar recursos económicos, además de los beneficios que genera la posibilidad de modificar hábitos y comportamientos sociales (Vidarte Claros et al., 2011).

En España, ante los aumentos de la obesidad y el sobrepeso en adultos, niños y adolescentes el Ministerio de Sanidad y Consumo puso en marcha en febrero de 2005 la estrategia NAOS (Nutrición, Actividad física, prevención de la Obesidad y Salud), la cual es coordinada por la Agencia Española de Seguridad Alimentaria y Nutrición (AESAN) y fue premiada por parte de la OMS (Ballesteros et al., 2007). Esta estrategia añade a la pirámide nutricional un componente de AF, la cual consta de tres niveles, cada uno de ellos con recomendaciones sobre lo que es aconsejable comer y la AF que debe desarrollarse con una determinada frecuencia (Ballesteros et al., 2007).

En Chile, se muestra un alto nivel de sedentarismo, el cual aumenta a medida que incrementa la obesidad en la población; es por ello, que el Ministerio de Salud inició en 1998 el Plan Nacional de Promoción de Salud. De manera simultánea se crea el Consejo Nacional para la Promoción de Salud o VIDA CHILE el cual contempla cinco temas prioritarios para las políticas de promoción de la salud: la alimentación, la AF, la lucha contra el

tabaquismo, los factores psicosociales y los ambientales (Salinas & Vio, 2003).

En el caso de Colombia, el Instituto Colombiano del Deporte (COLDEPORTES) creó el programa nacional de AF “Colombia activa y saludable” con el objetivo de generar estrategias para disminuir los niveles de sedentarismo, promocionar hábitos de estilo de vida saludables y contribuir al mejoramiento de la calidad de vida de los colombianos utilizando como medio la actividad física (Lozano Rojas, 2009).

Espitia Peraza y Veloza Pineda (2016) proponen una estrategia pedagógica de AF musicalizada para potenciar la motricidad gruesa en estudiantes de noveno grado de una escuela en Chiquinquirá, Colombia. Dado que, notaron un gran desinterés y poca participación del estudiantado en las clases de educación física. Por ello, deciden incorporar la música como un estímulo para cumplir con los objetivos de la clase. Para lograrlo, emplearon las modalidades gimnasia aeróbica, artes mixtas y rumba tropical folclórica.

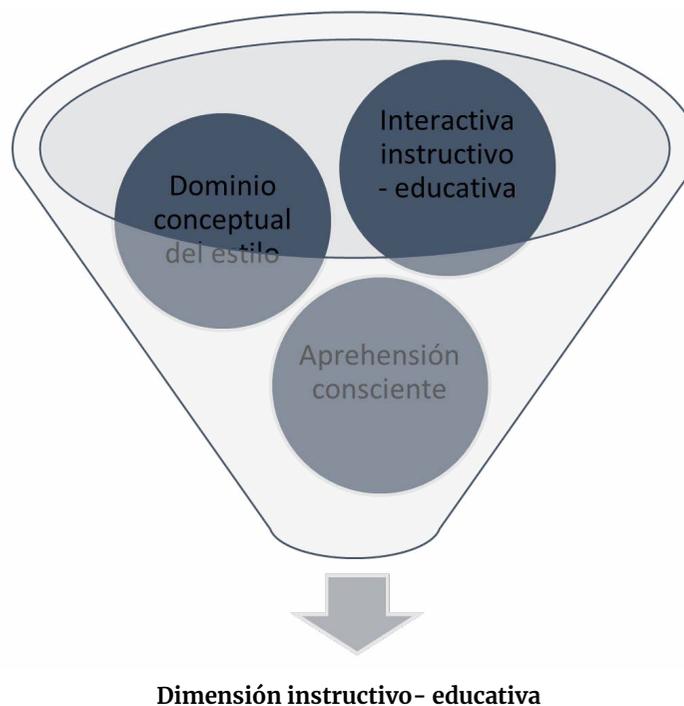
Las estrategias de AF musicalizada, son de igual forma beneficiosas para el adulto mayor. De acuerdo con Aguilar Bolívar (2019), mejora las condiciones de vida, retarda el proceso de envejecimiento y mejora los niveles de capacidad aeróbica. Lo anterior, fue evidenciado mediante el programa de AF musicalizada en adultos mayores de Indeportes Boyacá, Colombia. El programa tuvo una duración de 12 semanas, en el que “manejaron intensidades moderadas y movimientos de bajo impacto, utilizando variedad en géneros para hacer más dinámica la clase, resaltando el folclor colombiano y la música tradicional” (p.114).

En Cartagena de Indias, el IDER como ente rector y promotor de la AFC, la recreación y el aprovechamiento del tiempo libre en el Distrito de Cartagena de Indias crea el programa de “Hábitos y estilos de vida saludables” el cual consta de las siguientes estrategias comunitarias: MS, NS, Joven Saludable, Empresa Saludable, Centros Penitenciarios y Carcelarios, Caminante Saludable, Centro de Acondicionamiento Físico – CAF, Actívate Gestante y Actívate Mayor. Este estudio se centra en MS y NS.

A continuación, se describen las dimensiones a partir de las cuales se fundamentan el plan semanal de las estrategias MS y NS desde las dimensiones instructivo-educativa, didáctico-pedagógica y científico- metodológica con sus componentes en su estructura global.

Dimensión instructivo-educativa:

Ilustración 1: Representación gráfica de los aspectos que intervienen en la dimensión instructivo- educativa



Fuente: elaboración propia

El análisis de esta dimensión parte en principio del hecho que lo educativo es mucho más general que lo instructivo, por lo tanto, constituye un proceso de alcance a largo plazo, pero en la interactividad de ambos se logra en mejores condiciones el cumplimiento exitoso de los propósitos previstos.

El término estilo de vida comienza a ser objeto de las ciencias a partir del año 1939 (Guerrero Montoya & León Salazar, 2010), en disciplinas como la sociología, el psicoanálisis, la antropología, la psicología de la salud y la medicina; mostrando cómo el fenómeno ha tenido una gran trascendencia en las diferentes dimensiones de la vida en sociedad, permitiendo su estudio desde diferentes enfoques, tales como el sociocultural y el biologicista, entre otros. En el enfoque sociocultural se considera que las variables psicosociales son las principales determinantes de la adopción y mantenimiento de un estilo de vida dado, por eso ha ido evolucionando su concepción desde la sociedad al individuo

y su personalidad. Aquí se determina incluso la existencia de un proceso de socialización del estilo de vida sustentado en la Teoría Ecológica del Desarrollo de Bronfenbrenner (1987) la cual habla de un microsistema (se corresponde con la cultura en la cual el individuo nace y se desarrolla), un mesosistema (incluye las interrelaciones entre la familia y la escuela o la familia y el trabajo) y un microsistema (entorno inmediato en el que se sitúa la persona en desarrollo), este último ha sido atendido de forma frecuente por los científicos (Torricco Linares et al., 2002).

Se declaran tres modelos en este proceso socializador como la Teoría de Campo de Kurt Lewin (1890-1947), la cual establece que la conducta humana está en función del estado de la persona y de su ambiente, siendo la estructura del espacio vital la que determina los movimientos posibles de la persona en ese espacio, en definitiva, su comportamiento. El Interaccionismo Simbólico, término acuñado por Herbert Blumer en 1938, indica que las aportaciones sirven para comprender cómo las personas adquieren las normas, los valores, las actitudes y los hábitos de los grupos sociales o la cultura a la cual pertenecen, lo que marcará el estilo de vida y la Teoría del Aprendizaje Social (Bandura, 1977): en ella se analiza los procesos de aprendizaje que se dan en el individuo, observando el modo en que los demás se comportan, así como las consecuencias de su comportamiento permiten formar una idea de cómo ejecutar determinadas conductas.

El segundo enfoque, el biologicista se ha socializado mucho más entre las distintas comunidades científicas y en él se caracteriza al estilo de vida como determinante en el estado de salud de los seres humanos. Autores como Erben, Franzkowiak y Wenzel (1992) lo clasifican en sano o insano por propia voluntad de las personas, dependiendo de las actitudes asumidas en el contexto donde se desenvuelven (Guerrero y León, 2010).

A pesar de ser un tema de preocupación, no se llegó a una definición de estilo de vida saludable hasta la trigésimo primera sesión del comité regional de la OMS celebrada en 1986, concibiendo como “conjunto de patrones conductuales que poseen repercusiones para la salud de las personas”.

Como ha venido develando la teoría, en estas investigaciones la premisa es preservar la salud del individuo, pero se torna dificultoso articular y valorar en la praxis tales preceptos, debido a la subjetividad de los criterios sobre la temática; así como la poca concreción de variables, dimensiones o indicadores que estructuran el fenómeno en los diferentes contextos.

En consecuencia, con los planteamientos anteriores, en el presente estudio se asume conceptualmente (García Ubaque et al., 2014)

el estilo de vida como proceso con carácter individual en el cual se establecen relaciones sinérgicas entre indicadores como conocimientos sobre nutrición, relaciones interpersonales y desarrollo de la condición física, que favorecen la aprehensión consciente de un bienestar físico y psicosocial saludable (Arruza et al., 2008).

Es un proceso con carácter individual porque está formado por componentes entrelazados entre sí, que caracterizan la vida diaria de un practicante y que en su integración conforman un sistema complejo no solo por las particularidades de cada individuo sino por las respuestas ante situaciones diversas. Se establecen relaciones sinérgicas entre indicadores como conocimientos sobre nutrición, relaciones interpersonales y desarrollo de la condición física, para la determinación de los progresos de cada practicante durante la participación en las diversas actividades, se consideran los indicadores cualitativos objetivamente verificables y contextualizados a la dinámica de vida de los practicantes, las características de la edad y los fines por los cuales asiste a las actividades previstas; de manera que posibilita la cuantificación de los mismos durante el proceso, de forma integrada y sistémica (Morales et al., 2016).

Finalmente se favorece la aprehensión consciente de un bienestar físico y psicosocial saludable, por cuanto en la medida que el practicante conoce, hace más consciente la actividad que realiza y cumple favorablemente con los diversos saberes como son: saber, saber hacer, saber ser y saber estar; de modo que se revelen comportamientos adecuados en el proceso de autodeterminación y elección consciente (Medina, 2009, citado por López, 2016).

Este cuadro explica cómo se relaciona la dimensión instructivo – educativa con las características de la dimensión y su abordaje desde la estrategia MS y NS.

DIMENSIÓN	CARACTERÍSTICAS DE LA DIMENSIÓN	ABORDAJE DESDE LAS ESTRATEGIAS MS Y NS
Instructivo educativo	Dominio conceptual del estilo de vida	Sensibilización antes durante y después de la clase de afc planteada por el profesorado según planeación, dosificación y objetivos de esta misma.
	Interactividad instructivo-educativo	Campañas como acciones educacionales soportadas en las diversas necesidades de las estrategias para la promoción de hevs.
	Aprehensión consciente	Toma de desiciones desde los participantes para ser co-participante de la estrategia en virtud de aportar al desarrollo de las acciones dentro de las estrategias.

Fuente: elaboración propia

Dimensión didáctico-pedagógica:

Ilustración 2: Representación gráfica de los aspectos que intervienen en la dimensión didáctico- pedagógica.



Fuente: elaboración propia

El tratamiento del estilo de vida se desarrolla en un plano de teoría y práctica, entonces no puede verse aislado, por el contrario, deben fusionarse como pares dialécticos para mantener la estabilidad en el bienestar físico y psicosocial de los practicantes.

La didáctica es la ciencia que tiene como objeto de estudio el proceso de enseñanza-aprendizaje, sin embargo, para estudiar este proceso es necesario referirse a otro denominado proceso pedagógico (Seijo Echevarría et al., 2010). Hay pedagogía cuando se reflexiona sobre la educación, cuando el “saber educar” se

convierte en un “saber sobre la educación” sobre sus “cómo y por qué” (Lucio A., 1989).

Por lo tanto, la propia dinámica de las tareas tanto a nivel pedagógico como didáctico, desde la AF tienen una base en la realización de ejercicios físicos con fines de salud (Pérez Samaniego y Devis, 2003), partiendo de objetivos generales: bien los del modelo de escuela o los que responden a necesidades de las instituciones, en función de ellos se estructura una planificación y evaluación de las actividades a cumplir por profesores facilitadores y practicantes que se convierte en la guía de la vida cotidiana, empleando principios, diagnósticos pedagógicos u otras vías para llegar a cumplir con el propósito trazado.

Siguiendo la lógica de los criterios planteados todo profesor facilitador debe antes de hacer cualquier planificación, caracterizar con profundidad a su grupo, esto forma parte de las condiciones previas para el éxito final, permitiendo identificar entre otras cosas: dónde se encuentran realmente los problemas, qué indicador preponderar, qué contenidos, métodos y procedimientos usar y cómo concebir los controles parciales y la evaluación integral (Campistrous & Rizo, 2006).

Retomando las ideas anteriores y en consonancia con la función orientadora y rectora de los objetivos, es importante concebirlos bajo una concepción integradora: desde los propios contenidos de las actividades; es decir, dar salida a uno o varios indicadores del estilo de vida y auxiliarse de tareas medibles a complementar por los practicantes cuando no están bajo la supervisión del profesor facilitador (Sáenz, 2001). Deben elaborarse con adecuado nivel de precisión: no es recomendable esbozarlos desde un carácter general, como tampoco llevarlos al máximo de especificidad, ambos extremos son perjudiciales. Con el primero podría dejarse a la espontaneidad el tratamiento del proceso como sucede hoy en la práctica y con el segundo se estaría limitando la prehensión

consciente del estilo de vida al no agenciarse herramientas propias el sujeto involucrado (González Palau, 2012).

Se recomienda que en la planificación de las actividades se contemplen acciones a cumplir dentro y fuera del entorno de socialización múltiple, relacionadas con los distintos indicadores del estilo de vida. Con ello, además de extender a otros escenarios de la vida, se tiene presente el proceso pedagógico (Fernández et al., 2016) con una visión desarrolladora debido a que el practicante se convierte en el principal artífice o gestor.

Por último se debe tener en cuenta el carácter retroalimentador de la evaluación en función de alcanzar nuevas valoraciones e

ir perfeccionando el proceso, de ahí que resulta menester un pensamiento creador de las adecuaciones pertinentes para su nueva implementación (Calderón, 2007), establecer un balance entre lo cuantitativo y lo cualitativo en las escalas o criterios valorativos parciales, así como la evaluación final deberá ser integral y con mayor énfasis en lo cualitativo, considerándose la particularidad de la temática que se aborda en la presente investigación.

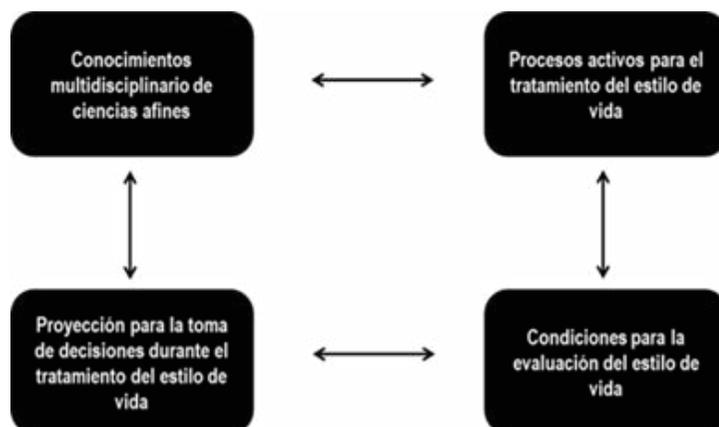
Este cuadro explica cómo se relaciona la dimensión didáctica – pedagógica con las características de la dimensión y su abordaje desde la estrategia MS y NS.

DIMENSIÓN	CARACTERÍSTICAS DE LA DIMENSIÓN	ABORDAJE DESDE LAS ESTRATEGIAS MS Y NS
Didáctica pedagógica	Caracterización sociocultural	Consolidación de una base de datos por parte del profesorado que permite identificar los participantes según comportamiento de alimentación y ejecución de la afc.
	Objetivo de la clase de afc	Periodización (planificación) con simientos en la afc: multinivel, homogéneo.
	Contenido – metodos para la clase de afc	Elementos de las clases grupales en la afc en sus métodos de construcción coreográfica, Didácticas de abordaje. Procesos pedagógicos en la construcción coreográfica en la afc
	Evaluación en la afc	Observación directa para determinar las acciones motrices acorde a la población. Diligenciamiento de fichas de seguimiento de manera individual Tamizajes de evaluación control y seguimiento

Fuente: elaboración propia

Dimensión científico-metodológica

Ilustración 3: Representación gráfica de los aspectos que intervienen en la dimensión científico- metodológica



Fuente: elaboración propia

No basta con que el profesor facilitador y demás actores sociales que influyen en la vida del practicante tengan conocimientos multidisciplinarios de ciencias afines, sino que puedan aplicarlos. No se trata de verlos de forma independiente o aislada sino en interrelación en la planificación de cada una de las actividades, por tanto, se precisa de la participación en conjunto con el profesor facilitador a directivos, psicólogos, nutricionistas, fisioterapeutas, enfermeras y los propios practicantes para establecer previa coordinación sobre los objetivos a alcanzar en cada escenario y nivel de responsabilidad. Ponderar bajo consenso los conocimientos de una ciencia en función de los estilos de vida a partir de la labor pedagógica independiente, sin dejar de auxiliarse en otras. Establecer espacios de cooperación metodológica para conformar instrumentos evaluativos, planificar contenidos y análisis integral del mencionado proceso.

Por su parte también se han de generar procesos activos para el tratamiento del estilo de vida, para ello, se debe caracterizar el estado inicial del practicante de forma general. Seleccionar y adecuar los componentes didácticos acorde, estado de manifestación del proceso y características personales. Garantizar una correcta orientación de las acciones a desarrollar tras la previa preparación de los actores implicados en el proceso. Determinar en conjunto con los practicantes metas a cumplir por momentos o etapas en relación con uno o más indicadores; así como favorecer espacios donde el practicante realice una autovaloración del

cumplimiento de las acciones y transformación de ellas según su realidad (Vives Iglesias, 2007).

Así mismo, se deben proyectar las condiciones para la evaluación del estilo de vida que la realizará el profesor facilitador y directivos bajo una visión integral, pero antes debe tener en cuenta la selección y capacitación de los actores responsables del control; determinar las etapas y momentos de los controles parciales, así como los objetivos evaluativos por indicador; comparar e informar a los practicante y demás actores la evolución de los indicadores de una etapa respecto a la otra; intercambiar con los practicante sobre principales debilidades y destacar las fortalezas tratando siempre que prevalezcan estas con la puesta en práctica de mecanismo de estimulación y motivación. Por último, emitir juicios valorativos y proyectar el cumplimiento de un estado cualitativamente superior en el proceso del estilo de vida (Deci y Ryan, 2008, como se citó en Molinero et al. 2011).

Finalmente, todo lo anterior contribuirá a la proyección para la toma de decisiones durante el tratamiento del estilo de vida, empleando métodos que simulan el régimen de vida de los practicantes en los diferentes escenarios.

Este cuadro explica cómo se relaciona la dimensión científica – metodológico con las características de la dimensión y su abordaje desde la estrategia MS y NS.

DIMENSIÓN	CARACTERÍSTICAS DE LA DIMENSIÓN	ABORDAJE DESDE LAS ESTRATEGIAS MS Y NS
Científico Metodológico	Acciones multidisciplinarias de ciencias afines Psicología, nutrición, fisioterapia, enfermería	Intervención del equipo interdisciplinario en las comunidades para la sensibilización de campañas de hevs. Intervención del equipo interdisciplinario al profesorado para potenciar conocimientos que permitan una mejor interacción con las comunidades ya que se convierten en referentes de conocimiento dentro de la comunidad.
	Métodos para el tratamiento de los estilos de vida saludable	Facilitadores de información. Intervenciones con afc desde enfoques colectivos, incluyentes y diferenciales. Promoción de entornos cotidianos que propicien el bienestar de los participantes sus familias y contexto Comunitario.
	Condiciones para la evaluación de los hábitos y estilos de vida saludable	Recolección de información que permite llevar un proceso de control y seguimiento a los participantes con indicadores intrínsecos (alimentación, consumo de sustancias, consumo de tabaco) y extrínsecos (contexto y medio ambiente).

Fuente: elaboración propia

4. LA AFC A PARTIR DE LAS TRES DIMENSIONES

Los factores que amplifican las ECNT, Enfermedades Pulmonares Obstructivas Crónicas (EPOC) y enfermedades cardiorrespiratorias -ECR, se han situado en países latinoamericanos como la primera causa de muerte con factores como la urbanización, tecnología y cambios dietéticos, el impacto está siendo devastador (Castellano et al., 2014). Todas son consecuencia en su mayor parte por el estilo de vida que guardan entre sí y su relación directamente proporcional comprometida con la salud.

Esta problemática y sus alcances subyacen en una complejidad de componentes socioculturales, políticos y de salubridad pública, por lo que se hace necesario centralizar esfuerzos no solo en el tratamiento de las enfermedades sino también en la promoción, prevención y sensibilización para combatirlas (ECNT, EPOC, ECR) a escala global de manera fehaciente e integral a lo largo de la vida del individuo.

Desde el programa Hábitos y Estilos de Vida Saludable con su proyecto Mejoramiento de los Estilos de Vida para la Promoción Masiva de una Vida Activa se conciben estrategias como MS y NS, generando acciones que comprometen al ser en experiencias educativas, pedagógicas y metodológicas, tomando como esencia canalizadora la AFC e incitando aspectos integradores entre comunidad (participantes), profesor de AF (IDER) y gobierno (política pública). Cada una de estas acciones deben coincidir a partir de un procedimiento riguroso que propendan en el tiempo e impacto en los participantes y/o comunidad, conducido por tres dimensiones fundamentadas dentro de los lineamientos y normativas que rigen la AFC, estas dimensiones son: instructivo educativa, didáctica pedagógica, científico metodológica.

Elementos del plan semanal

Ilustración 4: Encabezado

PROGRAMA HÁBITOS Y ESTILOS DE VIDA SALUDABLE			
MEJORAMIENTO DE LOS ESTILOS DE VIDA MEDIANTE LA PROMOCIÓN MASIVA DE UNA VIDA ACTIVA			
	PROYECTO: <input type="checkbox"/> MADRUGALE A LA SALUD <input type="checkbox"/> NOCHES SALUDABLES	MES DE: _____	
	COMUNIDAD: _____		
	PROFESOR: _____		
PLAN SEMANAL DE ACTIVIDADES - 2021 GRUPO 1			

Fuente: tomado del plan semanal del programa hábitos y estilos de vida saludable del IDER

En la ilustración 4 se presentan las características generales que demarcan aspectos de ubicación geográfica, indicación de la estrategia y periodización del mes trabajado.

Ahora bien, ya planteadas cada una de estas dimensiones en contexto con la AFC, se pretende fundamentar la planificación por parte del profesorado del IDER en función de la promoción, prevención y sensibilización, para que los desarrollos de estas mismas sean coherentes y de impacto en la sostenibilidad del tiempo directamente proporcionado a los participantes, adyacente al ámbito sociocultural.

Plan semanal estrategia AFC - IDER

La planeación, dosificación y cargas ejecutadas son planteadas y plasmadas por medio de un plan semanal que el profesorado debe construir según la necesidad encontrada en la comunidad asignada. A continuación, desglosamos y definimos los componentes de este.

Plan semanal

Es una guía de los entrenamientos planteados día a día según la comunidad, modalidad, tiempo de duración y elementos a utilizar, este permitirá construir una dosificación adecuada de cada uno de los momentos de la clase grupal que, además guiará de manera coherente y planificada a los participantes de las estrategias, evitando así lesiones por sobreentrenamiento, cargas mal empleadas, métodos de construcción no acorde al nivel del entreno y desarrollo de apatías por no saber, entender y ejecutar cómodamente el entrenamiento de manera progresiva.

Contreras (2019) plantea que, para poder llevar a cabo una sesión de entrenamiento eficiente es indispensable un calentamiento previo, seguido de una parte más intensa, para luego volver a la calma. Por lo tanto, se deben tener en cuenta tres fases principales: un inicio, un desarrollo y un cierre.

Ilustración 5: Estructura

ESTRUCTURA DE LA CLASE							
DÍA	ACTIVACIÓN	PARTE CENTRAL			VUELTA A LA CALMA	ELEMENTOS	TOTAL MIN
		CARDIO	ESTIMULACIÓN MUSCULAR				

Fuente: tomado del plan semanal del programa hábitos y estilos de vida saludable del IDER

En la ilustración 5 se presenta, el modo de organización u ordenamiento de los momentos de lo que pretende ejecutar el profesor en la clase, esta estructura se encuentra en disposición de conceptos coherentes enlazados, cuya finalidad es precisar la particularidad encontrada para realizar o promover la actividad física comunitaria.

Por consiguiente, desarrollaremos las partes de la estructura de la clase realizada en la AFC:

1. Activación:

Comprendido por la activación respiratoria, movilidad articular, calentamiento, y estiramiento inicial y/o activo pretende poner en disposición el cuerpo en todos sus sistemas a través de una serie de ejercicios que activan grandes grupos musculares con una duración de 5 a 10 minutos (Bolaños González, s.f.).

2. Activación Cardio respiratoria:

Se prepara el organismo, se inhala y exhala para implicar la respiración acorde a la condición física (Bolaños González, s.f.).

3. Movilidad Articular:

Es el movimiento que se realiza con las articulaciones en la fase de calentamiento o ejercicios de preparación muscular; los puntos corporales sobre los que se debe ejercer son principalmente el cuello, los tobillos, la cadera y los hombros (Bolaños González, s.f.).

4. Calentamiento:

Parte de la clase en la que, mediante movimientos sencillos, suaves y en los que trabaja todo el cuerpo, se prepara a éste para luego someterlo a un trabajo más intenso. Lo más frecuente es que se realicen ejercicios de miembros inferiores combinados con brazos, para movilizar grandes grupos musculares y activación de la frecuencia cardíaca logrando de esta manera incrementar la temperatura corporal, mejorar la lubricación de las articulaciones, comprometer al sistema nervioso a un mayor grado, mejorar la flexibilidad/extensibilidad de los músculos y agilizar patrones de movimiento (Albaladejo Gallo, 1996; Nicolás Marín, 2009).

5. Estiramiento Activo:

Se ejecuta con diversos movimientos y contracciones musculares para lograr estirar la zona de transición entre músculos y tendones, esto permitirá un aumento del rendimiento y disminuir el riesgo de lesión. Una buena flexibilidad favorece la elasticidad de los músculos y proporciona un rango más amplio de movimiento en las articulaciones, mejorando la eficacia en la experiencia corporal de la AFC (Arnold G. & Jouko, 2007).

Se puede subdividir esta etapa de la sesión de la siguiente manera:

- Movilidad articular 3'00"
- Activación 4'00"
- Estiramiento 3'00"

Parte central

Para este momento de la estructura de la clase el profesor organiza sistémicamente experiencias de movimiento, utilizando modalidades de clases grupales que favorezcan y fortalezcan el ejercicio aeróbico y anaeróbico en los participantes, para esto se debe tener en cuenta la capacidad, nivel de aprendizaje y nivel de entrenamiento que estos posean. Dentro de las modalidades podemos destacar:

1. Gimnasia Aeróbica Musicalizada:

El aeróbico es una AF practicada con acompañamiento musical, que busca el desarrollo y/o mantenimiento del estado de forma general del individuo, utilizando ejercicios fundamentalmente aeróbicos con esfuerzos de baja o media intensidad y larga duración (Charola, 1996).

2. Estimulación Muscular:

Está orientada a mejorar y mantener la fuerza general haciendo énfasis en la resistencia de la fuerza, a través de actividades variadas, aplicando métodos adecuados y sistemas de entrenamiento de cargas y autocargas que se pueden incorporar fácilmente en una sesión de AF, utilizando elementos como: Bastón, Mancuernas, Balón, Ula – Ula, Colchonetas, Bandas Elásticas, Step (E. Jiménez, comunicación personal, 23 de agosto 2021).

3. Artes Marciales Mixtas Musicalizadas

Sesión de AF dirigida musicalizada, que realiza estructuras

coreográficas desarrolladas a través de las Artes Marciales, utilizando la métrica musical como parámetro de ejecución de los movimientos⁵. Estimula las capacidades motrices como la resistencia a la fuerza, la flexibilidad, la resistencia cardiorrespiratoria y el balance (Curso nacional teórico práctico MinDeporte, 2018).

4. Rumba aeróbica

Es una modalidad en la que se mezclan una variedad de ritmos musicales nacionales e internacionales. Su objetivo es mejorar la resistencia cardiorrespiratoria y las capacidades motrices por medio del baile (Curso nacional teórico práctico MinDeporte, 2018).

5. Gimnasia de mantenimiento

Es la sesión de AF dirigida musicalizada que pretende trabajar las diferentes capacidades físicas de los usuarios, por medio de movimientos y ejercicios, con un componente educativo, creativo de las técnicas de oficios, profesiones y técnicas deportivas de manera dinámica e innovadora (Sáez López, 2018).

6. Gimnasia Psicofísica

Sesión de AF dirigida que pretende integrar mente y cuerpo, mediante un conjunto de ejercicios y posturas controladas de forma armónica, construyendo así secuencias de movimientos de diferentes disciplinas orientales como lo son el tai chi y el hata yoga que buscan la coordinación entre el movimiento corporal y la respiración, logrando un estado de tranquilidad y salud mental.

7. Step Aeróbico

El Step es definido como un programa de entrenamiento que consiste en la subida y bajada de una plataforma ajustable al ritmo de la música e incluye una serie de ejercicios aeróbicos realizados de forma continua, a través de movimientos rítmicos y repetitivos. Este formato de clase colectiva favorece el trabajo de los miembros inferiores y representa un esfuerzo muscular de intensidad proporcional a la altura del step (Loureiro et al., 2017).

8. Stick Aeróbico

La palabra stick significa palo, pegar, barra, implemento utilizado en esta modalidad del entrenamiento aeróbico simulando los movimientos continuos de las baquetas al ritmo de la música rock o géneros en los que se dé un ritmo alto de batería (E. Jiménez, Comunicación personal, 23 de agosto 2021).

Tiene sus raíces en California con la creación del pound fitness

o pound fit que significa “golpear” con dos baquetas al ritmo de la música rock mientras se realizan ejercicios pliométricos, isométricos, Pilates y posturas de yoga⁶.

Vuelta a la calma

La vuelta a la calma o parte final de la sesión de AF consiste en disminuir de manera gradual la intensidad y esfuerzo físico realizado, con el objeto de llevar el cuerpo a su estado basal; en ella intervienen ejercicios aeróbicos moderados y el estiramiento final en un periodo de tiempo de 10 a 15 min.

Cuando se hace referencia a la práctica de la AFC intervienen una serie de factores que deben ser tenidos en cuenta a la hora de planificar esta parte de la sesión. Entre estos encontramos: la edad, que determina el tipo de ejercicios y grado de dificultad de este; elementos a utilizar y las comorbilidades de los participantes. Durante la práctica del ejercicio la frecuencia cardíaca aumenta en proporción a la intensidad de este, por esta razón es importante la planeación y asignación de las cargas durante su desarrollo; lo que incluye la recuperación cardiovascular de manera gradual una vez culminada la parte central de la sesión y que tiene una respuesta más lenta en personas parcialmente activas, que en personas activas y sanas.

Una vez lograda la recuperación cardiovascular, se inicia la fase de estiramiento final que consiste en aplicar técnicas para mejorar la movilidad y la elasticidad de nuestro cuerpo; permite después de la sesión desarrollar la fuerza muscular, optimiza la recuperación tras la fatiga provocada por el ejercicio posibilitando un mayor rango de movimiento y se reduce el riesgo de lesiones (Pérez Feito et al., 2013). Desde la actividad física comunitaria musicalizada se convierte en una parte fundamental de la sesión, ya que posibilita al participante adulto y adulto mayor el reconocimiento de las partes del cuerpo y la higiene corporal, es decir, desarrolla la conciencia corporal y con ella la conciencia de salud corporal (Blum, 1998).

5. CONCLUSIÓN:

Fundamentar teóricamente la AFC desde las dimensiones instructivo - educativa, didáctico- pedagógica y científico - metodológica, asiente la importancia de la misma para el mejoramiento de la calidad de vida de quienes la practican, lo que implica la implementación de metodologías y estrategias adecuadas para su desarrollo. El plan semanal entonces, se convierte en la guía para el desarrollo de las jornadas de AFC

⁵ Tomado de la página web del Instituto Distrital de Recreación y Deporte, Bogotá: <https://www.idrd.gov.co/artes-marciales-musicalizadas-amm>

⁶ Tomado de: <https://www.webconsultas.com/ejercicio-y-deporte/actividades-fitness/que-es-el-pound-fitness>

y su implementación el garante de la salud y bienestar de los participantes.

Era necesario fundamentar las actividades desarrolladas desde las estrategias MS y NS como forma de retrospectión y fortalecimiento en las bases teóricas que nos impulsan a aprender e investigar desde todas las acciones ejecutadas para un continuo proceso de seguimiento, implementación y evaluación. La planificación en la AFC implica reconocer las características de las comunidades para luego implementar niveles e intensidades, caracterizar para ejecutar y poder brindar al participante la posibilidad de experimentar los beneficios que tiene a nivel de salud, especialmente la prevención y/o manejo de ECNT y salud mental. Existe una relación entre la práctica de la AFC y la esperanza de vida, de modo que las personas que son físicamente más activas suelen vivir más que aquellas que llevan una vida sedentaria o con menos actividad.

En relación con lo anteriormente expuesto, se considera oportuno pensar en la realización de una caracterización desde dos aspectos fundamentales: caracterización de grupo y caracterización particular. En la primera se deberá considerar la comunidad como vínculo aportante a realizar acciones para la promoción masiva de HEVS; y la segunda dará pistas de qué métodos de entrenamiento deben regir la AFC según la necesidad de cada uno de los participantes, pero conservando los principios de heterogeneidad.

Este proceso investigativo corrobora la importancia de fundamentar los proyectos, programas y estrategias implementados por el IDER en el Distrito de Cartagena, motiva al análisis de estos tomando como eje las dimensiones planteadas en el artículo científico y así a consolidarse de manera sólida y coherente.



Bibliografía

- Aguilar Bolívar, A. (2019). Actividad física musicalizada para mejorar la capacidad aeróbica en el adulto mayor de Indeportes Boyacá. Obtenido de Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia: https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/2780/1/TGT_1395.pdf
- Albaladejo Gallo, L. (1996). Aerobic para todos. Madrid: Gymnos, S.L.
- Arnold G., N., & Jouko, K. (2007). Anatomía de los estiramientos. TUTOR. Obtenido de <http://www.untumbes.edu.pe/bmedicina/libros/Libros%20de%20Anatom%C3%ADa%20III/libro83.pdf>
- Arocha Rodolfo, J. (2019). Sedentarismo, la enfermedad del siglo XXI. Clínica e Investigación en Arteriosclerosis, 31(5), 233–240.
- Arruza, J. A.; Arribas, S.; Gil De Montes, L.; Irazusta, S.; Romero, S. y Cecchini, J.A. (2008). Repercusiones de la duración de la Actividad Físico-deportiva sobre el bienestar psicológico. Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte vol. 8 (30) pp. 171–183 <Http://cdeporte.rediris.es/revista/revista30/artrepercusiones83.htm>
- Ballesteros Arribas, J., Saavedra, M., Pérez Farinós, N., & Villar Villalba, C. (2007). La estrategia para la nutrición, actividad física y prevención de la obesidad (estrategia NAOS). Revista Española de Salud Pública, 81(5), 443–449. Obtenido de <https://scielo.isciii.es/pdf/resp/v81n5/colaboracion1.pdf>
- Bandura, A. (1977). The Social Learning Theory. Englewood Cliffs: Prentice Hall.
- Blum, B. (1998). Los estiramientos. Editorial Hispano Europea, S. A. Obtenido de <https://cupdf.com/document/los-estiramientos-de-bruno-blum.html>
- Bolaños González, F. (s.f.). Guía para calentamiento. Obtenido de Deposoft: <http://deposoft.com.ar/repo/preparacion%20fisica/CALENTAMIENTO.pdf>
- Calderón Luquín, A. (2007). Incidencia de la forma de organización sobre la cantidad y la calidad de la práctica, el feedback impartido, la percepción de satisfacción. Y el aprendizaje en la enseñanza de habilidades atléticas. Universidad Católica San Antonio de Murcia. España. Obtenido en de: <http://repositorio.ucam.edu/bitstream/handle/10952/49/TESIS%20DOCTORAL%20PDF.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Campistrous, L., & Rizo, C. (2006). Indicadores e investigación educativa. En Metodología de la investigación educacional. Desafíos y polémicas actuales. La Habana: Editorial Ciencias Médicas.
- Campos Izquierdo, A. (2007). Los profesionales de la actividad física y del deporte como elemento de garantía y calidad de los servicios., Vol. 3, Nº. 7, págs. 51–57. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=2500180>
- Castellano, J., Peñalvo, J., Bansilal, S., & Fuster, V. (2014). Promoción de la salud cardiovascular en tres etapas de la vida: nunca es demasiado pronto, nunca demasiado tarde. Revista Española de Cardiología, 67(9), 731–737.
- Charola, A. (1996). Manual práctico de aerobic. Madrid: Gymnos.
- Contreras, J. (2019). La importancia de la planificación del entrenamiento deportivo. Universidad Nacional Experimental de Táchira. Obtenido de: <http://www.unet.edu.ve/eventos-y-noticias-externas/4904-la->

- De Armas Ramírez, N., Lorences Gonzáles, J., & Perdomo Vázquez, J. (2003b). Caracterización y diseño de los resultados científicos como aportes de la investigación educativa: curso 85. Evento Internacional de Pedagogía.
- Durán González, J., Veslazos Fernández, J., Iza Ordoñez., Leguía Morales, B. (2017). Deporte y felicidad. *Apuntes Educación Física y Deportes*, vol. 33, núm. 130, pp. 18-28, 2017. Institut Nacional d'Educació Física de Catalunya. Obtenido de <https://www.redalyc.org/journal/5516/551663500002/html/>
- Espitia Peraza, C., & Veloza Pineda, R. (2016). La actividad física musicalizada como estrategia pedagógica para potenciar la motricidad gruesa específicamente la coordinación y equilibrio en los estudiantes de la Institución Técnico Comercial Sagrado Corazón de Jesús. Obtenido de Universidad Pedagógica y Tecnológica de Colombia: <https://repositorio.uptc.edu.co/bitstream/001/18556/1/TGT-650.pdf>
- Fernández-Rio, Javier, & Méndez-Giménez, Antonio (2016). El Aprendizaje Cooperativo: Modelo Pedagógico para Educación Física. *RETOS. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (29), 201-206. ISSN: 1579-1726. Disponible en: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=345743464040>
- García Matamoros, W. (2019). Sedentarismo en niños y adolescentes: Factor de riesgo en aumento. *Revista Científica Mundo de la Investigación y el Conocimiento*, 3(1), 1602-1624. Obtenido de <https://www.recimundo.com/index.php/es/article/view/449/524>
- García Ubaque, J., García Ubaque, C., Vaca Bohórquez, M. (2014). Variables involucradas en la práctica individual y colectiva de hábitos saludables. *Rev. salud pública*. 16 (5): 719-732, 2014. Obtenido de https://www.scielosp.org/article/ssm/content/raw/?resource_ssm_path=/media/assets/rsap/v16n5/v16n5a07.pdf
- González Palau, F. (2012). Eficacia de un programa de entrenamiento físico y cognitivo basado en nuevas tecnologías en población mayor saludable y con signos de Deterioro Cognitivo Leve: Long Lasting Memories. Tesis en opción al Grado de Doctor en Ciencias Psicológicas Clínicas, Universidad de Salamanca, Psicología, España. Obtenido de: https://gredos.usal.es/bitstream/handle/10366/121167/DPETP_Gonz%c3%a1lezPalauF%c3%a1tima_Tesis.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- González Pérez, U. (2002). El concepto de calidad de vida y la evolución de los paradigmas de las ciencias de la salud. *Revista Cubana de Salud Pública*, 28(2), 157-175. Obtenido de http://scielo.sld.cu/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0864-34662002000200006&lng=es&tlng=es.
- Guerrero Montoya, L., & León Salazar, A. (2010). Estilos de vida y salud. *Educere*, 14(48), 13-19. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/356/35616720002.pdf>
- Kurt, L. (s.f.). La teoría del campo y el aprendizaje. Obtenido de Infoamérica: https://www.infoamerica.org/documentos_pdf/lewin01.pdf
- Ley 181 de 1995. Por el cual se dictan disposiciones para el fomento del deporte, la recreación, el aprovechamiento del tiempo libre y la Educación Física y se crea el Sistema Nacional del Deporte. Obtenido de: https://www.mineducacion.gov.co/1621/articles-85919_archivo_pdf.pdf
- López Gómez, E. (2016). En torno al concepto de competencia: un análisis de fuentes. *Profesorado revista de currículum y formación del profesorado*, 20(1), 311-322. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/567/56745576016.pdf>

- Lorenzo Díaz, J., & Díaz Alfonso, H. (2019). Estilos y calidad de vida, su vínculo con la depresión en el siglo XXI. *Revista de Ciencias Médicas de Pinar del Río*, 23(2), 170-171. Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/rpr/v23n2/1561-3194-rpr-23-02-170.pdf>
- Loureiro, V., SIMÕES, V., & CASTILLO VIERA, E. (2017). *El Step: fundamentos técnicos y metodológicos*. Instituto Politécnico de Beja.
- Lozano Rojas, O. (2009). *Colombia activa y saludable. Estrategia de promoción de la actividad física regular. EXPOMOTRICIDAD*.
- Lucio A., R. (1989). Educación y Pedagogía, Enseñanza y Didáctica: diferencias y relaciones. *Revista de la Universidad de la Salle*, 17(3), 35-46. Obtenido de <https://ciencia.lasalle.edu.co/cgi/viewcontent.cgi?article=1793&context=ruls#:~:text=Resumiendo%2C%20la%20educaci%C3%B3n%20es%20un,lo%20es%20de%20la%20ense%C3%B1anza.&text=La%20pedagog%C3%ADa%20es%20la%20ciencia%20que%20orienta%20la%20labor%20del%20educad>
- MENÉNDEZ MONTAÑÉS, MARÍA CONCEPCIÓN, & BROCHIER KIST, ROSANE BERNARDETE (2011). La actividad física y la psicomotricidad en las personas mayores: sus contribuciones para el envejecimiento activo, saludable y satisfactorio. *Textos & Contextos (Porto Alegre)*, 10(1), 179-192. ISSN: Obtenido de: <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=321527168014>
- Molinero González, O., Salguero del Valle, A., & Márquez, S. (2011). Autodeterminación y adherencia al ejercicio: estado de la cuestión. *Revista Internacional de Ciencias del Deporte*, 25(7), 287-304. Obtenido de <https://www.cafyd.com/REVISTA/02504.pdf>
- Morales, M.^a Isabel Arandojo, Pacheco Delgado, Valeriano, & Morales Bonilla, José Antonio. (2016). Influencia de la actividad física y los hábitos nutricionales sobre el riesgo de síndrome metabólico. *Enfermería Global*, 15(44), 209-221. Recuperado en 12 de octubre de 2021, de http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1695-61412016000400009&lng=es&tlng=es.
- Nicolás Marín, M. (2009). El aeróbic en la escuela. *Efdeportes*, 13. Obtenido de <https://www.efdeportes.com/efd128/el-aerobic-en-la-escuela.htm>
- Oblitas Guadalupe, L. (2008). PSICOLOGÍA DE LA SALUD: Una ciencia del bienestar y la felicidad. *AVANCES EN PSICOLOGÍA*, 16(1), 9-38. Obtenido de <http://www.unife.edu.pe/publicaciones/revistas/psicologia/2008/psicologiasalud.pdf>
- Organización Panamericana de la Salud. (2019). Plan de acción mundial sobre la actividad física 2018 - 2030 IRIS PAHO. Obtenido de: https://iris.paho.org/bitstream/handle/10665.2/50904/9789275320600_spa.pdf
- Pérez Feito, J., Delgado López, D., & Núñez Vivas, A. (2013). *Fundamentos teóricos de la actividad física. PILA TELEÑA*.
- Pérez Racero, A. (2020). Historia de la actividad física en Cartagena. Líder - Boletín informativo del Instituto Distrital de Deporte y Recreación: edición 025. Cartagena de Indias. Obtenido de: <http://ider.gov.co/images/2020/pdf/IDER%20-%20El%20LIDER%20025.pdf>
- Pérez Samaniego, V. y Devis, J. (2003). La promoción de la actividad física relacionada con la salud. La perspectiva de proceso y de resultado. *Revista Internacional de Medicina y Ciencias de la Actividad Física y el Deporte*

vol. 3 (10) pp. 69-74 <http://cdeporte.rediris.es/revista/revista10/artpromocion.htm>

Pinzón Gómez, D. (2013). Estilo de vida saludable (EVS): limitaciones del enfoque biomédico. *Revista Apuntes Universitarios*, 3(1), 9-26. Obtenido de <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4331970>

Romero, T. (2009). Hacia una definición de Sedentarismo. *Revista chilena de cardiología*, 28(4), 409-413. Obtenido de <https://www.scielo.cl/pdf/rchcardiol/v28n4/art14.pdf>

Sáez López, J. (2018). *Estilos de aprendizaje y métodos de enseñanza*. Madrid: UNED.

Sáenz López, P. (2001) Estrategias de formación del profesorado de educación física. *Revista de Ciencias de la Educación*. nº 187. pp. 381-409. Obtenido de: https://www.researchgate.net/profile/Pedro-Bunuel/publication/39145459_Estrategias_de_formacion_del_profesorado_en_Educacion_Fisica/links/54690fbb0cf20dedafd0d659/Estrategias-de-formacion-del-profesorado-en-Educacion-Fisica.pdf

Salinas, J., & Vio, F. (2003). Promoción de salud y actividad física en Chile: política prioritaria. *Revista Panamericana de Salud Pública*, 14(4), 281-288. Obtenido de <https://scielosp.org/pdf/rpsp/2003.v14n4/281-288/es>

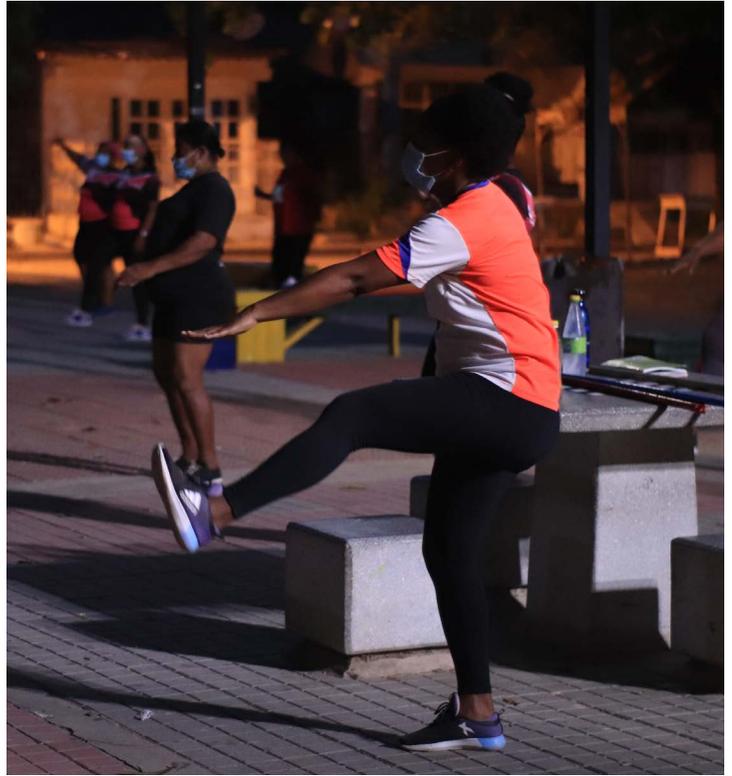
Seijo Echevarría, B., Iglesias Morel, N., Hernández González, M., & Hidalgo García, C. (2010). Métodos y formas de organización del proceso de enseñanza-aprendizaje. Sus potencialidades educativas. *Humanidades Médicas*, 10(2). Obtenido de <http://scielo.sld.cu/pdf/hmc/v10n2/hmc090210.pdf>

Torraco Linares, E., Santín Vilariño, C., Andrés Villas, M., Menéndez Álvarez, S., & López López, M. (2002). El modelo ecológico de Bronfenbrenner como marco teórico de la psicología. *Anales de Psicología*, 18(1), 45-59. Obtenido de https://www.um.es/analesps/v18/v18_1/03-18_1.pdf

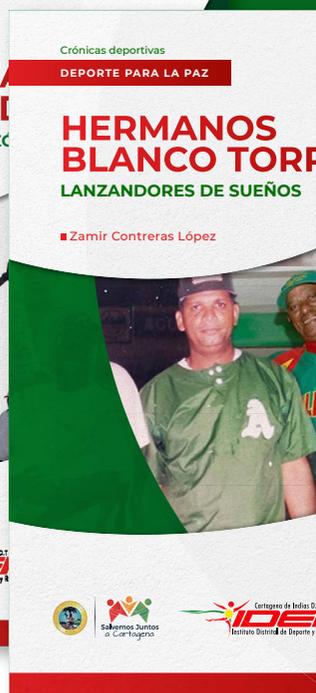
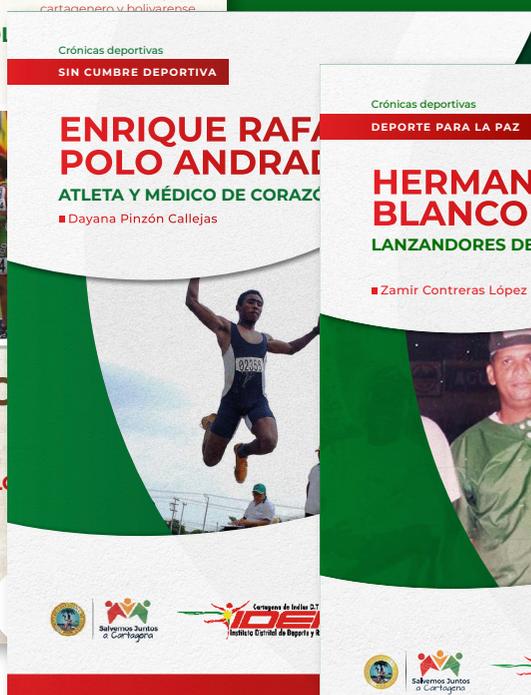
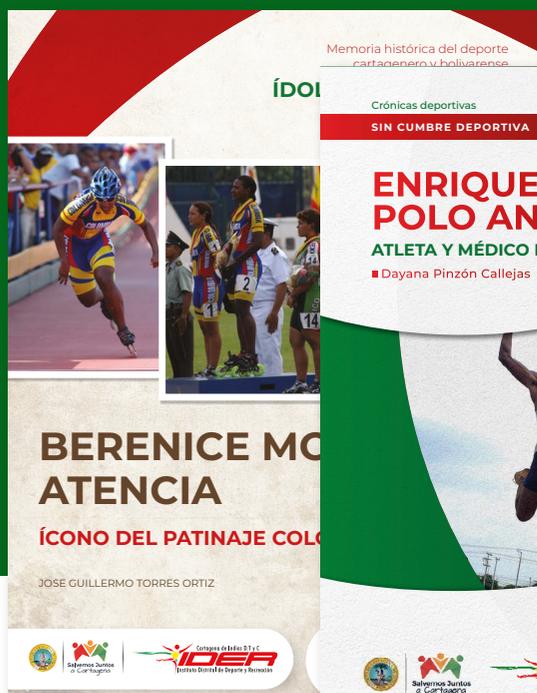
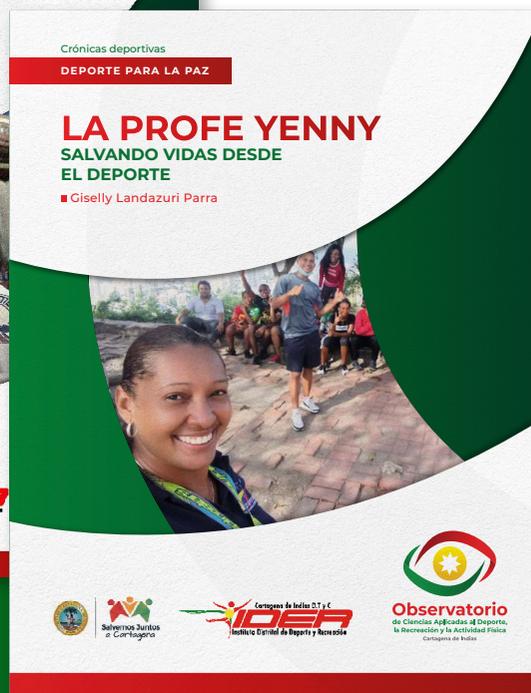
Vidarte Claros, J., Vélez Álvarez, C., Sandoval Cuellar, C., & Alfonso Mora, M. (2011). Actividad física: Estrategia de promoción de la salud. *Hacia la promoción de la salud*, 16(1), 202-2018. Obtenido de <https://revistasojs.ucaldas.edu.co/index.php/hacialapromociondelasalud/article/view/2006/1922>

Vives Iglesias, A. (2007). Estilo de vida saludable: Puntos de vista para una opción actual y necesaria. *Revista Psicología Científica*.



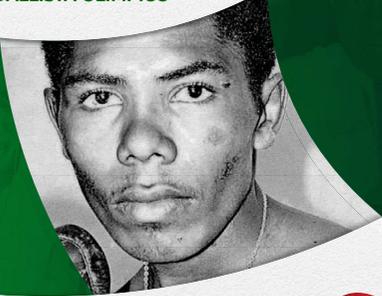


CRÓNICAS DEPORTIVAS



José Guillermo Torres Ortiz
Coordinador Observatorio de ciencias Aplicadas al Deporte, la Recreación y la Actividad Física

ALFONSO PÉREZ TORRES
NUESTRO PRIMER MEDALLISTA OLÍMPICO



Crónicas deportivas

SIN CUMBRE DEPORTIVA

Giselly Landazuri Parra



Crónicas deportivas

DEPORTE PARA LA PAZ

TEDDYS SILVA HERRERA
NUNCA ES TEMPRANO PARA EMPEZAR

Zamir Contreras López



Crónicas deportivas

IDOLOS DEL PASADO Y DEL PRESENTE

GUSTAVO MERCADO
DEL EMPIRISMO A ENTRENADOR CERTIFICADO

Dayana Pinzón Callejas



Crónicas deportivas

IDOLOS DEL PASADO Y DEL PRESENTE

MIGUEL "MÁS" MATURANA
"40 AÑOS DESPUÉS DE MONTREAL 1981"

Jose Guillermo Torres Ortiz



Crónicas deportivas

DEPORTE PARA LA PAZ

MANUEL DÍAZ GONZALEZ
EL FORJADOR DE ATLETAS BOLIVARENSES: EL PROFESOR

Giselly Landazuri Parra



Crónicas deportivas

SIN CUMBRE DEPORTIVA

LEONARDO FUENTES OROZCO
MÁS ALLÁ DE UNA FIRMA

Zamir Contreras López



Crónicas deportivas

IDOLOS DEL PASADO Y DEL PRESENTE

GUSTAVO MERCADO
DEL EMPIRISMO A ENTRENADOR CERTIFICADO

Dayana Pinzón Callejas



Crónicas deportivas

IDOLOS DEL PASADO Y DEL PRESENTE

MIGUEL "MÁS" MATURANA
"40 AÑOS DESPUÉS DE MONTREAL 1981"

Jose Guillermo Torres Ortiz



Crónicas deportivas

DEPORTE PARA LA PAZ

MANUEL DÍAZ GONZALEZ
EL FORJADOR DE ATLETAS BOLIVARENSES: EL PROFESOR

Giselly Landazuri Parra



Crónicas deportivas

SIN CUMBRE DEPORTIVA

LEONARDO FUENTES OROZCO
MÁS ALLÁ DE UNA FIRMA

Zamir Contreras López



CARTAGENA Y BOLIVAR “CUNA DE CAMPEONES”

José Guillermo Torres Ortiz



Cuando de definir el legado de Cartagena de Indias se trata, indudablemente que la inmensa mayoría de los ciudadanos consultados, opinaría que este se manifiesta a través de lo histórico y cultural. Es apenas lógico que esto suceda, puesto que los hechos históricos acontecidos en la ciudad, acompañados de una inagotable riqueza cultural y el encanto de su arquitectura que conjuga lo colonial, lo republicano y lo moderno, la define como una ciudad de un gran valor histórico cultural.

Esos atributos le han dado a Cartagena una connotación de relevante importancia, que le sirvió para constituirse en una ciudad referente en nuestro país y el exterior. Hasta el punto que fue declarada Patrimonio Nacional de Colombia en 1959 y Patrimonio Histórico y Cultural de la Humanidad en 1984 reconocida por la UNESCO.

Es digno mencionar, que todo ese legado de connotación histórica y cultural que posee esta hermosa y emblemática ciudad, se irradia por nuestro departamento de Bolívar; instalándose en el comportamiento social de los habitantes de las comunidades que lo han conformado.

Pero cuando de historia de Cartagena de Indias y de Bolívar se trata; se debe precisar, que ella no solo está ligada a la época de la conquista y a los hechos relacionados con el papel protagonista, que como principal puerta de entrada a nuestro país, le tocó ejercer por su condición de ciudad cosmopolita y receptora de las tendencias socio-culturales de la época.

Existe otro episodio importante dentro del contexto histórico de Cartagena y Bolívar y está relacionado con la historia del

deporte en Colombia. Historia que los muestra como una de las ciudades y uno de los departamentos respectivamente, de mayor trascendencia a nivel nacional y que mayores triunfos internacionales le han brindado a nuestro país.

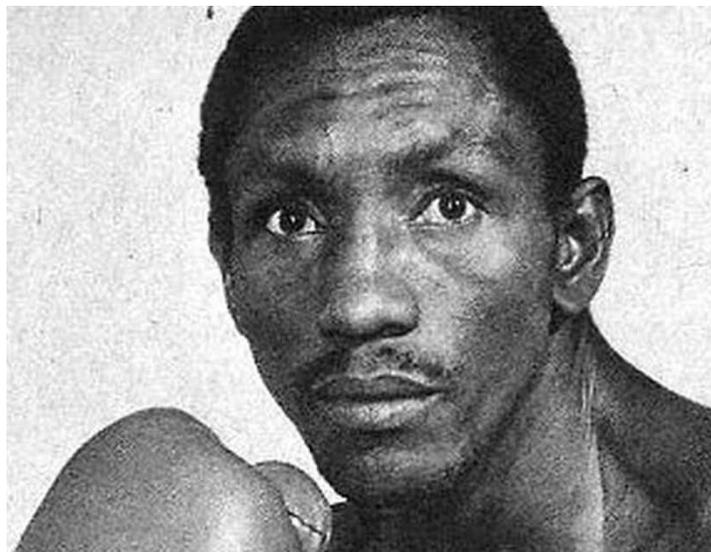
Algo que pareciera tener relación con su ubicación geográfica y su contexto natural; porque los cartageneros y bolivarenses en general parecen nacer con un biotipo especial, para la práctica de diferentes disciplinas deportivas. Hecho este que los ha convertido, en actores de primer orden de las épicas hazañas deportivas y la obtención de un sitio de honor en la historia del deporte colombiano.

Basta revisar esa historia y encontramos las hazañas de nuestros beisbolistas, que no solo han mantenido una hegemonía en los campeonatos nacionales, sino que han tenido una destacada actuación en el contexto internacional. Es digno recordar que el béisbol fue el primer deporte de conjunto, que le entregó un título mundial a nuestro país. (Diciembre de 1947). Con el valor agregado, de que todos los beisbolistas integrantes de esa selección campeona eran nacidos en Cartagena. Como si lo anterior fuera poco, el béisbol le dio un segundo título mundial a nuestro país en 1965 *(Raúl Porto Cabrales- Historia del Béisbol de Cartagena y Bolívar).

En el firmamento del contexto beisbolero internacional, aparecen los nombres de Carlos “Petaca” Rodríguez, Pedro “Chita” Miranda, Isidro Herrera, Orlando “El Ñato” Ramírez, Abel El Tigre” Leal, Joaquín “El Jackie” Gutiérrez, los hermanos Orlando y Jolbert Cabrera, Julio Teherán, José Quintana, Gio Urshela y otros más. Adicional a ello, la gran mayoría de los beisbolistas firmados para el béisbol organizado (MLB), son nacidos en estas tierras. *(Raúl Porto Cabrales- Historia del Béisbol de Cartagena y Bolívar).

Pero lo que sucede con el béisbol, es apenas una muestra de ese gran potencial. Revisemos el boxeo y encontraremos de igual manera la hegemonía nacional de los pugilistas nuestros y el alto número de boxeadores nacidos en nuestro patio, que han brillado con luz propia en el contexto del boxeo internacional. Es bueno recordar a Bernardo Caraballo, Antonio Cervantes “Kid Pambelé”, Rodrigo “Rocky” Valdez (q.e.p.d.), Migue “El Mascara” Maturana, los hermanos ya fallecidos Prudencio y Ricardo Cardona (q.e.p.d.), Jorge Eliecer Julio, Alfonso “El Olímpico” Pérez, entre otros grandes exponentes de este deporte. *(Cartagena, históricamente entre bates, puños, goles y patines - <https://www.eluniversal.com.co> > Cartagena).

Así mismo ha acontecido con otros deportes como el softbol, que ha tenido figuras en la rama masculina como Ángel Porras



Antonio “Kid Pambelé” Cervantes

(q.e.p.d.), Edwin Caraballo (q.e.p.d.), Félix Martínez y otro grueso número de softbolistas. En la rama femenina resaltamos a Tilma Gómez “la Piroca”, Zuñilda Mendoza, Viannys García, Luz Levis Pérez Martínez, Claudia León, Patricia Buj, entre otras; que han tenido una destacada actuación en el campo nacional e internacional.

En el atletismo con Campo Elías Gutiérrez (q.e.p.d.), Cartagena tuvo un referente en los seleccionados colombianos. Durante los años 30s, se coronó campeón nacional de lanzamiento de jabalina y disco, además de actuar en las carreras de 100 y 200 metros planos. Representó a Colombia en los Juegos Olímpicos de Berlín en 1936, acompañado del velocista cartagenero José Domingo “Perro” Sánchez (q.e.p.d.) y del saltador barranquillero Francisco Del Vecchio (q.e.p.d.) convirtiéndose en los primeros costeños en una justa olímpica.

También se referencia a los hijos de Campo Elías Gutiérrez, que fueron Hernando Gutiérrez Hernández (q.e.p.d.) y Freddy Gutiérrez Hernández, al igual que Dagoberto González, entre otros. De las nuevas generaciones son referentes Muriel Caneo y Bernardo Valoyes. - *(Campo Elías Gutiérrez - atletismocolombiano.com). En el deporte de las pesas, han sido muchos los triunfos obtenidos por los pesistas del departamento de Bolívar. Siendo figuras sobresalientes en competencias nacionales, bolivarianas, centroamericanas, panamericanas y teniendo representación en mundiales y juegos olímpicos. En la rama masculina se recuerda a los hermanos Gilberto, Guillermo y Nicolás Mercado,



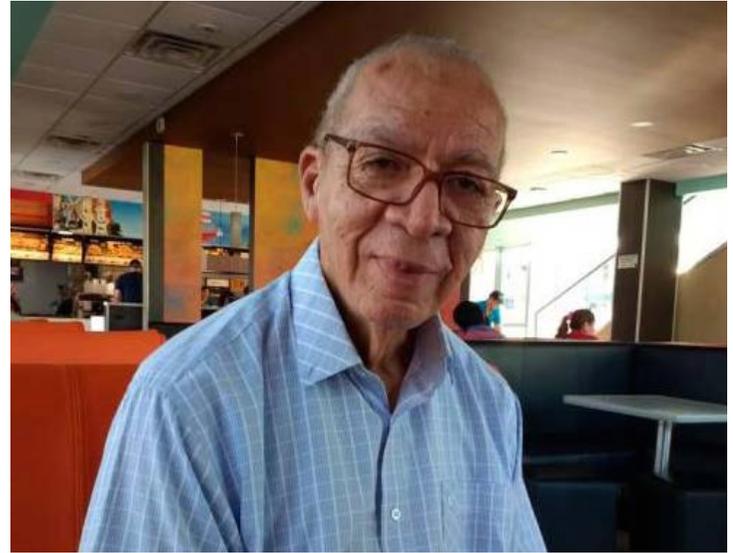
Melissa Rangel

Javier Marrugo, Gustavo Quintana (q.e.p.d.) y los hermanos julio González y Johnny González, entre muchos otros”. *(Milton Correa Viloria – Micovi – Docente e investigador deportivo) .

“En la rama femenina Katherine y Margarita Mercado y Ruth Mery Villar y otras más. Cabe mencionar a los entrenadores Alfonso Vargas Cabarcas, Patricio Ruiz y julio González, con exitosas experiencias nacionales e internacionales”. *(Milton Correa Viloria – Micovi – Docente e investigador deportivo).

Hay un deporte en donde Cartagena y Bolívar han mostrado su poderío y a nivel nacional son reconocidos como verdaderas potencias. Es el caso del Voleibol, que ha brindado muchos triunfos a esta tierra y que como todos los deportes mencionados, tiene sus referentes históricos. Vemos en la rama masculina a Norton Madrid que es todo un icono del deporte bolivarense, a José Daniel Polchiopek quien actualmente está al frente de los seleccionados del departamento con exitosos resultados, así mismo Luis Sierra, Renzo Mendoza, Jeison Morelos, Andrés Ruiz (q.e.p.d.) y otras grandes figuras del Voleibol masculino. *(José Polchiopek -Liga de Voleibol de Bolívar).

Pero se tiene que reconocer que en la rama femenina, es donde Cartagena y Bolívar tienen su mayor potencial. En esta rama se ha contado con excelentes jugadoras, que se han constituido en las reinas del Voleibol nacional e incluso, muchas de ellas han incursionado en el campo internacional. Encontramos a las antecesoras Yaiza Julio (q.e.p.d.), Reyna Ayola, Denise Barrios,



Ángel María Porrás (q.e.p.d.)

Ángela Coneo, Helen García, María Murillo, Luzmira Baeza, Yeimmy Sánchez, Claudia Polo, Mariliana Semacarit, entre otras. y las actuales Oriana guerrero, Amanda Coneo, María Alejandra Marín, Yeisy Soto, Dayana Segovia y Melissa Rangel, entre una camada de buenas voleibolistas. *(José Polchiopek – Liga de Voleibol de Bolívar).

En lo concerniente al fútbol, encontramos que Jaime Morón (q.e.p.d.) abrió el camino en la década de los 70. Jugó en Millonarios y representó la selección Colombia de mayores. Hoy se le considera como pionero en la referencia de este deporte a nivel local y departamental. Pero de la misma forma se referencia a Wilmer Cabrera, Agustín Julio, Elson Becerra Vaca (q.e.p.d.), Juan Pablo Pino, y otras figuras que están contribuyendo a fortalecer este legado como Wilmar Barrios, Jorge Carrascal, Roger Martínez, entre muchos otros. *(Cartagena, históricamente entre bates, puños, goles y patines – <https://www.eluniversal.com.co> > Cartagena).

El Baloncesto también hace parte de la historia deportiva de la ciudad y el departamento. Al igual que otros deportes ha generado ídolos deportivos de proyección nacional e internacional. Tal es el caso de Ángel María Porrás (q.e.p.d.), quien integró seleccionados de Bolívar y de Colombia y se constituyó en uno de los referentes del biotipo deportivo polifacético nuestro, ya que también se destacó en el Softbol. Otro referente es Álvaro Teherán (q.e.p.d.), quien incursionó en el baloncesto internacional de los Estados Unidos y España, Omar Sierra Zúñiga, Tony Trocha de destacada



Cecilia “La Chechi” Baena

actuación en Argentina, Boris Campillo, Jairo Ramírez y muchos otros. *(Carlos Pombo – Liga de Baloncesto de Bolívar).

En Ajedrez no nos quedamos atrás, puesto que también contamos con nuestro acervo histórico deportivo. En el deporte ciencia Cartagena y Bolívar, cuenta con un importante legado de deportistas dentro de los que se encuentra en la rama masculina Israel Tovío, Jesús Marcial Torres, Juan Camilo Peña y otros. En la rama femenina recordamos a Ladianis Pérez, Milena Herrera, Ingrid Rivera, María José Rosado, Laura Gómez e Isabela Brito de la nueva promoción entre otras. (Ladianis Pérez – ex deportista y dirigente deportiva de Ajedrez).

Existen otros deportes que han venido emergiendo, pero sin lugar a dudas, el fenómeno deportivo de los últimos tiempos lo ha constituido el patinaje, llevándonos no solo a decir que Cartagena y Bolívar son referentes nacionales de este deporte, sino que se han constituido en una de las regiones del mundo, que más títulos ha obtenido en la era actual de esta disciplina deportiva. Los triunfos que le han brindado el estatus que hoy ostentan Cartagena y Bolívar, como potencias del patinaje a nivel mundial, fueron iniciados por Berenice Moreno y continuado por una camada de patinadoras, entre las que se recuerda a Cecilia “La Chechi” Baena, Alexandra Vivas y Kelly Martínez. Quienes pusieron la primera piedra para convertir a Cartagena en la Meca del patinaje colombiano. *(Cartagena, históricamente entre bates, puños, goles y patines – <https://www.eluniversal.com.co> > Cartagena).

Este hecho marcó el inicio de una historia llena de triunfos en las dos últimas décadas. Proyectándose en el tiempo y representado con altura los colores de nuestro departamento. Yercy Puello, con sus 29 títulos mundiales obtenidos, es muestra fehaciente de esa gesta deportiva. Otros que han hecho parte de ese logro en el deporte de las ruedas son: Geinny Pájaro, César Núñez, Andrés Jiménez, Álvaro Carrasquilla, Juan Camilo Pérez e Engelberto González.

Como se puede apreciar, es bastante grande el legado histórico de Cartagena y Bolívar, en lo referente a los logros alcanzados en el campo deportivo a nivel nacional e internacional. Son muchos los nombres de gloriosos deportistas por mencionar, muchas sus experiencias vividas y abundantes las anécdotas originadas en el trasegar de su historial deportivo. De igual manera sus triunfos y derrotas, han generado un impacto en toda una afición, que incondicionalmente ha estado acompañando a sus ídolos deportivos y experimentando las alegrías y frustraciones que traen consigo los resultados obtenidos.

Sin lugar a dudas, todas esas experiencias, vivencias, los logros y frustraciones manifiestos en sus triunfos y derrotas, las historias, las anécdotas y demás acontecimientos que se derivan de la actividad deportiva y que generan impacto en el colectivo ciudadano; se constituyen en un acervo histórico-deportivo, de amplio valor social y cultural para los pueblos, puesto que hacen parte integral de su Memoria Histórica Deportiva. En el caso nuestro tiene mayor aplicación este concepto, ya que el deporte en los últimos tiempos, se ha convertido en un referente de identidad nacional. En el caso del caribe colombiano, “el deporte es un gran referente al interior de la cultura, existen disciplinas deportivas ligadas a historias, la narrativa, las canciones. Muchas de las prácticas de cohesión social de la “costeñidad” están ligadas a la práctica de un deporte y por supuesto existen personajes a lo largo de la historia que en el desarrollo y practica de una disciplina deportiva han representado a Cartagena y Bolívar”. *(Tomado del Proyecto Recopilación de la Memoria Histórica del Deporte en Bolívar y en el Distrito de Cartagena de indias).

Pero tenemos que reconocer, que en nuestro medio no ha sido usual, la práctica de una cultura orientada a identificar y salvaguardar el patrimonio documental deportivo de importancia, a nivel distrital y departamental, para facilitar su acceso a los ciudadanos y favoreciendo la visibilización de nuestros Ídolos Deportivos.

La realidad presenta un contexto caracterizado por el desconocimiento de la conceptualización histórica del deporte. Con una marcada debilidad del movimiento socio-cultural del

sector, para salvaguardar dicho patrimonio. Sumado a lo ya dicho, ha existido una dispersión de la información y de las piezas de historia deportiva y poca utilización de las nuevas tecnologías para su difusión. Como agravante de lo anterior, se le ha dado poca importancia identitaria y social a la incidencia protagónica del deporte en la construcción de la cultura. Hechos estos que han derivado en una gran pérdida del patrimonio material e inmaterial deportivo del Distrito de Cartagena de Indias y el departamento de Bolívar.

Sin embargo es bueno precisar, que a través del programa observatorio de ciencias aplicadas al deporte, la recreación y la actividad física de Cartagena de Indias, se busca consolidar una plataforma de generación y apropiación social de conocimiento y favorecer la divulgación de documentos científicos e históricos del deporte cartagenero y bolivarense desde diferentes disciplinas y narrativas. Este programa posee dentro de su estructura la iniciativa de Recopilación de la Memoria Histórica del Deporte en Bolívar y en el Distrito de Cartagena de Indias.

Atendiendo a esta iniciativa en junio del 2020, se publica una crónica sobre la memoria histórica del deporte cartagenero y bolivarense. Dando inicio a una serie de actividades, orientadas a institucionalizar unas estrategias, que permitieran la identificación y salvaguarda del patrimonio documental deportivo de importancia en mención. De manera que se pudiera facilitar su acceso a los ciudadanos y la visibilizarían de nuestro historial deportivo.

Hecho este que resulta de trascendental importancia, sobre todo porque en nuestro país son escasos los proyectos que trabajen los aspectos patrimoniales y de memoria histórica sobre el acervo deportivo. Lo que comenzaba a situar a la ciudad de Cartagena de Indias, como pionera de las iniciativas de investigaciones sobre el tema en mención. Dimensionándola como una de las ciudades que muestran grandes avances en materia de deporte y dan luces sobre el camino por recorrer con la memoria histórica del sector.

Se comenzó con la tarea de formular un proyecto en tal sentido, para lo cual se realizó un diagnóstico, encontrándose como causas directas: la poca aplicación de métodos y herramientas para la identificación del patrimonio deportivo, unido al poco interés en la importancia de preservación y conservación del acervo deportivo de la ciudad y el departamento y deficientes herramientas o medios para la divulgación del patrimonio deportivo. *(Tomado del Proyecto Recopilación de la Memoria Histórica del Deporte en Bolívar y en el Distrito de Cartagena de Indias).

Como es de esperar, esta situación ha tenido sus efectos directos e indirectos tales como: aumento en las diferencias ciudadanas

y bajo reconocimiento de la identidad cultural del deporte; que se ven reflejados en un incremento de conflictos entre los ciudadanos, poca empatía comunitaria y la fragmentación social. *(Tomado del Proyecto Recopilación de la Memoria Histórica del Deporte en Bolívar y en el Distrito de Cartagena de Indias).

Afortunadamente un año después de haber sido lanzada esta iniciativa, se observan avances significativos. La puesta en marcha del proyecto “Recopilación de la Memoria Histórica del Deporte en Bolívar y en el Distrito de Cartagena de Indias”, ha permitido contar con unos lineamientos orientados, a rescatar el patrimonio material e inmaterial deportivo del Distrito de Cartagena de Indias y el departamento de Bolívar. Se está trabajando en la aplicación de métodos y herramientas para la identificación del patrimonio deportivo, promoviendo con ello la preservación y conservación del acervo deportivo de la ciudad y el departamento y disponiendo de herramientas o medios para la divulgación del patrimonio deportivo.

En esta estrategia se ha programado e iniciado el desarrollo, de una serie de actividades relacionadas con la realización del diagnóstico y valoración inicial de la trayectoria del sector deporte en el Distrito de Cartagena de Indias. Cabe anotar que este proceso se ha venido dando con la invitación a la ciudadanía y su participación a través de grupos focales. Se trabaja también en el diseño e implementación del protocolo de identificación y caracterización de su patrimonio deportivo.

Hace parte de esa agenda de trabajo, la adopción del método y lugar de conservación y preservación del acervo deportivo, acompañado de la instalación de la composición de las piezas de memoria de dicho acervo. De igual forma se han comenzado a realizar una serie de coloquios, con académicos e investigadores conocedores de los temas de las piezas y memoria del acervo deportivo. Así mismo se trabaja la creación de una muestra piloto de museo itinerante.

Se sabe que el deporte, como manifestación del hombre y como actividad social, encierra un repertorio amplio de principios, valores, normas, símbolos y comportamiento, que lo identifican y le dan una connotación claramente diferente a la de otras prácticas sociales. Pero hay que decir que esa diferenciación de otras actividades, no implica su exclusión del sistema sociocultural global. Ese amplio repertorio constituye todo un acervo histórico y cultural, manifiesto en un patrimonio tangible e intangible. Que establece unos nexos identitarios generadores de cohesión social.

La apuesta del proyecto “Recopilación de la Memoria Histórica del Deporte en Bolívar y en el Distrito de Cartagena de Indias,

un año después de haber sido lanzada, no solo se ha convertido en una propuesta novedosa, para identificar y salvaguardar el patrimonio documental deportivo de importancia, a nivel distrital y departamental; sino que se constituye en el instrumento para conocer y reconocer la grandeza de todos esos gladiadores y gladiadoras, que con sus gestas deportivas han marcado un sendero de gloria para nuestra tierra. Pero también de aquellos que lo han entregado todo en la contienda deportiva, pero no han podido alcanzar la cúspide.

La Recopilación de la Memoria Histórica del Deporte en Bolívar y en el Distrito de Cartagena de indias, nos sirve para conocer las historias, las anécdotas y los resultados que nos han hecho vibrar de alegría y también, los que nos han hecho llorar por la derrota. Todo ese mundo maravilloso, lleno de fantasía que nos envuelve y nos embriaga y se traduce, en una emulación, en donde se compite sin antagonismo.

*Esa es la historia
de la gente...
la misma historia de
nuestro pueblo.*



Jaime Morón León

LA PROFE YENNY, SALVANDO VIDAS DESDE EL DEPORTE

Giselly Landázuri Parra

“Al llegar a la Boquilla en el 2004, el panorama no pintaba bonito, pero mi deseo por ayudar era más fuerte que el cielo gris”. Estos fueron los pensamientos de la profe Yenny, como la llaman sus estudiantes en este corregimiento, que por años ha estado olvidado por la sociedad y solo lo miran como un lugar paradisíaco, donde los visitantes van disfrutar de sus playas y alrededores. Sin embargo, la profe Yenny vio algo más: encontró una comunidad con muchas necesidades, pero con ganas de salir adelante. Ese fue su motor para impulsar su proyecto: “incentivar y motivar a los jóvenes a practicar deportes y cambiar su estilo de vida y mejorar su entorno social”.

La profe Yenny, es licenciada en educación física y entrenamiento deportivo de la Universidad del Magdalena en convenio con la Universidad del Tolima, y decidió poner ese conocimiento al servicio de la comunidad. Al explorar el lugar, esta mujer valiente encontró muchas dificultades para desarrollar su trabajo; le surgieron muchas dudas sobre las actividades a desarrollar con los jóvenes: *“¿Cómo poder llevarlos al Chico Hierro? ¿En que podrán irse a los entrenamientos?”* Los alumnos eran de escasos recursos, no tienen muchas veces para comer y menos tendrían para ir a entrenar. *“Así que, se me ocurrió entrenarlos en mi casa y en su misma comunidad. Por ende, adecúe mi casa como escenario y hogar para pudieran adelantar sus prácticas. Agradezco mucho a la liga de pesas de Bolívar por prestarnos los implementos para los entrenamientos”,* recuerda.

En sus años como deportista, la profe Jenny aprendió a sobrevivir, luchar, ser resiliente y sobre todo a nunca renunciar a nada en la vida, y menos a transformar vidas a través del deporte.

Cuando tenía 13 años de edad, decidió ser deportista y ayudar a otros a serlo con la misma pasión y dedicación por cambiar las historias de las personas: *“Yo fui deportista selección Colombia de altos logros de levantamiento de pesas y llegué a Cartagena a representar a Bolívar, lo logré por muchos años. Y tiempo después ingresé a trabajar*

al Instituto Distrital de Deporte y Recreación –IDER– y ellos me enviaron a la Boquilla. Al llegar no vi playa y arena, sino una comunidad luchadora y jóvenes que no han tenido muchas oportunidades en la sociedad, pero con un fuerte anhelo de salir adelante a pesar de las adversidades”.

En 2005 empezó a realizar visitas a las familias boquilleras y se dio cuenta que el deporte podría cambiar el entorno de esta comunidad, exactamente en la disciplina en que ella se formó como deportista: la Halterofilia o levantamiento de pesas, que consiste, en levantar una barra con discos en dos movimientos (arrancada, clean y jerk). Es un deporte caracterizado por la fuerza. Actualmente la profe Yenny tiene alrededor de 45 niños y niñas entrenando en su casa. *“Nosotros practicamos todos los días en la mañana y en la noche, cuando yo regreso de trabajar. Ellos siempre me están esperando allí y se han vuelto parte de mi familia; ese es mi diario vivir. Yo los entreno con mucho amor y dedicación, porque amo mi trabajo, amo lo que hago y quiero brindarles la posibilidad de que tengan otros estilos y nivel de vida, que disfruten otras cosas que hacer y ocupen sus tiempos libres de la mejor manera”.* Comenta.

Yenny, finalmente es una persona de paz a través del deporte, y por eso donde llega siempre está buscando talentos, como lo hizo en el Colegio Comfenalco Cartagena, International School y lo continúa haciendo en la Boquilla con los programas deportivos del IDER.

“Cuando llego allá me doy cuenta que la población tiene muchas necesidades, conflictos sociales, embarazos a temprana edad, drogas, etcétera. Es por eso, que se me ocurrió una estrategia, para apartar a los niños de esos conflictos que hay en la población. Entonces, aparte de tener el núcleo del IDER, empecé a trabajar con el énfasis de pesas, que también es un proyecto del Instituto. Por esta razón, comencé a incorporar niños y niñas desde los 9 hasta los 17 años, que son las edades donde los jóvenes corren más riesgos de caer en los flagelos de violencia y dependencias de las sustancias psicoactivas. A partir de ahí, comencé



a trabajar en ese proyecto y he sacado de la Boquilla deportistas de talla regional, nacional e internacional”, dice con orgullo y agrega: “Mi iniciativa ha creado muchas expectativas en la Boquilla, porque un compañero trae otro y así resulta tener toda una red deportista y potenciales personas que crearan un gran valor a la sociedad a través del deporte. También tengo un grupo de mujeres personalizadas y le has gustado la idea, porque yo he sido muy abierta, y nunca me quedo quieta, sino que siempre estoy buscando traer más persona al deporte y dándole la oportunidad a todo el mundo de realizar sus prácticas y no solamente a los jóvenes sino a mujeres adultas, niños con discapacidad. También, creé en 2019, una Fundación llamada Una Aventura Mágica, gestionando recursos para cambiarle todo a estos chicos, ambiente familiar, y deportivo”.

Al transcurrir los años, los excelentes resultados de su trabajo hablan por sí solos y ellas lo cuenta con mucho ánimo. Hay que mencionar, además, que el deporte no solo debe ser visto como diversión, sino como un arma de paz que cambia vidas. “Porque ellos no solamente se educan y fortalecen, sino que también cambia la conducta agresiva, porque cuando ellos vienen a entrenar sacan todo ese sentimiento que tiene y se vuelven mejores personas, más amables, más comunicativos porque la relación social hace parte del deporte, su estilo de vida con base al respeto y valores. Porque mi función no es solo formar deportista sino personas integrales”.

El bienestar siempre debe ser visto de forma colectiva. “Los sueños de los deportistas de la Boquilla y el mío, es tener un escenario adecuado para practicar pesas en la comunidad y contar con todas las herramientas para ser los mejores de Colombia”. Comenta la profe.

El deporte es una herramienta de transformación e inclusión social. A lo largo de la historia, el deporte ha sido usado como un instrumento de paz, unión y diversión, como los Juegos Corregimentales, los Juegos Nacionales, y los Juegos Olímpicos. “Por medio del deporte cambiamos nuestras vidas, nuestros hábitos, nuestra salud, nuestra forma de mirar las cosas y lo he vivenciado a cada momento con las niñas y allá los mismos niños vienen con historias diciéndome: ‘Seño esta niña tiene problemas de drogadicción, mire que mi amiguita tiene 13 años y ya está embarazada’, y entonces todo esto el deporte lo cambia, y yo soy ejemplo de eso, porque yo era una niña con muchas curiosidades y en Santa Marta me incline por el atletismo, fui velocista de 100 mts planos y después llegue a pesas; mi vida ha cambiado, el deporte ha cambiado mi existencia totalmente y así como me paso a mí, quiero cambiarles la vida a todos los jóvenes de la Boquilla por medio del deporte, esa es mi meta y propósito”, sostiene Jenny.

Hoy día, Yenny Zúñiga sigue transformando vidas a través del deporte y ganando la guerra que más hace daño: la indiferencia.

BERENICE MORENO ATENCIA, ÍCONO DEL PATINAJE COLOMBIANO

Jose Guillermo Torres Ortiz

En la historia del deporte colombiano está escrito, que Cartagena y el departamento de Bolívar han sido protagonistas de primer orden. Sus deportistas han alcanzado gran trascendencia a nivel nacional y han conquistado triunfos internacionales para el país.

Son múltiples las hazañas del deporte cartagenero y bolivarense, especialmente en béisbol y el boxeo. Vale recordar que el béisbol fue el primer deporte de conjunto, que le entregó un título mundial a Colombia en diciembre de 1947, con el valor agregado, de que todos los beisbolistas integrantes de esa selección campeona eran nacidos en Cartagena*. En este deporte se ha mantenido una hegemonía a nivel nacional y la gran mayoría de los beisbolistas firmados para el beisbol organizado (MLB), son nacidos en esta tierra.*(Raúl Porto Cabrales- Historia del Béisbol de Cartagena y Bolívar).

En el caso del boxeo la experiencia no ha sido inferior. El cartagenero Bernardo Caraballo Rodríguez fue el primer colombiano clasificado en un Ranking Internacional de Boxeo y el primero en pelear por un título mundial, en velada realizada el 27 de noviembre de 1964. En las Olimpiadas de Múnich 1972 Alfonso Pérez Torres nacido en Cartagena, hizo parte de esa triada de costeños que conquistaron las tres primeras Medallas Olímpicas para nuestro país. (Clemente Rojas, Alfonso Pérez y Helmut Bellingrodt). *(21 jul. 2017 - Cartagena de Indias, la cuna del boxeo en Colombia - Golpe a Golpe).

En ese mismo año, el 28 de octubre, el más grande pugilista colombiano de todos los tiempos, Antonio Cervantes Reyes “kid Pambelé” (nacido en Palenque - Bolívar), obtuvo el primer título mundial de boxeo profesional para Colombia. Luego del triunfo y sus exitosas defensas, el interés por este deporte creció



y surgieron nuevos campeones. En 1981 durante la II Copa del Mundo disputada en Montreal (Canadá), Miguel “Máscara” Maturana, nacido en Cartagena, se convirtió en el primer y único boxeador colombiano en obtener un título de campeón mundial de boxeo aficionado.

Es evidente que el boxeo es uno de los deportes que más gloria le ha brindado a Colombia y que los cartageneros y bolivarenses, han sido protagonistas permanentes de su historia deportiva. Sin embargo, existen disciplinas que también han mostrado buenos resultados, como el softbol, las pesas, el voleibol, atletismo, entre otras. Pero sin lugar a dudas, el fenómeno deportivo de los últimos tiempos en nuestro medio es el patinaje, que ha ubicado a Cartagena y a Bolívar en un sitio de honor como potencia nacional de este deporte y como unos de los que más títulos mundiales individuales, ha obtenido.

El inicio del patinaje de carrera en Colombia, se remonta a la década de los 80, cuando se celebró en Bogotá el Campeonato Mundial en Patines Tradicionales en 1.984. Posteriormente se realizó un segundo Campeonato Mundial en el municipio de Bello, Antioquia en 1.990, como lo registra en sus anales la Federación Colombiana de Patinaje.

Este deporte hizo su incursión en nuestro medio, como un sueño que viaja raudo como el viento, instalándose en el imaginario de niños y jóvenes, quienes inmersos en su mundo de exploración y aventura, querían experimentar la lúdica, la agonística y poner a prueba su equilibrio y destreza kinestésica; acompañada del vértigo que genera volar sobre ruedas. Pero este sueño no solo embelesó a la población infantil y juvenil, sino que también involucró a padres y demás familiares; que veían en esta disciplina una manera diferente de vivir el goce y disfrute del deporte.

Esa magia llegó en 1990 al hogar conformado por Eusebio Moreno y Nohemí Atencia (q.e.p.d.), padres de una niña llamada Berenice que nació el 20 de marzo del 1982 y, vivía con la fantasía de muñecas, el colegio, las amiguitas y vanidades femeninas propias de esa etapa de la vida, pero que en su caso particular, estaba marcada con el signo del deporte, ya que provenía de una familia beisbolera.

Como ella misma lo ha manifestado, nació entre bates y manillas: su padre Eusebio Moreno, un Grandes Ligas que se quedó en Colombia, campeón de bateo en la Serie Mundial aficionada cumplida en Japón, su tío Tomas Moreno, una figura indiscutible del béisbol colombiano, integrante de la selección Colombia campeona mundial en el año 1.965, y su hermano Eusebio (el Junior), quien desde pequeño ha sido pelotero, llegando a



representar varias veces a Bolívar y a Colombia. Pero Berenice no solo estaba relacionada con la pelota caliente, puesto que su hermana mayor Mercedes Moreno, fue una destacada voleibolista; y Tomas Moreno su otro hermano, ha tenido inclinación por el fútbol.

A raíz de la invitación de un profesor de su colegio, se inició en el patinaje; hizo su ingreso a este deporte con el Club Cadistur de Cartagena, siendo su primer entrenador Eder Núñez; posteriormente llegó a las manos de Elías del Valle, quien fue su entrenador en las selecciones Bolívar y Colombia. Como caso curioso, el entusiasmo de Berenice por la práctica del patinaje, inicialmente fue fugaz, porque pasados pocos meses perdió el interés por asistir a los entrenamientos. Así lo expresó en una entrevista periodística:

*“Desde los ocho años, mi mamá me llevaba obligada al patinodromo del barrio Getsemaní, para que comenzara a practicar este deporte. En realidad, no me gustaba para nada. Fueron un par de años de lucha de mi madre para que me disciplinara yendo a practicarlo”. *(El Heraldo - Ene 22, 2017). Al parecer, el “bicho” del patinaje, había afectado más su madre que a ella misma.*

Después de tres años Berenice comenzó a motivarse, gracias al acompañamiento de su madre y el interés que ya le despertaban



los uniformes y accesorios. Pero lo que generó un mayor incentivo por la práctica del patinaje fue la compra por parte de sus padres de unos patines modernos, acordes con las exigencias técnicas de este deporte.

Dicen que “solo el tiempo es quien precisa los aconteceres” y que “el corazón de una buena madre nunca le engaña, cuando de orientar a sus hijos por el buen sendero se trata”. La persistencia de Nohemí Atencia obtuvo su recompensa seis años después, cuando su hija Berenice Moreno, con solo 14 años, se colgó la Medalla de Oro en un Mundial de Patinaje, luciendo el uniforme de Colombia en la categoría juvenil.

Recompensa que adquirió mayor trascendencia, porque el triunfo obtenido por Berenice Moreno, contó con el valor agregado, de erigirla como la primera campeona mundial de patinaje de carrera que tuvo Bolívar, en un deporte que apenas irrumpía en nuestro medio. El 6 de noviembre de 1996 quedó inscrito en la historia del deporte bolivarense, resaltando que en el marco del

Campeonato Mundial de Patinaje, realizado en Barrancabermeja, una cartagenera había logrado tal hazaña.

Pero apenas ese era el principio de una exitosa carrera deportiva que tiene como principal protagonista a una niña de piel morena, nacida en un hogar de clase media en Cartagena de Indias, quien, como ya se dijo, se resistía a cambiar sus muñecas y juegos infantiles, por la rigurosa disciplina que el patinaje de carrera requiere.

Como suele suceder, para Berenice la cosa no fue fácil al inicio, porque los costos de la implementación, uniformes y desplazamientos a los campeonatos eran altos y los patrocinios escasos, pero sus padres hacían esfuerzos para adquirir los recursos. Esta situación los llevo incluso a realizar rifas, bingos y demás actividades, para la consecución de fondos. Se valían de la fama de su padre Eusebio Moreno, para gestionar patrocinios en los sectores público y privado.

“Mi padre cuando no teníamos patrocinios, me ayudó mucho haciendo rifas y otras actividades. No solo a mí, sino también a aquellos compañeros que no tenían recursos. Solíamos utilizar la estrategia, de aprovechar su fama de ícono del béisbol colombiano, para abrir puertas con los patrocinadores”, reveló años después la patinadora.

Esas, ni otras dificultades presentadas, hicieron mella en su camino hacia el estrellato, por el contrario sirvieron para fortalecerla y le generaron un gran compromiso con su carrera deportiva y crecimiento personal.

Durante los 15 años que estuvo activa, compitió en diversas partes del mundo. Tuvo participación en 11 mundiales desde 1996 cuando gana su primer título, hasta el año 2007 cuando se retiró, conquistando 19 medallas de oro, 17 de platas – y 14 de bronce. De igual manera, en su archivo personal reposan las marcas con las que impuso 2 Record Mundiales – en pruebas de 300 m. (26”, 92) y 200 m. (18”, 11), en el Mundial de Cali 2007.

Fue también campeona nacional en categorías infantil, pre-juvenil, juvenil y mayores; obtuvo 4 medallas de oro en Juegos Deportivos Nacionales, fue Subcampeona Panamericana – Winnipeg Canadá 1999 (siendo juvenil compitió con mayores); Campeona Centroamericana – Cartagena de Indias 2006; Campeona Suramericana, obteniendo 12 preseas de oro en Copa América de Clubes.

Berenice Moreno ha manifestado que el primer título mundial obtenido le generó una gran satisfacción, pero también ha comentado, que la mayor dificultad para la obtención de uno de sus títulos, se le presentó en el Mundial de Corea 2006, en la carrera de los 300 metros contrarreloj. No tuvo un buen registro en la eliminatoria y solo le alcanzó, para ubicarse en un modesto séptimo lugar, dentro de las doce clasificadas a disputar la final.

“Fue una competencia en donde los días previos a su realización, tú tienes la sensación de que algo bueno va a pasar. Por nuestra selección en esta carrera habían dos deportistas muy buenas, que tenían la opción de ganar la medalla de oro, éramos Cecilia Baena y yo. Pero también había una tercera deportista con calidad y mucha opción; que no pudo competir, porque Colombia solo podía participar con dos deportista en esa prueba y a mí habían escogido.”

En su relato denota la situación que vivió pero sin ponerse a justificar lo acontecido, invoca una reflexión positiva y se dispuso a revertir la situación adversa, afianzándose en sus potencialidades. *“Yo a pesar de venir haciendo muy buenos tiempos previos a la carrera, ese día no me sentí bien. Sentía que no estaba cómoda al patinar y que no avanzaba mucho. Solo me alcanzó para ubicarme en la séptima*

posición de un grupo de doce clasificadas. Al finalizar la prueba me sentí muy triste, porque se había trabajado duro para estar en el pódium.”

“Pero en medio de esa tristeza, me concentre en no pensar en lo malo que había estado y me acorde, que yo me había levantado con la certeza en mi corazón de que ese era el gran día, que cosas buenas iban a suceder. Me acorde también que cuando que había ganado medallas de oro, me había levantado con ese mismo ánimo y grata sensación. Entonces me concentré en no pensar en lo malo que había estado, y que tenía aún otra oportunidad para subir al pódium, que era el objetivo trazado.”

Como en el deporte, los resultados de las competencias no están preestablecidos, no hay que rendirse y hay que luchar hasta el final. *“La prueba final se inició en sentido inverso al orden de clasificación; la primera en partir fue la que ocupó el puesto doce, luego la once y así sucesivamente. Transcurridas las primeras cinco competencia me tocó la partida. Salí a hacer mi mejor marca, mi mejor tiempo, sin pensar en nada de lo malo que había acontecido en la prueba inicial. Como era de esperarse mejoré mi actuación e impuse el mejor registro entre las primera seis que tomamos la largada. A partir de ese momento comenzó un periodo de mucha expectativa, para mí, para el cuerpo técnico, y para el equipo en general”.*

Indiscutiblemente que la fe, la seguridad en sí misma y todo ese talento deportivo de Berenice Moreno, fueron pilares fundamentales en el éxito de su carrera. *“Me senté a esperar que transcurriera la carrera y fueron pasando la sexta, la quinta, la cuarta y la tercera y ninguna supero mi marca. En ese momento me sentí más contenta, porque había ingresado al pódium”.*

“Al concluir su carrera la segunda clasificada, tampoco superó mi registro; eso significaba que Colombia tenía la oportunidad de hacer el 1,2 en la clasificación final, dependiendo del tiempo que lograra Cecilia, pero ya la Medalla de Oro era de Colombia, y yo tenía asegurada la de plata. Se ordenó la salida y Cecilia hizo su recorrido con un buen tiempo, pero no superó mi registro y al final me alcé con la de oro y Cecilia con la de plata”.

Por su destacada actuación en su carrera deportiva, obtuvo muchos reconocimientos, entre los que se destacan: 4 veces deportista ACORD Bolívar de Plata; 2 veces deportista ACORD Bolívar de Oro; deportista revelación del año Presidencia de la República de Colombia 1999, deportista del año El Espectador 1999, Mención de Honor El Espectador 2000; –Medalla de Honor del Consejo Distrital De Cartagena 2002; –Medalla Grado Cruz Gran Caballero – Bogotá 2003 y Orden civil al mérito “Cartagena Patrimonio Histórico y Cultural de la Humanidad” en el Grado Gran Oficial – 2020, entre otras más. *(Archivo personal de Berenice Moreno Atencia)

Considerando que ya había disfrutado al máximo el deporte, que había alcanzado sus logros más importantes y que en su vida tenía otras etapas que cumplir, como sus estudios, su matrimonio y tener una familia integrada, decidió retirarse de las competencias. Ese retiro debía ser por la puerta grande, y fue así como después de ganar sus medallas de Oro números 18 y 19 en el marco del Mundial del 2007 realizado en Cali, se despidió dejando un legado de triunfos y medallas, para el deporte colombiano. En una entrevista le preguntaron sobre su temprano retiro y esto contestó:

“Realmente pensaba que ya era el tiempo de retirarme. Mi sueño siempre fue dar un paso al costado siendo campeona mundial y lo obtuve en el 2007 en el Mundial de Cali” (Jair Vizcaíno Jarraba – 12-05 – 2013 – El Universal).

Desde el inicio de esta historia, se ha significado la importancia de la familia de Berenice, en su proceso de formación como persona y como deportista. El apoyo de sus padres y sobre todo el acompañamiento e insistencia de su madre en los entrenamientos, fue fundamental en el inicio y durante todo el transcurrir de su carrera. Las anécdotas de cuando se le escondía a su madre para no asistir a los entrenamientos, Berenice las recuerda con humor y nostalgia. Su madre fue su amiga fiel hasta en los últimos días de su existencia.

“Me escondía a la misma hora y en el mismo sitio, todas las tardes que me tocaba entrenar; mi mamá sabía como y donde encontrarme. Mi madre era muy correcta, siempre se preocupaba porque fuéramos responsables, decía que así como tenía buenos resultados deportivos, también debía tener buenas notas académicas; pero eso no era solo conmigo, era una exigencia para todos mis hermanos.”

“Ella era mi compañera permanente; Inclusive después de haberme casado y tener mis hijos estuvo pendiente conmigo. Gracias a su apoyo yo pude continuar mis estudios hasta convertirme en profesional. Se quedaba cuidando a sus nietos hasta por la noche, para que yo pudiera asistir a la universidad”.

Berenice ha seguido recibiendo bendiciones con su familia; en el Gimnasio donde asistía a realizar su preparación física, conoció al joven lanzador Manuel Esquivia, hijo del legendario lanzador Manuel “El Bombero” Esquivia. Este joven pelotero profesional, estaba firmado con Marlins de la Florida y actuaba en el beisbol organizado de los Estados Unidos. Asistía al gimnasio del profesor Vargas; a cumplir con su proceso de preparación física al igual que Berenice.

Él tenía 18 años y ella 16; entre ellos nació una gran amistad, que

luego se tornó en relación amorosa y posteriormente se casaron. De ese matrimonio nació Manuela, que está iniciada en el patinaje, y luego Emmanuel, quien practica béisbol. Es decir, Berenice con su hermosa familia, siguen inmersos entre patines y manillas.

A pesar de su retiro de la práctica activa del patinaje, hoy sigue vinculada al deporte, a través de su escuela de patinaje, y como una profesional de Administración de Empresa y Especialista en Gestión Pública. Continúa siendo una referente a nivel local, nacional e internacional, no solo por los logros deportivos alcanzados, sino por su disciplina y compromiso con su deporte y su don de persona de bien.

“Eso es lo que somos realmente, no soy sólo Berenice Moreno la patinadora, soy una persona espiritual y muy sencilla, amiga de todos. Esa filosofía me va a acompañar en el resto de mi vida”. *(Entrevista concedida al Periódico El País el jueves 16 de agosto del 2017).

Quienes la conocemos sabemos que eso refleja su personalidad y que en verdad sus triunfos y la fama no han cambiado su sencillez y humildad. Su pilar fundamental es su espiritualidad, pues es una mujer de mucha fe, que asegura que sus logros obedecen a la “Gracia de Dios”, que le da fortaleza y disciplina. Está dotada de principios y valores y su familia se constituye en el eje principal de su vida. Es común encontrar en las entrevistas deportivas reflexiones de esta gran campeona:

“Yo soy una mujer de fe, creo mucho en Dios, pienso que uno da una parte, pero quien da la mayor es él y por eso le pido mucho. El patinaje es una pasión, algo que me ayudó a ser una mejor persona, a realizarme, a tener la oportunidad de mostrar el orgullo de ser colombiana y es algo que disfruto muchísimo” *(Duván Vladimir Chávorra Agudelo 10-12-2016-Berenice Moreno, una campeona con muchos sueños – el mundo.com/portal).

En la dinámica de construcción de este artículo, a manera de conclusión, le formulamos varios interrogantes a Berenice, quien respondió complacida:

¿Qué te ha brindado el deporte y para qué ha servido?

“El deporte en mi vida formó valores, buenos hábitos y el carácter que me ha estructurado como persona y me ha ayudado, a ser mejor en cada área de mi vida como mujer, como hija, como hermana, como esposa, como madre, como amiga, como trabajadora”.

¿Qué opinión tienes respecto de utilizar el deporte como catalizador de la transformación social?



“El Deporte tiene esa capacidad de transformar las vidas de quienes lo practican, nos hace personas extraordinarias, no porque seamos mejores que otras, sino porque estamos dispuestos siempre a hacer un esfuerzo extra para alcanzar nuestros objetivos individuales y colectivos”.

¿Qué mensaje le envías a las nuevas generaciones de deportistas cartageneros y bolivarenses?

“Mi Mensaje siempre ha sido el mismo: tenemos que estar dispuestos a soñar, a creer y alcanzar todo lo que queremos. Dios a todos nos dio talentos y dones que debemos descubrir y trabajar, con disciplina y con constancia; estar dispuestos a dar la milla extra, a ir más allá de nuestras limitaciones; que siempre van a ser más mentales que físicas”.

La figura icónica de Berenice Moreno Atencia, permanece en el imaginario deportivo local, nacional e internacional. Fueron muchas las hazañas de la Gacela Morena de estirpe cartagenera,

pionera de una generación de talentosas patinadoras que irrumpieron en el firmamento del deporte universal, con la velocidad del viento, haciendo historia y llenando de gloria el patinaje colombiano.

Al lado de Berenice es preciso recordar, los nombres de las cartageneras Cecilia “la chechi” Baena, Alexandra Vivas, Sandra Martínez, Kelly Martínez, Marcela Muñoz y Yercy Puello entre otras. Al igual que las vallunas Angélica Doneys y Briggite Mendez y otras patinadoras del resto del país, que han sabido tejer un collar de medallas, que engalana nuestro deporte nacional.

Las hazañas de Berenice Moreno Atencia, están escritas con letras de oro; ese mismo metal con que varias veces se bañó y que sirvió, para colocar en el más alto pedestal del patinaje mundial el buen nombre de Cartagena, de Bolívar y de Colombia.

ENRIQUE RAFAEL POLO ANDRADE, ATLETA Y MÉDICO DE CORAZÓN

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.

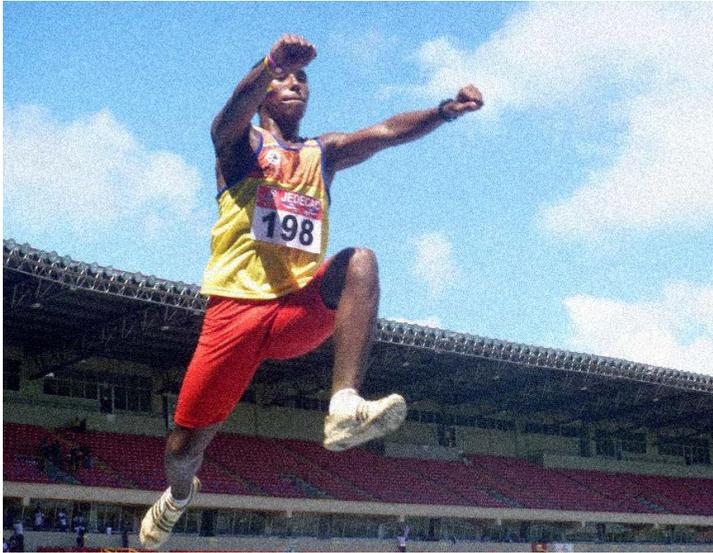
Sin embargo, el principal referente histórico del atletismo se remonta a la Antigua Grecia con los Juegos de Olimpia, donde el ganador tenía el honor de encender la llama del gran sacrificio al dios Zeus, en cuyo honor se hacían los juegos.

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.*

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



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

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 enérgica 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 competencia. 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 clasificarse 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.

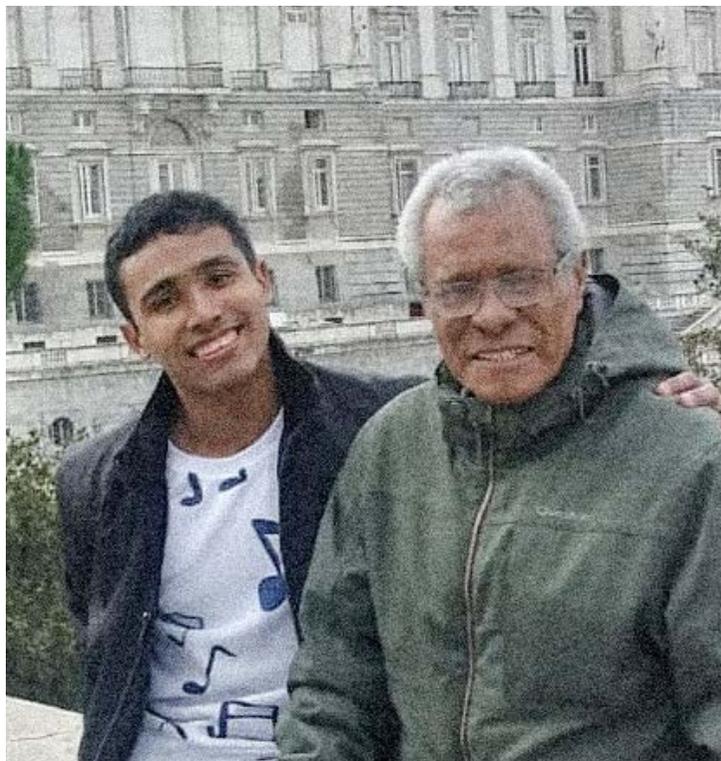
Al regresar de Panamá, llegó a Bogotá donde le tocaba esperar un día para poder regresar a Cartagena en bus. Eso lo decepcionó mucho, sin embargo, el deporte le enseñó a encontrar soluciones y a formar su carácter.

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.

HERMANOS BLANCO TORRES, LANZADORES DE SUEÑOS

Zamir Contreras López



El nombre de Nelson Blanco Torres identifica a la Escuela de béisbol que le rinde homenaje a la memoria del inolvidable pelotero. Mientras él sigue jugando desde otra dimensión de la existencia, su hermano Álvaro continúa su labor como profesor, moldeando sueños de niños de Cartagena, con bates de aluminio, pelotas y manillas de cuero.

Sus padres, Gerónimo Blanco y Carlina Torres conformaron una familia compuesta por 15 hijos (8 mujeres y 7 hombres), de los cuales sobreviven 13, a quienes desde niños les inculcaron la práctica de deportes en sus vidas. El tamaño del núcleo familiar permitía tener equipo propio para cualquier disciplina, y varios eligieron jugar el béisbol. Inclusive, cuatro de ellos fueron reconocidos cachers en la ciudad.

Álvaro recuerda a su querido hermano Nelson, “el Loco”, como le decían con cariño, por el fuerte carácter que poseía, inclusive

con sus alumnos. A pesar de ser menor, le hacía caer en cuenta que sus discípulos lo tenían que ver como un profesor, como esa persona que cuando comete errores siempre tendrá la paciencia para mostrarles los caminos que menos miedo y daño les causarían. “Ellos no te pueden ver como un ogro”, le reprochaba.

Nelson efectivamente fue un profesor, a su manera, pero de los buenos, prueba de ello son los adultos, jóvenes y niños que, pese a su dureza, aún lo extrañan con mucho cariño y le guardan gratitud, por ayudarlos a ser lo que hoy día son.

Todo buen aprendiz resalta a su tutor y, aunque Álvaro Blanco es actualmente un entrenador con gran reconocimiento, nunca olvida la gran huella que le dejaron los que considera sus mejores maestros: Pedro Ortiz Lastra y Raúl Ríos, ellos sin dejar de lado a delegados como “Clemo Haydar” (Clemenceau Haydar Sedan) y personas que trabajaron a su lado como Jolbert Cabrera padre, y

Daniel “El Pato” Espitia (q.e.p.d.), entre muchos otros. Reconoce que nada se construye solo, y mucho menos una vida y trayectoria como la de este personaje.

Los hermanos Nelson y Álvaro tuvieron una vida deportiva bastante extensa y llena de triunfos, derrotas y muchos logros, uno de ellos convertirse en formadores de jugadores de béisbol; camino que iniciaron en los años ochenta. La historia de Álvaro en este deporte se empieza a escribir a la edad de 10 años, en un equipo infantil de su época que llevaba por nombre “Los Seleccionados”, frase que años después se convertiría en realidad al ser seleccionado por la vida para formar niños.

Luego de su paso por este equipo, siguió su formación deportiva y personal en los equipos pre-junior y junior de la Universidad de Cartagena, para luego pasar a primera categoría en el equipo Getsemaní y posteriormente, saltar en el año 1983 al seleccionado del equipo bolivarense; en donde quedaría campeón frente a la talentosa selección atlanticense. Este juego disputado en Bogotá fue bastante especial para Álvaro, ya que tuvo la dicha de ser el lanzador que contribuyó a la consecución del triunfo de su selección. Álvaro representó también a Colombia en el torneo mundial de 1993 Friendship Series en Johnstown Pennsylvania U. S. A.

Pero como nada en la vida puede estar exento de dificultades, en 1984, luego de salir campeón con la selección del departamento de Bolívar, Álvaro tuvo la oportunidad de firmar para un equipo profesional de béisbol de los Estados Unidos, esta vez fueron los Cardenales de St Louis, los que lo firmaron y creyeron en sus capacidades. En 1985, viajó en compañía de Miguel Teherán, con tan mala suerte que sufrió una lesión, la cual, pese a su insistencia por seguir en el béisbol, no le permitió continuar su carrera deportiva a nivel profesional. En este punto de su vida, se enfrentó a algo que muy pocos deportistas consideran: retirarse antes de tiempo, pero optó por seguir otro camino no muy alejado de su pasión, fue por ello que tomó la decisión de convertirse en formador de beisbolistas profesionales.

Su vida como profesor de béisbol empezó en 1986 de la mano de Ernesto Babilonia, quien lo llevó al equipo Los Bravitos. Después pasó al equipo La Creciente, en donde compartió experiencias con personas como Jesús San Juan, Samuel Gómez y Jorge Llamas. Fue en ese lugar, donde inició su trabajo con las categorías menores pre infantil e infantil, por donde pasaron beisbolistas de mucha calidad y de buena proyección, para la práctica de este deporte, como Jesús San Juan Junior y Fredy Manrique, los cuales le dieron su primer campeonato como entrenador de ligas menores enfrentando al equipo Aceite de Res. Luego de esta experiencia,



se labró la oportunidad de ser scouts de equipos profesionales como Los Marineros de Seattle, Marlín de la Florida, Boston Red Sox, Tigres de Detroit.

En esta etapa de su vida, a Álvaro le tocó armarse de una libreta, un lapicero, un cronómetro y una pistola, pero no de fuego, sino de radar, de aquellas que se utilizan para medir la velocidad de cuerpos en movimiento. Todo esto para descubrir talentos que como él poseen lo necesario para ser firmados por equipos profesionales. Es pertinente recalcar que, fue esta misma labor la que le permitió vivir la experiencia de presenciar la final de la Serie Mundial de Béisbol de la MLB en 2004. En donde dos colombianos, Orlando Cabrera por el equipo de Boston y Edgar Rentería por el equipo de St Louis, se enfrentaron en un hecho histórico para nuestro beisbol, saliendo como campeón de dicha serie, Orlando Cabrera y su equipo de Boston.

Continuando con su travesía deportiva, en el año 1990 ingresó a la electricadora Bolívar, en la cual un año después logró ser jefe de deportes y dirigente deportivo. En esta etapa Álvaro compartió con compañeros entre los que resalta a Curtis Wallace, Alberto Osorio, Daniel Mercado, Daniel Espitia, Jaime Castillo e inclusive su propio hermano Nelson Blanco, que fortalecieron su formación como entrenador.



Para esta etapa de su vida logró un triunfo más al salir campeón de la liga local en el año 1991, enfrentándose en la final al equipo de Playa Blanca. Otro logro conseguido por este formador fue la conseguida en 2005 de la mano de Fermín Monrroy en el equipo Nueva Cartagena, donde se coronaron campeones invictos de la categoría pre-junior, equipo del que salió su hijo y otros talentos más que hoy día brillan en otros lugares y dejan en alto lo aprendido de sus maestros.

También en ese proceso de trabajar con niños conoció a Marcial Del Valle y Dagoberto Cavadia, con los que cosechó triunfos en todas las categorías menores con las que ha trabajado. Vale la pena resaltar que, Álvaro es una persona que lleva cerca de 21 años perteneciendo y trabajando en el IDER, algo que lo enorgullece al saber el papel que cumple en la vida de los que pasan por sus escuelas y programas impulsado por esta entidad y apoyados de su sabiduría deportiva.

Por sus manos han pasado muchos jóvenes y niños que buscaban cumplir el sueño de convertirse en peloteros profesionales; algunos lograron firmar para el béisbol organizado, entre ellos se destacan personajes como Julio Teherán, un joven a quien describió como disciplinado, y que pese al lugar donde pasó su infancia, en donde abundan los flagelos sociales, ha logrado

sobresalir y llegar a jugar en las grandes ligas. Álvaro aportó su grano de arena, para ayudar a materializar el sueño de este niño y de muchos otros más, que a pesar de las situaciones sociales y deportivas adversas, han podido lograr ser exitosos. Todo ello gracias al modesto aporte que, a través de sus buenos consejos, conocimientos y les inculca.

Teherán es apenas uno de los muchos jóvenes a los que ayudaron a que cumplieran sus sueños, pero ante ello, lo más gratificantes para estos héroes, que muchas veces le arrebatan integrantes a la delincuencia y a los malos caminos de la vida, es saber que los chicos que pasan por sus rutinas formadoras, salen al mundo a impartir las buenas enseñanzas que recibieron de parte de los dos hermanos Blanco, quienes se convirtieron en sus lanzadores de sueños.

El deporte en esta familia se ha transmitido de generación en generación, es por ello que Álvaro afirma llevarlo en la sangre, de hecho, su hijo Álvaro Blanco Junior también ha sido uno de sus alumnos; le ayudó a formarse como deportista y ser humano, hasta llegar a firmar para un equipo profesional. Esta vez Álvaro desempeñó los dos papeles de padre y entrenador; tarea que no fue fácil.



Debía ayudar a su hijo-alumno a cumplir sus sueños, pero esto implicaba un camino duro; en ese trayecto vio a su hijo cometer errores y al mismo tiempo debía corregirlo tanto fuera como dentro de la cancha. De igual manera debió estimularlo, cuando vio en la mirada de su alumno el sentimiento de frustración por situaciones adversas, que amenazaban su oportunidad de ser jugador profesional de béisbol, y lo sintió mucho más, al ver como su hijo notaba que sus compañeros alcanzaban el objetivo y el suyo no se concretaba.

El doble papel de este padre y profesor se basó en no permitir que las ganas de su alumno desmayaran y a mantener la perseverancia intacta. Esfuerzos que valieron la pena, ya que hoy día su hijo se encuentra reclutado por un equipo profesional, motivo por el cual a Álvaro no le queda más que ver como su alumno e hijo

sigue su camino sin olvidar que su progenitor siempre será su profesor, y ahora, su mejor animador.

Hasta la fecha el gran Álvaro Blanco continúa ejerciendo su labor como profesor de béisbol, en la Escuela de Iniciación y Formación Deportiva del IDER (EIFD); en la entrevista que concedió para la realización de esta crónica no se le notó intención alguna de retirarse de este deporte; por el contrario, sigue en pie de lucha y hoy más que nunca, en honor a su hermano, desea seguir ampliando su legado. Ese entrenador que, pese a su fuerte carácter, se hizo querer por su familia, amigos y sobre todo por sus alumnos, quienes hoy solo le piden que desde el cielo les ayude a ganar todos sus juegos, no solo los de béisbol, también los de la vida.

EDIANA JIMÉNEZ CARVAJAL, TRANSFORMANDO VIDAS DESDE LA GIMNASIA

Dayana Pinzón Callejas



Ediana Jiménez Carvajal es la mayor de tres hermanos, y desde muy joven demostró su pasión por el deporte, el baile y la recreación. Es Licenciada en educación física de la Universidad de Pamplona; certificada por Rumba Fit como profesora de clases grupales; y estudiante de la Maestría en actividad física, entrenamiento y gestión deportiva en Fundación Universitaria Iberoamericana (FUNIBER), entre otros estudios. Trabaja en el Instituto Distrital de Deporte y Recreación -IDER- como profesora y monitora de actividad física en el área de Recreación, y es profesora de gimnasia en la Escuelas de Iniciación y Formación Deportiva -EAFID-.

Su nombre fue una invención de sus padres Édison Jiménez y Ana Carvajal, quienes unieron las iniciales de los suyos para bautizar a su hija (Edi-ana). Desde niña ha sido muy activa para el deporte, influenciada principalmente por su padre, quien en tiempos de juventud practicó fútbol, voleibol, baloncesto y microfútbol, mientras que su madre fue la encargada de motivarla y darle la confianza suficiente para que lograra todo lo que se propusiera.

Su carrera como deportista inició con la gimnasia a la edad de 4 años en el colegio Comfenalco, orientada por el profesor de educación física, Gabriel Guerrero. Allí, completó todos los niveles y construyó una base sólida de capacidades y habilidades físicas como: equilibrio, flexibilidad, fuerza, resistencia, agilidad, entre otras. Esto le ha permitido destacarse en otros deportes como el voleibol, el kitbol, el canotaje e incluso para las expresiones corporales del baile y la danza.

Al culminar sus estudios de primaria, inició sus estudios de bachillerato en el colegio Promoción Social de Cartagena en el barrio el Socorro. Durante las clases, el profesor de educación física, Gabriel Jiménez Tuñón, detectaba jóvenes talentos e invitaba a sus alumnos a entrenar en su equipo de voleibol; de manera que, vio en Ediana a una niña que tenía muy buenas bases psicomotrices, desde entonces, y por más de 22 años, Ediana ha jugado voleibol.

Cuando cursaba sexto de bachillerato, participó en los campeonatos Intercolegiados de voleibol. De los dos equipos ganadores reclutaban a las deportistas que representarían a la selección Bolívar femenina de voleibol. Así pues, Ediana quedó dentro del grupo selecto junto con su amiga Amada Jiménez, y en el año



2004 jugó su primer torneo nacional de voleibol femenino en categoría menores en la ciudad de Cali.

Su posición de juego en voleibol es la de líbero, fácilmente reconocibles en el equipo, porque visten con una camiseta de diferente color. Su función se limita a labores defensivas, y no son precisamente los de mayor estatura dentro del equipo.

“Yo soy la que recibe los zagues, los remates, y evito que el balón toque el piso. O sea, yo soy la que recibe todos los balonzos para que mis compañeras puedan contraatacar”, explica. La líbero tiene la gran responsabilidad de organizar a su equipo en la defensa, para ello, se requiere de liderazgo y ser una jugadora muy técnica. No obstante, Ediana se mueve con soltura y rapidez, que asegura se debe a la gimnasia. *“la gimnasia ha sido la base que me ha permitido aprender cualquier deporte. Dado que me facilita desarrollar todas las habilidades y destrezas que se necesitan en cada uno de ellos. Estoy segura de que cualquier profesor hubiese querido enseñarme su deporte”.*

En 2007 Ediana partió a Pamplona para estudiar la Licenciatura en Educación Física; estando en las instalaciones de la universidad, lo primero que hizo fue dirigirse a las oficinas de Bienestar Universitario para incorporarse al equipo de voleibol, donde obtuvo becas deportivas. Durante los cinco años de la licenciatura, jugó con la selección femenina de voleibol de esa Alma Mater, ocupando el cuarto lugar a nivel universitario. Así mismo, representó al equipo de Norte de Santander, trabajó en el gimnasio de la Universidad, fue porrista y dio sus primeras clases como docente

en el Cambridge School de Pamplona. De esta manera Ediana se ganó el sobrenombre de “Coldeportes¹”, como le decían sus compañeras por destacarse en muchos deportes.

En 2011, compitió en Cúcuta contra la selección Bolívar femenina de voleibol, cuyo entrenador era José Polchlopek. Sus compañeras le decían *“¡Pilas, no te puedes dejar!”*, haciendo referencia a que no tuviera compasión de sus rivales. Fue en ese partido donde Ediana se dio cuenta de la gran evolución que había tenido la selección Bolívar femenina de voleibol.

Instantáneamente, llegaron a su memoria los recuerdos de aquella época cuando participaba en la selección Bolívar, en la que, junto con sus padres, los de sus compañeras y éstas tenían que hacer fiestas, eventos en discotecas, buscar patrocinio, vender boletas para recolectar fondos y adquirir los uniformes; *“yo recuerdo que hacíamos muchas maratones donde amanecíamos jugando. En éstas nuestros padres vendían chicharrón y patacones para recolectar fondos.*

Fue un episodio muy emotivo para Ediana, porque nunca imaginó que podría enfrentarse a su propio equipo, se preguntaba de dónde habrían sacado a esas niñas tan altas. Fue entonces cuando José Polchlopek la contactó, le habló de los nuevos proyectos y le propuso que regresara a Cartagena una vez terminara su licenciatura, para trabajar con él en la liga de voleibol de Bolívar.

Sin embargo, no fue una decisión fácil para Ediana, porque estaba muy feliz en Pamplona entrenando voleibol, haciendo gimnasia, aprendiendo otros deportes como el tenis y bailando en la academia Margarita Acedo de Cúcuta. Adicionalmente, estaba planeando crear una academia en Pamplona donde pudiera enseñar no solo a bailar, sino también, gimnasia, deporte y acondicionamiento físico. Por tanto, esta decisión implicaba renunciar a su sueño de tener algo propio y regresar a su tierra natal Cartagena, para empezar de cero.

A su regreso a la ciudad Heroica sólo le bastaron seis meses para volver a relacionarse con personas afines al deporte. En 2012, empezó a trabajar en el Tecnológico Comfenalco como docente en la cátedra de Deporte, Cultura y Convivencia Ciudadana. Al año siguiente ingresó al IDER como profesora de actividad física y recreación. Como los tiempos se lo permitían, en 2014 fue contratada en el Colegio Gimnasio Cartagena de Indias. Así, Ediana se ha mantenido durante los últimos ocho años, trabajando activa,

¹ Departamento Administrativo del Deporte, la Recreación, la Actividad Física y el Aprovechamiento del Tiempo Libre (Coldeportes), fue la entidad gubernamental que reguló el deporte en Colombia. A partir de 2020, la entidad se disuelve para darle paso al nuevo Ministerio del Deporte de la República de Colombia (Mindeporte).

simultánea y sincronizadamente con estas tres instituciones, impactando de manera positiva y transformando vidas en los cuatro ciclos vitales: niños, jóvenes, adultos y adultos mayores.

En sus tiempos libres, Ediana practica otros deportes, y dentro de ellos participó en los campeonatos recreativos de la Maratón Náutica de la liga de canotaje de Bolívar. En 2014, esta maratón se llevó a cabo en el Mercado de Bazurto, en la Ciénaga de las Quintas, allí ocupó el tercer lugar. Más tarde, se realizó la Maratón Náutica con inclusión social, cuya primera versión se dio en 2015 en el barrio Manga, donde quedó en segundo lugar. La segunda versión se desarrolló en 2018 en la Laguna de San Lázaro, donde conquistó el primer lugar junto con Yenny Zúñiga² (ex selección Colombia de altos logros en levantamiento de pesas).

Al ganar el primer puesto en la Maratón Náutica, automáticamente fueron convocadas para representar a la selección Bolívar de canotaje en los Juegos Deportivos Nacionales de 2019, y Ediana se convirtió en la primera cartagenera en representar al Distrito en esas justas, fue uno de los años más complicados para ella, pues estuvo inmersa en múltiples actividades a la vez. Trabajaba para varias instituciones como el IDER, la Secretaría de Educación (desempeñándose como asesora pedagógica para el deporte incluyente) y en el Tecnológico Comfenalco. A su vez, participó en el campeonato nacional de voleibol de funcionarios públicos, representando al Distrito de Cartagena con el equipo femenino de voleibol en la ciudad de Cúcuta, donde “*¡Cartagena siempre ha sido campeón!*”. Dejándola con un desgaste físico considerable.

A pesar de los múltiples logros que Ediana ha obtenido como voleibolista, hoy por hoy, su principal vocación es enseñar gimnasia desde los programas de Deporte que ofrece el IDER. Su enfoque como entrenadora de gimnasia se basa en los procesos de iniciación y formación deportiva, donde contribuye al desarrollo de las capacidades y habilidades en las deportistas del departamento de Bolívar, para que lleguen en óptimas condiciones al énfasis de perfeccionamiento deportivo, donde por lo general son apadrinadas por otros entrenadores. Durante los procesos de iniciación y formación deportiva, Ediana les transmite a sus alumnas todo lo que ella aprendió durante sus ciclos como gimnasta: a ser seguros de sí mismos, a esforzarse por cumplir sus metas, a ser disciplinados y de esta manera contribuir a la transformación integral de niños y niñas.

“Muchas de mis alumnas, a pesar de que no alcanzan a ser grandes gimnastas, han sido excelentes bailarinas, porristas, modelos y tenistas”, afirma con satisfacción. Las niñas que han sido entrenadas por



Ediana, logran destacarse en distintas áreas del conocimiento, debido a las habilidades y capacidades que les brinda la gimnasia.

Como retribución a los grandes aportes que Ediana realiza transformando la vida de muchas personas a través del deporte y la recreación en el Distrito de Cartagena, En el 2020 con la rendición de cuentas del IDER, recibió el reconocimiento de “Heroína de valores” por parte de la administración del alcalde electo en ese periodo. Fruto del trabajo arduo y el esfuerzo que ha hecho durante los últimos diez años en el IDER.

Ediana se ha distinguido como un ejemplo a seguir en Cartagena, no solo para sus alumnas, sino también para las madres de sus alumnas y para otras mujeres que la siguen en sus redes sociales donde los invita a llevar un estilo de vida saludable. Esta se ha convertido en su mayor satisfacción, por eso no quiere dejar la gimnasia, por el contrario, quiere seguir contribuyendo a su masificación y evitar que ésta se estanque.

Lo que el deporte le ha enseñado a Ediana a través de la gimnasia y del voleibol siempre lo aplica a su vida personal, profesional y laboral “*el deporte desarrolla en el ser humano todas las áreas de manera integral y eso es lo que enseño en las niñas actualmente*”. Parte

² Léase la crónica de la profe Yenny en http://ider.gov.co/observatorio/wp-content/uploads/2021/04/Cr%C3%B3nica%20Deportiva_La%20profe%20Yenny.pdf



de la personalidad de Ediana, es gracias al deporte, por ejemplo, saber escuchar instrucciones, a esforzarse por ser mejor, aceptar y trabajar en sus errores; *“mi autoestima no se afecta porque me equivoque; por el contrario, me ha servido muchísimo cuando trabajo con adultos, ya que cuando ellos se equivocan creen que es una pérdida, que lo van a ver mal o que van a dudar de su profesionalismo. Ojalá yo me siga equivocando miles de veces para seguir aprendiendo y con toda la humildad seguir adelante”*, concluye.

Hasta la fecha, no ha renunciado al voleibol ni a la gimnasia, sabe que en algún momento de su vida debe dejarla, pero no se siente preparada para ello. Mientras ese día llega, Ediana sigue transformando enérgicamente la vida de niños, jóvenes, adultos y adultos mayores. Contribuyendo vivamente a la masificación de la gimnasia, y aportando a la generación de nuevos talentos en el Distrito de Cartagena. Siguiendo el camino que Dios le ha encomendado.

“Heroína de valores”

ALFONSO PÉREZ TORRES, NUESTRO PRIMER MEDALLISTA OLÍMPICO

José Guillermo Torres Ortiz



En la secuencia de crónicas y relatos históricos de Cartagena y Bolívar; ha quedado evidenciada la trascendencia e importancia de este territorio dentro del contexto histórico del deporte colombiano. En esta oportunidad la crónica histórico-deportiva, se refiere a un gran deportista nacido en la ciudad Heroica; en ella se relatan hechos y experiencias que han resultado de gran importancia para el deporte local y nacional.

Se trata de Alfonso Pérez Torres un boxeador bolivarense que puso el nombre de Colombia en alto, al obtener la primera medalla olímpica de bronce para nuestro país, en las Olimpiadas de Múnich 1972. * El boxeador de Malagana, Bolívar, junto con el cartagenero

Clemente Rojas y el barranquillero Helmut Bellingrodt , hacen parte de esa triada de costeños que consiguieron las tres primeras medallas Olímpicas para el deporte colombiano. *(21 jul. 2017 - Cartagena de Indias, la cuna del boxeo en Colombia - Golpe a Golpe).

Nació el 16 de enero de 1949 en el corregimiento de San Marcos de Malagana; en el hogar conformado por Juan Manuel Pérez y Dominga Torres Arellano. Teniendo 3 años de edad, su familia decidió residenciarse en Cartagena, donde se convirtió en un cartagenero de crianza y corazón, sin olvidar a su pueblo natal. jurisdicción del municipio de Mahátas. Es un pueblo acogedor

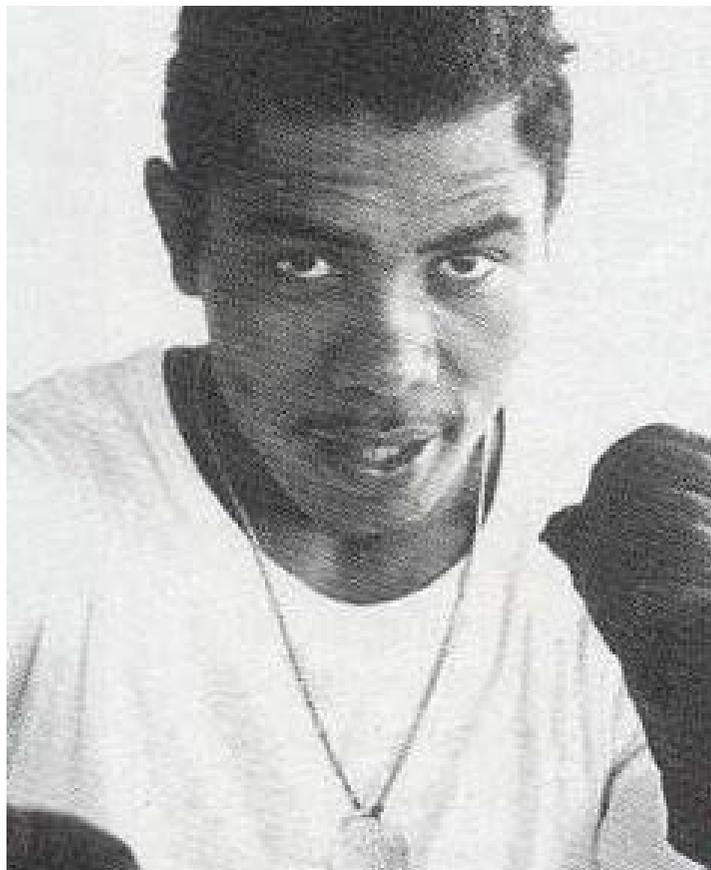
y muy conocido en la región, donde se realiza anualmente el ya famoso “festival del mango”.

Aunque inicialmente se inclinaba por el beisbol, su primera práctica deportiva la realiza a través del atletismo.* “A los 12 años me inicié en la práctica deportiva a través del atletismo, cuando estudiaba mecánica automotriz en el Sena, en donde el entrenador era Julio Pombo”. También le gustaba el ciclismo, pero al final se inclinó por el deporte de las narices chatas. Fue tan exitosa su incursión en este deporte, que se constituyó en uno de los referentes del boxeo colombiano, por las múltiples satisfacciones brindadas en su brillante carrera deportiva.*(Historia del Boxeo Colombiano – Raúl Porto Cabrales).

En una entrevista publicada en el video “Nuestros Deportistas” de Señal Colombia, Alfonso Pérez manifestó que fue Bernardo Caraballo cuando le ganó a Ramoncito Arias, quien lo inspiró para decidirse por el boxeo: “Una vez estando jovencito, Bernardo Caraballo le ganó a un venezolano y vi cuando el pocotón de gente lo sacaba en hombros del estadio. Entonces pensé que yo también iba a ser un gran boxeador y me iban a cargar en hombros. Y se me cumplió, porque cuando llegamos de los olímpicos, después de ganar la medalla de bronce, me llevaron en hombros desde el aeropuerto hasta el centro de la ciudad”. (19/08/2012 · Video subido por Señal Colombia).

En sus estudios solo llegó hasta tercero año de bachillerato, ya que decidió cambiar los libros y cuadernos por guantes, peras y velillos. De su inicio en el boxeo comenta que se inició a los 14 años: “Cuando tengo 14 años se me dio por practicar el boxeo y me fui al gimnasio que estaba en la estación de los Bomberos a la entrada de Bocagrande, y allí empecé a entrenar bajo la dirección de Andrés Caraballo, a quien le decían “Pancho Villa”. “Empecé a combatir y le gané el título departamental a un embalador que le decían “Pisa Muerto”. Por esa victoria me llevan en ese año 67 al campeonato nacional en Medellín, con “Chico de Hierro” que fue mi entrenador y le gané la final al “Baba” Jiménez, quien peleó por Atlántico. Cuando regresé de Medellín, me voy al club Torices que dirigía Chico de Hierro y Armando Velásquez, ambos difuntos. Luego me entrenó Orlando Pineda, con quien fui a los olímpicos” *(Historia del Boxeo Colombiano – Raúl Porto Cabrales).

Tuvo una destacada actuación deportiva, sobre todo en la rama aficionada, en la que realizó 202 peleas con 200 triunfos y solo 2 derrotas. Con un envidiable palmarés de: 10 títulos de campeón nacional, 2 títulos de campeón Bolivariano, 2 títulos de campeón Centroamericano y del Caribe, sub-campeón Panamericano y Medalla de bronce en los Juegos Olímpicos de Múnich 1972. En la rama profesional realizó 38 combates ganando 32, de los cuales 14 fueron por nocaut, 4 empates y 2 derrotas. De toda esa



excelente actuación, la de mayor trascendencia fue la obtención de la medalla olímpica en Múnich 1972. Sobre todo porque significó la concreción de un anhelo y esfuerzos de todo un país, por conquistar un sitio de honor en esos Juegos. A partir de ese entonces, le llaman Alfonso “el olímpico” Pérez.

Alfonso Pérez aseguró la primera medalla de bronce, al vencer al turco Era cian Derek. Lo propio hizo el boxeador nacido en Cartagena y criado en Barranquilla Clemente Rojas, venciendo al español Antonio Rubio, consiguiendo la segunda medalla de bronce para el boxeo bolivarense y la tercera para la delegación colombiana. Esas tres medallas fueron el mejor desempeño colombiano en una sola edición de los Juegos Olímpicos, hasta 40 años después, cuando en las justas de Londres 2012 obtuvo 9 medallas (1 de oro, 3 de plata y 5 de bronce).

En esa historia también está escrito que hubo momentos difíciles: en Múnich 1972 un grupo de personas aparentemente atletas, debidamente uniformados, irrumpieron en la villa olímpica de forma irregular. Aprovechando la oscuridad de la noche, tomaron como rehenes a unos integrantes de la delegación deportiva



Israelí. En la madrugada del 5 de septiembre, en el edificio situado frente a las habitaciones de la delegación colombiana de boxeo, se escucharon disparos, que obligaron a los deportistas nacionales a lanzarse al piso, para evitar ser alcanzados por las balas. Respecto a la experiencia vivida, Alfonso Pérez declaró al periódico El Heraldo: *“Eso que pasó fue muy doloroso y terrible. Recuerdo que el doctor Múnera me agarró la cabeza para que la mantuviera abajo, porque las balas zumbaban”*. Todo era confusión, pues no se sabía a ciencia cierta qué era lo que estaba ocurriendo. *(El Heraldo - DEPORTES - Abr 01, 2018).

Este atentado cobró la vida de once miembros del equipo olímpico de Israel, que fueron tomados como rehenes y asesinados por un comando del grupo terrorista “Septiembre Negro” (una fracción de la Organización para la Liberación de Palestina). En el hecho también resultaron muertos un oficial de la policía alemana y cinco secuestradores. Esta situación ocasionó la suspensión y aplazamiento de algunas actividades del cronograma deportivo y originó el repudio de la comunidad internacional. Quedando marcado como uno de los episodios más tristes del deporte universal.

Continuando con la exploración de la trazabilidad cronológica del deporte cartagenero y bolivarense, encontramos que la fecha 6 de septiembre de 1972 es de las más recordadas, por la obtención de la primera medalla de bronce, y más aún, por haberlo logrado

un bolivarense en una disciplina deportiva en la que Colombia comenzaba a incursionar en los Juegos Olímpicos. Es apenas lógico que el recuerdo de esta fecha nos genere alegría, puesto que nuestra tierra es considerada como “la cuna del boxeo colombiano”. Muy a pesar de que se han venido presentando controversias, respecto a la existencia de datos precisos, que aseguren con certeza cuándo y en donde se inició el boxeo en nuestro país.

Sin embargo, existen aproximaciones escritas, identificando a Bolívar como la “cuna de este deporte en Colombia”. Raúl Porto Cabrales, uno de los investigadores del boxeo más connotados en Colombia, menciona que en 1874 el hacendado cubano Francisco Balmaceda, instaló en su hacienda agrícola de María La Baja, Bolívar, un pequeño gimnasio de boxeo para el ocio de sus trabajadores. También refiere, que, en 1898, Andrés Gómez Hoyos (“el padre del boxeo colombiano”), abrió en la Universidad de Cartagena un modesto gimnasio para la práctica del boxeo. A raíz de la guerra de los mil días se cerró la universidad, interrumpiendo su proceso, que luego de finalizar la guerra lo retoma, ubicando el gimnasio en la calle Cochera del Hobo en el barrio San Diego de Cartagena en 1903. *(Libro Historia del Boxeo Colombiano).

El protagonismo cartagenero y bolivarense en la selección nacional de boxeo que estuvo en Múnich 1972, ratificó la condición de “cuna del boxeo colombiano”, que ha tenido nuestra tierra. Hecho evidenciado con su mayoritaria participación, ya que seis de los siete deportistas integrantes de dicha selección, nacieron en el departamento de Bolívar. Como si lo anterior fuera poco, uno de los entrenadores, el delegado y el vicepresidente del Comité Olímpico Colombiano también eran de tierra bolivarense. Adicional a ello el “malaganero” Alfonso Pérez Torres fue el abanderado de Colombia en el desfile inaugural, como un presagio de la destacada actuación, que nuestro boxeador tendría en Múnich 1972. *Cabe mencionar que en total hubo siete deportistas bolivarense en esos juegos, con la participación del ciclista bolivarense Rafael Narváez, radicado en el Valle del Cauca *(Lucho Anaya G. - Primer Tiempo. Co -15 de abril de 2021).

En dialogo telefonico con el entrenador Orlando Pineda Garcia, me precisó que la nomina de la selección colombiana de boxeo estuvo integrada de la siguiente manera: Prudencio Cardona (q.e.p.d.) en la categoría mosca ligero -44 kg, Calixto Pérez en mosca - 51kg, Eduardo Barraga en gallo - 54 kg, Clemente Rojas en pluma - 57 kg, Alfonso Pérez en ligero-60 kg, Emiliano Villa en welter ligero-63.5 kg y Bonifacio Avila en medio ligero-71 kg. Sócrates Buenaventura Cruz y Orlando Pineda Garcia como entrenadores y Alfonso Munera Cabas (q.e.p.d.) fue el delegado. El medico nacido en Turbaco (Bolívar) Fidel Mendoza Carrasquilla

(q.e.p.d.), oficiaba como Vice Presidente del Comité Olímpico Colombiano (C.O.C).

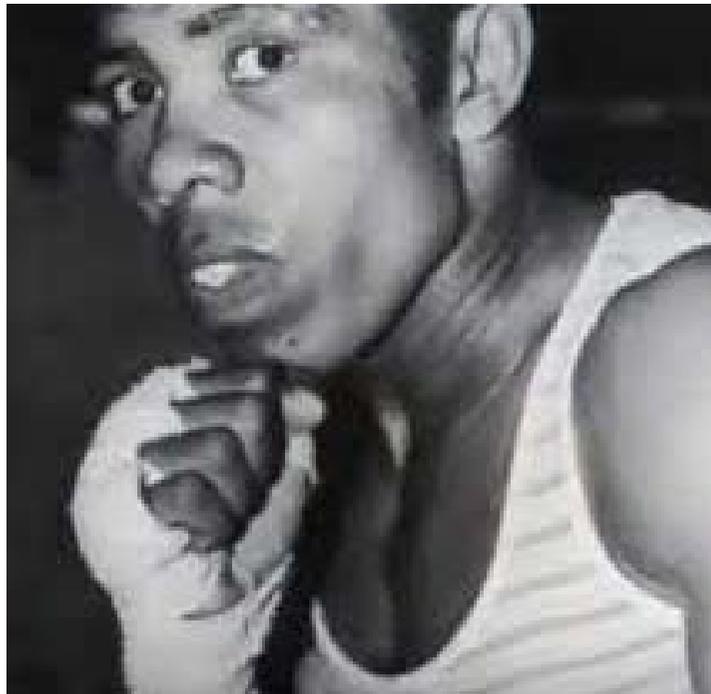
También comentó, que la delegación colombiana de boxeo debutó el día 28 de agosto, con el boxeador Prudencio Cardona (q.e.p.d.). Quien en la categoría mosca ligero (44 Kg) perdió por decisión de los jueces con el cubano Rafael Carbonel. El 29 de agosto Colombia a través de Clemente Rojas obtiene su primer triunfo, al derrotar por decisión de los jueces en la categoría pluma (57 Kg.), al canadiense Dale Anderson. Hecho este que aparece registrado en el libro Historia del boxeo colombiano.

Alfonso Pérez tuvo su primer combate en estos juegos el 1 de septiembre, enfrentándose ante Peter Odhiambe de Uganda, a quien le ganó por decisión de los jueces en la categoría ligero (60 kg). Su segundo combate fue el 3 de septiembre, derrotando por decisión a Karel Kaspát de Checoslovaquia. Motivado por este triunfo, se enfrentó el 6 de septiembre a Eracian Derek de Turquía. A quien le ganó también por decisión de los jueces, accediendo a la medalla bronce. ” *(Historia del Boxeo Colombiano – Raúl Porto Cabrales).

La siguiente pelea de Alfonso Pérez sería en la semifinal, pero como consecuencia de lo acontecido con la delegación israelí, el 8 de septiembre se presentó una situación curiosa en la delegación colombiana de boxeo: “Las competencias se habían aplazado. Me confié, me puse a comer y me subí dos libras. Cuando Pineda me confirmó que pelearía al día siguiente me tocó bajar de peso, me llevó al sótano del edificio donde estábamos para ponerme a sudar; me puse un buzo, hice velillo y abdominales. A eso de la 1:00 de la mañana di el peso. La pelea fue como al mediodía. Dormí como cuatro horas, aproximadamente”. (Video Nuestros Deportistas – -19/08/2012 · Subido por Señal Colombia).

El 9 de septiembre se cumplió el combate que aseguraba la medalla de plata y le permitía disputar la medalla de oro. El contrincante era Lazlo Orban de Hungría. Fue una pelea interesante, en donde Alfonso Pérez mostró su clase y categoría. Pero los jueces vieron ganador al húngaro 3 a 2. * “Pude llegar más lejos. Esa pelea con el húngaro la gané. La medalla de oro me la robaron. Lo trabajé con el jab y esa cabeza se le iba para atrás constantemente. Es más, la gente en las gradas comenzó a sacudir los pies con fuerza contra el piso como forma de protesta por el fallo”. *(<https://www.elheraldo.co> > deportes > el-presidente-me regalo una casa por la medalla)-.

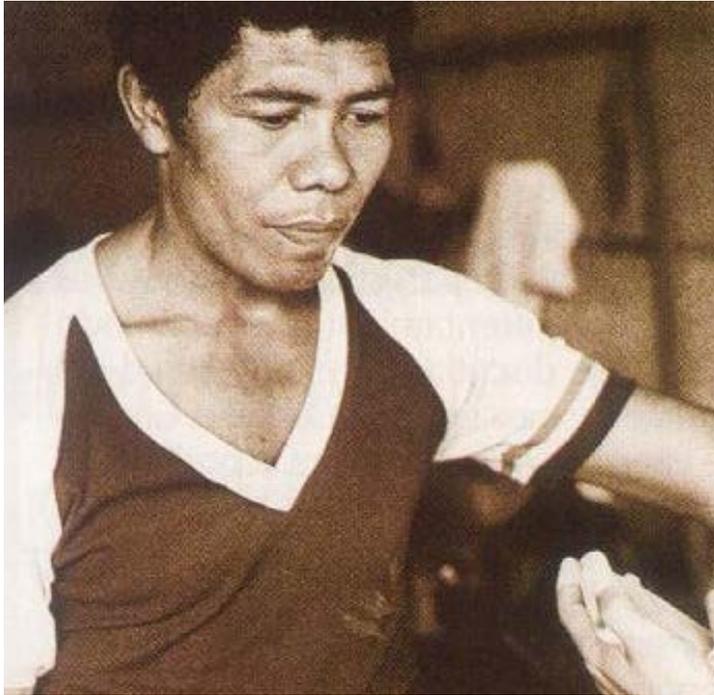
La derrota fue una sorpresa para la delegación colombiana y un golpe duro para Alfonso Pérez, quien estaba seguro de haber obtenido el triunfo y haber clasificado a disputar la medalla



de oro. En entrevista concedida al programa Semblanzas con Toño Sánchez manifestó que incluso había llorado. “Lloré mucho; recuerdo que me pusieron al presidente Misael Pastrana al teléfono y me dijo que él había lamentado esa derrota tanto como yo. El Presidente me prometió que me iba a recibir cuando llegara y así fue. Me mandó en un avión bien cómodo para Cartagena y me regaló una casa”.

Los recuerdos del hecho histórico de Múnich 1.972, le generan a Alfonso una expresión nostálgica, que deriva entre la alegría y la tristeza. En varias entrevistas ha dejado entrever la dualidad de sentimiento respecto al tema: “Para ser sincero, no me sentía alegre con la medalla de bronce. Yo estaba acostumbrado a ganar medallas de Oro y de Plata”. – En realidad el no dimensionaba la proeza que había logrado. – “Solo cuando hablé con el Presidente Pastrana, fue que entendí, lo que había alcanzado” (Semblanzas con Toño Sánchez Jr. – Alfonso Pérez, primera medalla olímpica para el boxeo Colombiano).

A su regreso a Colombia los medallistas fueron recibidos como héroes. A nivel nacional el Presidente Misael Pastrana Borrero, los recibió en el Palacio de San Carlos y hubo todo un despliegue periodístico del acontecimiento. No era para menos, después de haber pasado 40 años de haber iniciado su participación en los Juegos Olímpicos (del 1932 al 1972), Colombia lograba obtener sus tres primeras medallas.



Pero el caso del recibimiento en Cartagena fue una verdadera locura. El 13 de septiembre la delegación de boxeo hace su arribo a la ciudad y el pueblo se volcó al aeropuerto Rafael Núñez a recibirlos. Una vez habían bajado Alfonso Pérez y Clemente Rojas del avión, corrieron a cargarlos y en cumplimiento del deseo que había tenido Alfonso Pérez cuando joven, un “pocotón de gente” los llevó en hombros desde el aeropuerto hasta el centro de la ciudad.

En ese recorrido, los habitantes de los barrios aledaños, se agolparon a lado y lado de la vía. Todos querían abrazar a los medallistas. La multitud llegó a la emblemática Plaza de la Aduana; en donde está ubicada la sede de la Alcaldía Mayor de Cartagena de Indias. Allí afloraron los discursos y demás manifestaciones de reconocimientos. El Alcalde de entonces, Juan C. Arango Álvarez, expidió un decreto de honor, resaltando la grandeza de este logro. Como todo acontecimiento de importancia en Cartagena, la música no se hizo esperar y al son de gaitas tambores y papayeros, los cartageneros y bolivarenses anticiparon las fiestas novembrinas y mediante baile público, festejaron el logro alcanzado por este extraordinario boxeador.

Paralelo a los actos oficiales, hubo manifestaciones de reconocimiento y agradecimientos por parte de muchos ciudadanos. Es el caso de Jesús María Villalobos “El Perro” (q.e.p.d.); un icónico personaje cartagenero, empresario de

apuestas. Quien realizó una colecta entre los amigos y aficionados, para entregarle el dinero a Alfonso Pérez, con el propósito de que arreglara su casa. * “Recuerdo que mi amigo “El Perro” (q.e.p.d.) me hizo una colecta entre la gente cuando regresé de los juegos y me dio el dinero, para poder arreglar un poco mi casa. Fueron 140 mil pesos”. Un buen dinero para la época. *(Semblanzas con Toño Sánchez Jr. – Alfonso Pérez, primera medalla olímpica para el boxeo colombiano).

Después de retirarse como boxeador profesional, su interés por el deporte de las narices chatas, no decreció, puesto que se dedicó a entrenar a las nuevas promociones, descubriendo talentos y forjando campeones. En su rutina diaria se levantaba temprano a enseñar a boxear a los jovencitos que se inclinaban por esta práctica. En entrevista realizada hace años declaró: “Todos los días me encuentro en el gimnasio de boxeo en el coliseo Bernardo Caraballo entrenando a los muchachos”.* (Video “Nuestros Deportistas” de Señal Colombia). Su labor como entrenador también se considera fructífera, ya que ha forjado cinco campeones mundiales para nuestro país: Elvis Álvarez, Juan Polo Pérez, Harold Mestre, Ilído Julio y Johnny Pérez.

Alfonso “El Olímpico” Pérez ostenta con orgullo haber tenido el honor, de ser el abanderado de la delegación colombiana en los Juegos de Múnich 1972 y a su vez, haberse constituido en el primer medallista olímpico de boxeo de nuestro país y primer medallista olímpico bolivarenses. Sin embargo, a pesar de sus triunfos y la fama, la humildad ha primado en él. Es agradecido con Dios por todo lo que le ha brindado; lo ha manifestado en reiteradas ocasiones: “*Gracias a Dios no me puedo quejar. El presidente Misael Pastrana me regaló una casa en el Plan 400, esa la tienen mis hijos hoy en día. Ellos le hicieron dos pisos más y mi otra casa acá en El Carmelo, donde vivo con otros hijos y mi señora*”. “*Estoy pensionado por Coldeportes (hoy Ministerio del Deportes) y por la Empresa Puertos de Colombia.*” *(El Universal–Alfonso Pérez Medallista Olímpico).

Ha sido cumplidor de sus deberes, respetuoso y gran amigo. Lo identifican como un padre amoroso; ha tenido once hijos (8 varones y 3 mujeres) y es abuelo de 23 nietos. En la actualidad tiene 72 años cumplidos y reside con su familia en el barrio El Carmelo en el suroccidente de Cartagena.

Sin lugar a dudas Alfonso “El Olímpico” Pérez, ha sido uno de los grandes exponentes del boxeo colombiano. Muchos de los entendidos del boxeo reconocen su grandeza: “Antes que Miguel “Mascaras” Maturana ganara el máximo galardón obtenido por el boxeo colombiano aficionado, como fue la medalla de oro en la Copa Mundo de 1981 en Montreal, se podría decir que el pugilista con más pergaminos lo era Alfonso Pérez, y para muchos, lo



sigue siendo”. *(Raúl Porto Cabrales – Historiador. Investigador y Periodista Deportivo).

*“Alfonso se estableció en los ligeros, fue la categoría en donde ganó el mayor número de medallas para el país: campeón bolivariano, centroamericano, medalla de plata Panamericano en 1971 y medalla de bronce Olimpiadas en Múnich 1972” *(Stewil Quesada - Periodista Deportivo especializado en boxeo).*

*“Alfonso Pérez en 202 combates en la rama aficionada solo sufre dos derrotas. La primera en los Panamericanos de Cali 1971 con Luis De Ávila de Puerto Rico (con quien se desquitó, noqueándolo 6 meses después en un torneo en Puerto Rico). Y la segunda con Lazlo Orban de Hungría en Múnich 1.972, en disputa de la medalla de plata. En estas contiendas, Alfonso Pérez ganando sus peleas en el ring, sufre dos reveses por decisiones discutidas de los jueces. Es decir, Alfonso debió ser el ganador”. *(Orlando Pineda García – Entrenador Olímpico y forjador de Campeones).*

En la historia de nuestro país está inscrito el nombre de Alfonso Pérez Torres. Un humilde boxeador nacido en la provincia bolivarenses y criado en la Heroica Cartagena, quien como un gran gladiador cosechó triunfos a nivel nacional e internacional, haciendo brillar el buen nombre de Bolívar y de Colombia, en lo más alto del firmamento deportivo.

Frases para destacar:

Esa misma historia lo reconoce y recordará como el primer deportista bolivarenses y primer boxeador colombiano en ganar una presea de bronce, en las máximas justas del deporte mundial.

Alfonso “El Olímpico” Pérez el hombre, la leyenda, el ídolo deportivo...

“Nuestro Primer Medallista Olímpico”.

MADY CAMELO, DE LA PISTA ATLÉTICA A LAS PASARELAS

Giselly Landázuri Parra



Madelein López Camelo es una mujer cartagenera con grandes sueños y desafíos, entre ellos estaba llegar a la cúspide del deporte, representar a su familia, a su ciudad y país en cada competencia.

Se educó con sus abuelos y padre en el barrio Olaya Herrera, donde disfrutó gran parte de su niñez y juventud con amigos, y familiares. Un día cualquiera del año 2003, mientras asistía a clases en el Colegio Departamental Nuestra Señora Del Carmen, todo cambio para ella.

“Recuerdo que tenía como 13 años, y empezaron a realizar las pruebas escolares de atletismo; en ese entonces el profesor de educación física y entrenador Freddy Navarro, me invito a que me acercara a la pista del

estadio, que quedaba como a 10 minutos de mi casa, y decidí comenzar la aventura”.

Para esa época los deportistas que practicaban atletismo lo hacían en el Estadio de Fútbol Jaime Morón León, porque la ciudad no contaba con una pista atlética. Fue hasta el 2006, que con motivo de los Juegos Centroamericanos y del Caribe, se inauguró la pista de atletismo, que lleva por nombre Campo Elías Gutiérrez, en honor al gran atleta, quien junto a José Domingo “El Perro” Sánchez, fueron los primeros cartageneros en participar en 1936, en los Juegos Olímpicos de Berlín.

Mady Camelo, como es conocida en el mundo artístico, practicó

atletismo durante aproximadamente 10 años, aunque no cumplió su sueño de ser selección Colombia en esa disciplina, realizó numerosas hazañas, que recuerda aún con emoción:

“Tuve la oportunidad de participar en competencias locales hasta nacionales, representando a Cartagena y Bolívar. El atletismo me brindó la oportunidad de conocer muchas ciudades, como Paipa, Bogotá, Medellín, Cali, Bucaramanga, Armenia, Pereira, Barranquilla, entre otras. De hecho, recuerdo que luego de ganar los distritales y regionales, logré clasificar a mi primer nacional en Bucaramanga, tenía como 3 meses de estar entrenando, pero mi papa, no me dejó ir; todos fueron a hablar con él, porque yo hacía parte del relevo, pero su respuesta fue no, porque estaba muy pequeña, y él tenía que conocer esa organización. En conclusión, todos viajaron menos yo. Lloré mucho esa vez”.

La familia es el núcleo primario de la sociedad, y el acompañamiento de los padres es fundamental en todos los procesos deportivos; en ella se crean entornos favorables o desfavorables para los jóvenes. En el caso de Mady, a su familia le agradaba la idea de que practicara deporte, pero no lo concebían como una prioridad para ellos. *“Vengo de padres docentes, así que su apoyo total era para los estudios; por ejemplo, mi mamá era la más apasionada por el deporte, pero ella no vivía en la ciudad. Yo vivía con mis abuelos y mi papá, así que ella en las competencias no estaba presente”*, comenta.

Al terminar su educación básica no se apartó del deporte, sino que continuó; luego estudió Ingeniería de Sistemas en la Fundación Universitaria Tecnológico Comfenalco, institución que representó en los Juegos Universitarios Nacionales,

Entre los años 2013 y 2015 la vida de Mady Camelo, experimentó una transición del deporte al mundo de las pasarelas, por su aspiración a ser la señorita Cartagena y luego representar a la heroica en el Concurso Nacional de Belleza (CNB).

El arduo entrenamiento en las pistas atléticas, las intensas jornadas bajo el sol y la lluvia, en las que reinaba la fatiga muscular habían contribuido a moldear su esbelta figura de 1,78 metros de estatura, con la que buscaba impresionar a los jurados y al público. En su primer intento no lo logró, pero en 2015, fue proclamada como señorita Cartagena.

“Antes de llegar a las pasarelas, pasó primero la etapa del reinado; llegar a ser la Señorita Cartagena me abrió muchas puertas como modelo; se convirtió en mi hobby y mi actividad económica, era algo que podía alternar con mis estudios, y con mi trabajo en hotelería”.

Mady considera que el deporte, va más allá de competencias, medallas, y títulos, que éste es una herramienta de transformación,



creación e inclusión social, y agradece al deporte haber aportado mucho en su vida. *“Te cambia la mente, te aporta disciplina, foco, visión, planeación y miles de pro que te ayudan a enfrentar la vida”*, explica.

Actualmente, Mady Camelo vive en Turquía, donde continúa la lucha por la conquista de sus sueños de establecer emprendimientos empresariales en Estambul, y dedicada a la maternidad con un bebe de 9 meses, en su tranquila condición que describe como *“felizmente casada”*.

TEDDYS SILVA HERRERA, NUNCA ES TEMPRANO PARA EMPEZAR

Zamir Contreras López



Olaya Herrera fue el barrio que vio crecer a este joven, que hoy a sus escasos 21 años, gracias a su trayectoria se hace merecedor de un reconocimiento por un sinnúmero de sacrificios, tropiezos y piedras en el camino que le enseñaron a discernir el aprendizaje en forma de cicatriz. El es Teddys Silva, el maestro que nació como niño.

El 19 de mayo del año 2000, Cartagena vio nacer un cuerpo con alma de protección cuya misión fue salvar a sus iguales de las oscuras y enredadas calles que conllevan a finales trágicos. No sabía cómo y para qué hacerlo, solo sabía que amaba hacerlo, que estaba en el lugar que tenía que estar y que su vida giraría entorno a cumplir sueños de niños cuyas posibilidades están limitadas por condiciones sociales que son ajenas a sus destinos.

La madre de Teddys, Clarisa Herrera Ariza, cumplidos los 2 años de edad de Teddys, asumió los dos roles paternos y la responsabilidad de protegerlo hasta que pudiera hacerlo por sí mismo. Su vida en el deporte de la pelota caliente inicio a los 10 años de la mano de su amado abuelo Pedro Herrera, quien fue primera base en la selección Colombia de béisbol, lo llevaba a los campos de softbol de los caracoles con la intención de sembrar las semillas en su corazón que empezaron a germinar el 11 de julio del año 2010, fecha exacta en la que inició su carrera deportiva de la mano del reconocido Nelson Blanco (q. e. p. d).

En estos primeros pininos, él mismo reconoce que su nivel no era el de un niño prodigio, empero, gracias a las enseñanzas de su primer profesor logró ser jugador de pequeñas ligas; donde dirigía Enrique Falcón. Después de jugar infantil, saltó a pre junior y luego junior, categoría en la que fue observado por Curtis Wallace, el cual le extendió una invitación para iniciar un proceso de su mano con miras a ser beisbolista profesional.

Son muchas las vivencias que relató Teddys, entre ellas mencionó lo sucedido en el año 2012 donde sintió por primera vez la sensación inexplicable de ir a representar sus raíces a otro país, en este caso, el país fue Venezuela. Para entonces sus condiciones económicas no eran las mejores, razón por la cual lamentablemente no pudo asistir.

Ante esta situación, el maestro niño no se contrajo, de hecho, fue quizás esta una de las razones que lo llevaron a convertirse en la persona que hoy es. El hecho de ver pasar esa oportunidad frente a sus ojos y, aunque su madre hizo todo lo humanamente posible, no pudo ayudarlo, le llevó a comprender, que muchas veces el cumplimiento de los sueños de un niño no solo depende de los padres, también del facilitador en el que se convirtió y que para su entonces no existía o al menos no conoció.

Con tan solo 13 años, el niño de aquel entonces obtuvo su revancha, esta vez le tocó en Ecuador, específicamente, la ciudad de Guayaquil. Aquí, con el impulso de algunos colaboradores, a los cuales lleva en su corazón y con el aporte de su madre logró viajar para representar a Colombia en el torneo Latinoamericano de pequeñas ligas; lugar en el que como era de esperarse, obtuvo buenos resultados y experiencias, entre las que destacan los 50 dólares que le dio un estadounidense en respuesta a la pregunta ¿quién era el niño que había llegado con más dificultades económicas? creo no ser necesario decir quien se los ganó.

Al año siguiente de este torneo, Teddys participó a nivel local en el torneo Nacional de Pequeñas Ligas en el cual ya empezaba a mostrarse como un buen prospecto, razón por la cual a finales de este año lo contactó el que para ese entonces poseía la escuela 11 de noviembre Curtis Wallace para iniciar un proceso que denomina desarrollo. Es pertinente resaltar que este joven en el estadio que ponía un pie, dejaba su nombre grabado en la mente de los que lo observaban; tal como pasó en San Antero, en donde fue el mejor en su categoría pre junior.

La curiosidad por sacar provecho de las situaciones que le presenta la vida, en este joven siempre ha sido su característica, prueba de ello es lo acontecido con las redes sociales. Mientras otros niños buscaban juegos en internet y tareas, este utilizaba estos medios tecnológicos para cosas avanzadas tales como organización de eventos deportivos y gestión de patrocinio.

Desde aquí Teddys empezó a expandir su mentalidad y sus capacidades de liderar proyectos no antes implementados. Empezó a trazar un camino como pionero en promoción de iniciativas no antes vistas y a mostrarse como el joven que era aprendiz, pero al mismo tiempo enseñaba que había más posibilidades de las que podían notar, y que, si él las veía, sus amigos de juego también. Este papel lo empezó a desempeñar en el equipo 11 de noviembre dirigido por Jairo Morelos, para la categoría 13-14 donde fue primera base como su abuelo y lanzador principal en el primer torneo de desarrollo realizado en Chiquinquirá.

Para el año 2014, las búsquedas incansables de Teddys empezaron

a rendir frutos, ya que logró conseguir la primera invitación internacional al Club 11 de noviembre para participar en un torneo que se realizaría en Venezuela, pero como no todo puede ser felicidad, algunos desacuerdos al interior del club, pusieron en riesgo su realización.

Pese a esto, Teddy no se dio por vencido, y para continuar con su proyecto y alcanzar la meta de asistir a esta invitación, emprendió una ardua labor que se constituyó en una convocatoria que dio como resultado la conformación de dos equipos que lastimosamente no pudieron asistir al evento, debido a que para ese año la crisis económica de ese país, se empezó a notar más y más a nivel internacional.

La insistencia de Teddys era inagotable, y aunque en una oportunidad escapó, logró atrapar la que venía del impensado país estadounidense. Este jovencito con su proactividad en la gestión deportiva, logró sacar dos equipos de jóvenes de 13-14 y de 15-17 años, a los cuales les consiguió visas y viajó a esta ciudad para estar del 19 al 27 de julio. Fue aquí, donde este joven indica empezó su vida como dirigente deportivo. Todo este gran logro, lo compartió con su compañero de lucha Rafael Rojano, al que agradece profundamente por su gran apoyo en la consecución de este objetivo.

Para este mismo año, 2014, asegura haber conseguido otro de sus más grandes logros, el cual fue fundar el Club Ranferbeli, que construyó con los peloteros que en un inicio iban para el torneo que se desarrollaría en Venezuela. Aquí logró armar dos equipos, uno pre júnior y el otro junior con los cuales en agosto de ese año logró lo impensado hasta el momento, asistir como entrenador y como jugador en el torneo Inter clubes de Sincelejo, proeza que le permitió ser considerado como el entrenador más joven en el deporte del béisbol a nivel latinoamericano.

Teddys no se detuvo a tomar respiro, fue por ello que el mes de octubre, este se dio a la pelea titánica de realizar la primera serie internacional de béisbol, en la que logró converger a 3 equipos colombianos, uno venezolano y otro en representación de República Dominicana. Esta primera proeza alcanzada por este joven, cuyo apoyo fue en mayor proporción del sector privado, tuvo tal impacto que de las 3 selecciones colombianas que participaron, 24 de esos niños en el presente están firmados como jugadores profesionales de béisbol.

2014 parecía un año culminado, pero como se advirtió desde un principio, este joven ha sido muy inquieto y ha logrado muchas cosas, logró concretar la participación con su equipo en República Dominicana para las fechas del 7 al 14 de diciembre. Culminando



su participación de ese exitoso año en el torneo Desarrollo con el Club Ranferbeli, donde salió sub campeón pese a solo tener un año de creación.

2015 llegó, y en enero fue invitado a participar en el torneo Copa Regional de Tolú 13, con tal despiste que estos llevaron un equipo 14, razón por la cual los resultados obtenidos no fueron los mejores. En este equipo Teddys recuerda con gracia a un joven cuyas cualidades físicas no parecían las indicadas para alguien que pretendía ser grandes ligas (refiriéndose a Héctor Martínez). Quien, sin embargo, con el transcurso del tiempo y a través de estos intercambios deportivos, logró alcanzar se desarrolló y ser firmado por los Dodgers de los Ángeles.

Este año para Teddys fue lleno de retos, uno de ellos fue la realización de la fracasada Serie Internacional de béisbol que se desarrollaría en Cartagena, la cual no fue posible debido a, como afirma el entrevistado, se presentaron fallas en aspectos logísticos que no permitió la consecución de los escenarios deportivos por motivos ajenos al deporte.

En este año un nuevo proyecto inició con un número reducido de 10 niños del barrio Olaya con los que hacía prácticas de 6 a 8 de la noche gracias al espacio que Teo Urueta (q. e. p. d) le cedió. En este tiempo Teddys, según sus palabras lo indicaron, se llevó varios tropiezos que provenían del hecho de haberse dado a conocer. Empezaron a surgir comentarios negativos de su labor que hicieron de mal gusto su participación en el torneo de Desarrollo liderado por Comfenalco, ello sin mencionar que en Sincelejo ese mismo año en semifinales del torneo Balín Salcedo fueron, considera él, eliminados con actos no deportivos.

Continuando con la trayectoria de este homenajeado, el año 2016 fue el punto en el que decidió independizarse formando lo que él llamó La Pelota Caliente, el cual se estrenó en Tolú de manera improvisada en enero, pero pese a su apariencia nada formal frente a los demás, logró salir campeón de las dos categorías que manejaba para ese entonces, pre júnior y junior. Este año fue de revancha, y fue aquí donde consiguió a pulso desarrollar junto con Francis Guanga, realizar el torneo entre provincias y Cartagena, ello sin mencionar que logró realizar la primera serie internacional de las que fueron participes gracias a su insistencia países como Estados Unidos, México y República Dominicana. Después de este éxito total, su equipo fue invitado nuevamente al torneo de Tito Quintero, momento en el que decidió estar eternamente agradecido con Erasmo Pérez por abrirle las puertas de la ciudad en el momento en que manifestaba, le tocaba salir a participar afuera de la ciudad o, cuando se veía forzado a empeñar su reloj para cumplir con los pactos realizados con equipos y personas provenientes de Barranquilla, relata el joven.

Saltando al año 2018, fue el año en el cual Teddys junto a la persona que siempre confió en él y le brindó su apoyo incondicional, Ana Díaz, quien es hoy la actual presidenta del Club que fundó, logró constituir legalmente su equipo como una organización a través de la cual trabaja incansablemente por quitarle a las calles jóvenes con talento que solo necesitan impulso y alguien que crea en ellos, sumado a esto, Teddys para ese año también concretó la segunda serie internacional, pero, en esta ocasión logró reunir a 10 equipos de Panamá, 12 de Venezuela y 8 de México, motivo por el cual este joven se vio obligado a crear 2 nuevos equipos con el fin de poder responder a las exigencias de lo que él construyó y que se consagró como un evento internacional. Este mismo año,



fue de gran alegría para este joven, ya que otro de sus muchos logros fue llevar a uno de sus pupilos a la ciudad de Nueva York, ya que existían interesados en hacerse de las capacidades del joven que custodiaba.

2019 no fue un año con menor luz, prueba de ello es que para ese tiempo se logró dar lo que acuñó en palabras propias “el tiro de gracia”, al lograr participar en la realización del primer mundialito en Medellín, haciendo la salvedad de que en esta justa trajo nada más y nada menos que un representante deportivo desde Japón, equipo al que como él esperaba, le ganaron. En este mundialito, Teddys recuerda lo realizado por un niño al que él describe y proyecta con toda la seguridad del mundo como una de las que será figura a nivel nacional e internacional para el año 2024. Un niño que cuando iban perdiendo el partido 2-0 conectó un batazo doble que los llevó a empatar y bueno, el resto fue historia, ya que estos niños dirigidos por Teddys lograron salir campeones invictos, dejando a muchos inconformes por ganarle sin piedad al prestigioso invitado de Japón.

Con este mismo equipo, procedieron al siguiente reto, participar en Texas con un equipo sub 15; culminado este evento, Teddys recibió de parte de aliados deportivos una invitación desde Boston para recibir capacitaciones, suceso que recibió con gran sorpresa ya que comprendió que su nombre, gracias a su trabajo ya empezaba hacer ecos en tierras ajenas, nada sorprendente para alguien que con tan solo 13 años de edad ya buscaba información que le permitiera realizar encuentros deportivos internacionales.

Otro de sus más grandes logros, fue el que me llevó a compartir experiencias en México y Estados Unidos, lugar en el cual cuenta Teddys con risas en su rostro la pérdida de mis documentos y un sinnúmero de apuros que supieron navegar. Situaciones que no impidieron que sus niños salieran campeones invictos, dejándolos con más experiencia que los mismos jugadores y anécdotas para futuros nietos.

Es clave precisar que, Teddys es consciente de que no todos los niños que sueñan con ser jugadores profesionales de béisbol lo logran, es por ello que en sus planes formativos la exigencia no es solo a nivel deportivo, ya que este exige a sus jugadores ser excelentes a nivel académico. Ello con el fin de construir profesionales íntegros y completos, trazando así el camino que este quiere construir para el nuevo deportista de Colombia que comúnmente conocemos, aquel que es súper dotado de talentos, pero, carente de conocimientos profesionales a nivel académico.

Al preguntarle a Teddys sobre lo que cree que debería existir para potenciar las posibilidades de este deporte en Colombia respondió

con contundencia: *“sentido de pertenencia y líderes deportivos de carrera administrativa que sirvan de apoyo y no obstáculos”* además de mencionar el papel que: *“las entidades públicas deben desempeñar un rol como primer garante a la hora de brindar apoyo en pro del deporte”*.

Para lograr los sueños, Teddys afirma que: *“todo niño soñador debe eliminar de la mente los obstáculos”*, fue esta la mentalidad que lo llevó a estar en la posición que hoy día posee, la cual labró con las uñas y gran carácter que utilizó para sobrepasar un sinnúmero de obstáculos que pudo sortear, pero que es consciente de que estos aún no han desaparecido, por lo cual espera con paciencia en la caja de bateo para hacer lo que ha hecho con los demás que ha vencido, home runs con bases llenas. Otra de las claves que esté recomienda para alcanzar lo que hasta el momento ha logrado es *“mostrar un trabajo serio y compacto en el exterior, ya que al hacer esto, los patrocinadores no dudarán en extender su apoyo, evitando al máximo, como resalta el, desviar los recursos obtenidos”*.

A nivel de enseñanza, este maduro pero joven entrenador recomienda a sus niños cultivar 5 mandamientos: *“disciplina y buena actitud en el aspecto intrapersonal, y a nivel físico atlético resalta la velocidad, defensa y la ofensiva”*. Dentro de su corazón, este niño no podía dejar pasar la oportunidad para agradecerle a sus ángeles que se encargaron de protegerlo y formarlo, entre ellos nombra a la infaltable en la vida de cualquier adulto, su abuela Teresa Ariza Herrera (q. e. p. d), su abuelo Héctor Herrera; a mi suegro Netelmo Reales (q. e. p. d) y su padre Teddys Silva Bustos, al que con nostalgia vio partir de este mundo el año 2019 y que no logró ver el Teddys que proyectaba sería su gran orgullo, al cual no defraudó.

Hoy continúa viviendo en el barrio que lo sigue viendo crecer y, en sus pensamientos, que por su edad son muchos, tiene como objetivo convertir su organización en una marca país, no por él, sino para lograr facilitar que niños de escasos recursos cumplan sus sueños. Meta por la que sigue trabajando y por la que en aras de, aceptó una oferta laboral en Estados Unidos para convertirse en lo que siempre ha soñado, un maestro niño que se sacrifica para que sus pupilos alcancen sus sueños, es por eso que espera con ansias el año 2022 para seguir siendo el inspirador de la frase *“NUNCA ES TEMPRANO PARA EMPEZAR”*.

En la actualidad Teddys se prepara para la ejecución de un proyecto para gestionar paz a través del deporte *“Deporte con sentido social”*, el cual fue seleccionado de la convocatoria *“Iniciativas Grupo Internacional Paz”*, proyecto con el que espera marcar un hito en el desarrollo del deporte en el Departamento a través de la inclusión real de niñas en la práctica del deporte de la Pelota Caliente.

GUSTAVO MERCADO, DEL EMPIRISMO A ENTRENADOR CERTIFICADO

Dayana Pinzón Callejas



Ser entrenador empírico es una cualidad extraordinaria, sin embargo, certificar la práctica y la experiencia en la preparación de cualquier disciplina deportiva trae consigo un abanico de beneficios profesionales y personales. Tal es el caso del cartagenero Gustavo Mercado, entrenador de béisbol en la categoría “tetero” (niños entre 3 a 6 años) de su escuela Twins-Mellizos, quien manifestó en una entrevista *“cuando uno estudia, uno ve la magnitud de lo que uno es en verdad como persona, uno a veces no sabe lo que es porque no ha estudiado”*.

Mercado jugó béisbol desde que era un chiquillo y en su rol de pitcher fue miembro del equipo Los Indios de Escalón Villa en

la categoría juvenil, luego saltó al béisbol de primera categoría con el equipo Ácalis de Colombia a la edad de 19 años. De allí nace su pasión por el deporte, sin embargo, nunca pasó por su mente ser entrenador.

Un día, al ver cómo su hijo y sus compañeritos del equipo de béisbol quedaban desamparados cuando su entrenador Nelson Blanco¹ decide viajar a la ciudad de Cali, los padres de familia preocupados le preguntan *“¿ajá Mercado y qué vamos a hacer ahora con estos niños?”* a lo que él respondió *“bueno, yo los entreno”*. De modo que, su carrera como entrenador empírico nace como una necesidad².

¹ Léase crónica de los hermanos Blanco Torres en <http://ider.gov.co/descargas/observa/Cr%C3%B3nicaDeportivaHermanosBlancoTorres.pdf>

² Entrevista realizada al profe Gustavo Mercado por Ciudad Amarilla: <https://www.youtube.com/watch?v=Hn5pf2OibFk>



“los niños me tomaron tanto cariño que ya no podía poner otro profesor”

Sin ningún tipo de formación académica, Gustavo (quien hoy tiene 66 años) emprende la ardua y agraciada tarea de ser entrenador de béisbol en la categoría pre infantil (niños entre 9 y 10 años) que presidía el profesor Nelson Blanco. Más tarde, junto con otros entrenadores, se dieron cuenta de que el béisbol entre más temprana edad se practique más frutos daría, es así como, el profe Gustavo decide fundar la escuela de Beisbol categoría “tetero” Twins-Mellizos en el año 1996, la cual ha sido posible sostener con el apoyo incondicional de los padres de familia, quienes han depositado toda su confianza en él.

No fue sino hasta el año 2014 que Gustavo toma la sabia decisión de estudiar y certificarse como entrenador *“yo era empírico, pero ya no, porque me he capacitado y he estudiado la carrera técnica en Educación Física del convenio SENA-IDER”* desde entonces, no ha dejado de capacitarse. Al mes de graduarse y recibir el diploma como Técnico en Educación Física, participa y gana la convocatoria de COMFENALCO para entrenador de fútbol, lo cual representó un reto para él. No obstante, supo asumir el desafío con total profesionalismo, dado que, la carrera que estudió y los diferentes cursos, capacitaciones y seminarios realizados incluían otras disciplinas deportivas como el fútbol, la natación, el atletismo, el tenis de mesa y el basquetbol. De manera que, podía desempeñarse como entrenador en cualquiera de ellas.

En esa convocatoria, Gustavo tenía a cargo cuatro profesores distribuidos en diferentes zonas del departamento: Palenque, Villa Nueva, Flor del Campo y a él le correspondía entrenar a los niños de Marialabaja. Recuerda con mucha satisfacción su experiencia *“los niños me tomaron tanto cariño que ya no podía poner otro profesor”*, resaltó que COMFENALCO dotaba a los niños con los uniformes excepto los zapatos *“un día llego y veo a esa cantidad de niños con los zapatos todos destrozados, fui a una zapatería en el*



mercado y compré con mi sueldo 7 pares de tacos para regalárselo a los niños”.

En este sentido, el profe Gustavo es reconocido por sus pupilos y los padres de familia como un ser con sentido social, comprometido con el desarrollo integral del niño y en la medida de lo posible, avala para que nunca les falte nada a sus aprendices.

Ya en el campo, como entrenador infantil lo primero que les enseña a los niños es el respeto entre ellos, así mismo, no permite que digan malas palabras ni groserías y les infunde la idea de aprender a valorar y respetar los implementos deportivos *“la manilla o el guante de beisbol es como una mujer, tú no puedes tirarla porque te está ayudando”.*

Ahora bien, el profe Mercado no solo les enseña a los niños, sino también a los padres de familia, durante la entrevista contó *“una*

vez escuché una frase en el estadio a un padre de familia que dijo: “es que ese niño es malo (haciendo referencia a que no tenía buen agarre con la pelota)”. Yo me acerqué donde el papá y le dije: en esta categoría no hay niño malo, en esta categoría hay niños más adelantados que otros”. Con esta anécdota, el profe sugiere que esos comentarios no deben hacerse porque son destructivos, y si un niño los escucha puede afectar. En lugar de ello, lo correcto sería acercarse al niño, ayudarlo y enseñarle la manera correcta de agarrar la pelota “porque en la categoría tetero el niño está en aprendizaje”.

Otra cosa que no pasa desapercibida es el estudio *“yo estoy formando grandes ligas no solamente en el béisbol, sino también médicos, abogados, economistas...”.* Como profesor se enfoca en el desarrollo del niño no solo como deportista, sino también, en su desarrollo y crecimiento personal *“yo no solo estoy formando deportistas, sino niños para el mañana y grandes profesionales”.* Por ello, para el profe Gustavo, una de las características fundamentales del entrenador



es tener carisma y saber transmitir el conocimiento para ganarse el cariño de los niños, no obstante, hay entrenadores que han fallado y no aceptan los consejos.

Por lo anterior, Gustavo Mercado aprovecha este espacio para enviar el siguiente mensaje *“a todos los entrenadores que están estudiando que no se detengan, y aquellos entrenadores que aún no inician, que lo hagan ya, porque el conocimiento es dinámico y todos los días hay algo nuevo que aprender. De esta manera, aportamos conocimiento de valor a los niños y a la sociedad. Pues, nosotros como entrenadores, no solamente tenemos la responsabilidad de entrenar niños para el deporte, estamos entrenando hombres y mujeres del mañana. Entonces, si uno no se capacita, ¿qué puede enseñar?”*.

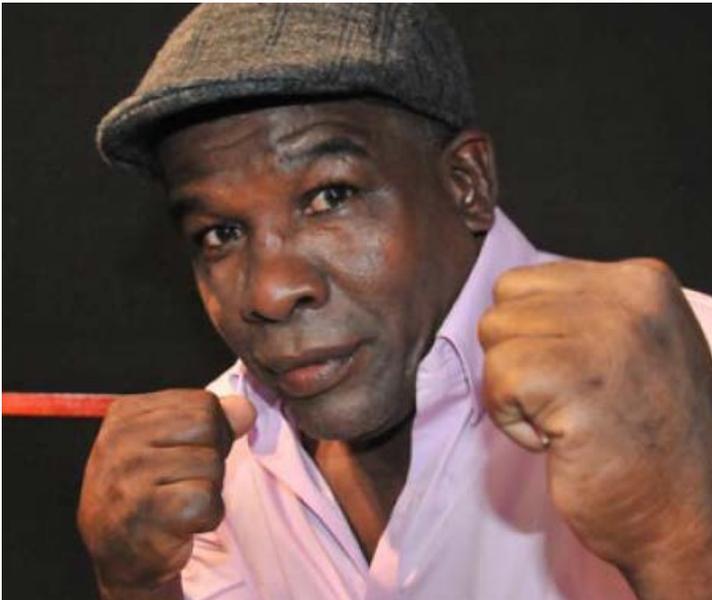
Ha sido tanto el crecimiento a nivel profesional como personal que Gustavo ha adquirido mediante las capacitaciones, que su perspectiva de ver el béisbol se ha transformado. Una prueba

de ello es cuando decide fundar Twins-Mellizos lo hace como un hobby, hoy día su escuela se ha convertido en su proyecto de vida *“una vez estudié y me capacité visualicé que, si puedo vivir de eso, entonces me entregué 100% a mi escuela”*. A su vez, manifestó que después de estudiar su vida cambió e incluso su modo de hablar y de expresarse.

Actualmente, el profe Mercado tiene a su cargo 21 niños y tiene proyectado para el año 2022 crear la categoría pony o preparatoria (niños entre 7 y 8 años), decisión que fue determinada gracias a la capacitación en Administración Deportiva desarrollada por el IDER. Es por ello que, Gustavo Mercado manifestó *“yo estoy muy agradecido con el IDER porque a través del convenio SENA-IDER y de las capacitaciones, me han enseñado cosas que yo nunca pensé que se podían aprender”* y así, espera ansioso los días martes y jueves para no perderse los espacios de formación.

MIGUEL “MASCARA” MATURANA, “40 AÑOS DESPUÉS DE MONTREAL 1981”.

José Guillermo Torres Ortiz



En concordancia con lo planteado en las crónicas histórico deportivas de los Ídolos del deporte cartagenero y bolivarense, en donde se ha venido recordando el papel protagónico de Cartagena y Bolívar en el deporte colombiano y las hazañas de nuestros deportistas en este escrito se pretende continuar, con la dinámica de rescatar y divulgar el acervo histórico deportivo, recordando las fechas conmemorativas y las gestas alcanzadas por nuestros ídolos deportivos.

En el caso del boxeo, nuestra historia se ha engalanado con los nombres de Bernardo Carabello Rodríguez (el primer clasificado en un Ranking Internacional de Boxeo y de igual manera el primer

colombiano en disputar un título mundial de este deporte), Antonio Cervantes “Kid Pambelé”, considerado el más grande boxeador colombiano (nuestro primer campeón mundial de boxeo profesional). Así mismo, Rodrigo “Rocky” Valdez (Q.E.P.D.), los ya fallecidos hermanos Prudencio y Ricardo Cardona (Q.E.P.D.), entre otros, que obtuvieron títulos mundiales en el boxeo profesional.

En lo referente al boxeo aficionado de Cartagena y Bolívar, varios deportistas han tenido destacada figuración en el ámbito nacional e internacional. Prueba de ello son los múltiples títulos nacionales obtenidos por nuestros boxeadores. En el campo internacional, se destacan muchos logros alcanzados por los pugilistas nacidos en nuestro patio; como es el caso de torneos Bolivarianos, Centroamericanos, Panamericanos y Juegos Olímpicos.

De todas estas actuaciones las más resaltadas son las de los medallistas olímpicos Alfonso Pérez y Clemente Rojas, quienes en Múnich 1972 ganaron por primera vez para Colombia dos medallas de bronce en unas Olimpiadas, hecho este considerado por muchos, como el mayor logro obtenido por nuestro boxeo amateur.

Sin embargo existe un hecho acaecido el 18 de noviembre de 1981, que tuvo como protagonista, a un humilde boxeador hijo de Carmen Machado (Q.E.P.D.) y Manuel Maturana (Q.E.P.D.) nacido el 11 de julio de 1959 en Cartagena de Indias.

Su nombre es Miguel María Maturana Machado, conocido popularmente como “Máscara Maturana”. Boxeador de la categoría gallo, quien durante la II Copa del Mundo disputada en Montreal (Canadá), se convirtió en el primer y único boxeador amateur colombiano en ganar una Copa Mundial de Boxeo.



El título de “Campeón de la II Copa Mundial de Boxeo”, lo obtuvo derrotando al coreano Chang Im Suk. Ese combate entre el colombiano y el asiático no fue fácil, ya que el coreano era un hueso duro de roer y venía motivado por su triunfo ante el cubano Luis Delis, considerado uno de los favoritos al título de la categoría gallo de dicha Copa.

Maturana por su parte, a pesar que había ganado en buena forma su boleto a la final, venía presentando quebrantos de salud, en los días previos al combate definitivo. De acuerdo al dialogo telefónico sostenido con Orlando Pineda (su entrenador), “El Máscara” había presentado un cuadro febril, acompañado de estreñimiento y dolor en la parte inferior del tracto digestivo; siendo atendido por el Dr. Carlos Cruz, médico de la delegación colombiana.

Pero paralelo al tratamiento médico que recibió, Miguel contaba con el soporte psicológico de su entrenador y compañero de habitación Orlando Pineda, quien manifestó que lo motivaba frecuentemente. *“Nuestras conversaciones en la habitación del hotel, giraban en torno a hacerlo soñar sobre el título mundial de boxeo aficionado que Miguel tenía la oportunidad de obtener”* manifestó Pineda en su momento.

Ello explica, por qué a pesar de no haber estado en plena condición de salud, “El Máscara” combatió como todo un gladiador, mostrando su exquisitez técnica en cada uno de los asaltos v

luchando con pundonor deportivo, hasta coronarse “Campeón de la II Copa Mundial de Boxeo” en la división gallo.

“Aquella fecha del 18 de noviembre es inolvidable”, comentó Miguel Maturana en el dialogo telefónico que sostuvimos. Recuerda la emoción sentida al momento de conocer la decisión de los jueces y precisó que como loco saltaba y gritaba: “somos campeones”. Orlando Pineda por su parte manifestó que Maturana no lo dejó dormir, *“pasó toda la noche levantándose y gritando lleno de alegría Pine, Pine somos campeones mundiales”*.

Para el boxeo colombiano este es uno de sus más grandes logros obtenidos. Sobre todo si tenemos presente que el grado de dificultad para coronarse campeón en esa copa, era bastante alto, puesto que además de contar con los mejores boxeadores del mundo, su formato clasificatorio era un tanto complejo.

Este sistema de competencia constaba de varias rondas divididas en preliminares, octavos, cuartos, semifinales y final. A través de la sumatoria de puntos, permitía elegir a los boxeadores más técnicos. Ubicándose Miguel “Máscara” Maturana entre los dos mejores de dicha Copa, siendo solo superado por el norteamericano campeón peso pesado Carl Williams, lo que hace más meritorio el logro alcanzado por el boxeador cartagenero.

Dentro de estos hechos sucedidos hace cuarenta años, se recuerda como caso curioso, que en esta Copa Mundo Miguel “Máscara”

Maturana al igual, que los otros boxeadores colombianos que asistieron al evento, estaban en representación de la Selección de Suramérica, junto con boxeadores de Venezuela, Ecuador y Argentina.

En el dialogo telefónico sostenido con Orlando Pineda, ratifico lo anterior y agregó que ello obedecía a lo contemplado en el sistema de competencia que les otorgaba el derecho a los boxeadores campeones del suramericano realizado en Bogotá, a representar en su división a Suramérica en la Copa Mundo. Así mismo el país ganador del Torneo Suramericano en mención, sería la base de la selección de este sector del continente.

Siendo Colombia campeona suramericana, fue la base de la selección sur continental. Orlando Pineda (entrenador campeón) encabezó el colectivo técnico, con la asistencia de los entrenadores de Venezuela y Argentina. El equipo estuvo conformado por 12 suramericanos, entre los cuales se encontraban cinco colombianos: Juan Villalba (mini mosca), Juan Polo Pérez (mosca), Miguel Maturana (gallo), Luis Quintana (mediano) y Jairo Tovar (wélter). Carlos Cruz (medico) y Alfonso Muñera (delegado).

El 18 de noviembre del 1981, se constituyó en una fecha histórica para una disciplina deportiva, que ingreso a Colombia a través del departamento de Bolívar en 1874 y se instaló el primer gimnasio en Cartagena en 1898. *(Raúl Porto Cabrales – Libro Historia del Boxeo Colombiano). Desde ese inicio el arraigo de este deporte en el departamento, se hizo evidente convirtiéndose en uno de los más practicados en esta región del país.

Dentro de sus practicantes se encontraba un joven inquieto; quien era un típico peleador callejero y a quien le apodaban “El Mascara. El origen de su apodo está relacionado, con un hecho sucedido “en el barrio Santa María de la ciudad de Cartagena. De acuerdo a lo contado por el mismo: “*de un momento a otro, comenzó a pelear contra cinco y cuando término la pelea, un amigo le dijo que le habían dejado la cara como una máscara*”.

Maturana se inició en el boxeo con el entrenador Alcides De Ávila (en el Club Colpuertos). Luego pasa a manos de Orlando Pineda; se decía que contaba con un biotipo y cualidades dotadas de una riqueza técnica, que le permitía perfilarse como un gran boxeador.

En entrevista concedida por Orlando Pineda, este lo describió como: “*un boxeador de media distancia, con un biotipo muy especial: era bajo en estatura, pero tenía brazos largos, su alcance era fuera de lo común para su división. Eso lo hacía un boxeador completo*”. *(Miguel Maturana El Conquistador de Montreal 1981).

Desafortunadamente, después de esa época gloriosa; en donde obtuvo muchos triunfos deportivos, Miguel se sumergió en un mundo turbulento de escándalos, riñas, drogas, tristezas y zozobras (sin lugar a dudas el peor asalto de su vida).

Miguel es consciente del error cometido. Así lo ha dejado entrever en varias entrevistas concedidas: “*Yo llegué a la droga por ignorancia y malas amistades, eso me hizo cometer muchos errores*”. Descuidó su carrera deportiva y perdió la oportunidad de convertirse en campeón mundial de boxeo profesional, cuando compitió con Kelvin Seabrook en la ciudad de Cartagena.

Bajo los efectos de la droga, se tornaba agresivo e irracional. Llegó al extremo de delinquir y a excepción de pocos amigos, muchas personas se fueron apartando de él. Fueron comunes sus malos comportamientos y hasta lo consideraron un peligro para la sociedad. Su madre Manuela Machado, su entrenador Orlando Pineda, sus amigos y los aficionados que lo habían seguido en su exitosa carrera deportiva; tristemente observaban, como se iba derrumbando “El Gallo Campeón”...

Pero cuando Miguel colgaba de la última cuerda del cuadrilátero, recibiendo golpes de derecha e izquierda, que inmisericordemente el maligno vicio le lanzaba para noquearlo y a punto de caer definitivamente, levanto su cabeza y vio una luz al final del camino.

Esa luz era una antorcha que portaba una joven mujer, que mediante su resplandor, le mostraba la dimensión del abismo en el que había caído y lo invitaba a levantarse para salir del mismo. “*Gracias a Dios mi señora Betty Narváez me brindo su ayuda, para ganarle la batalla a la droga*” manifiesta Maturana.

En conversación telefónica sostenida con Betty del Carmen Narváez Terán (la señora de Miguel) manifestó, que la tarea de sacar a Miguel del abismo no fue fácil puesto que le tocó ser víctima de violencia intrafamiliar. Sin embargo su amor por él, le inducía a insistir. Pero un día cansada de la situación decidió regresar a su pueblo natal (Colosó – Sucre). Maturana desesperado la fue a buscar y terminó quedándose a vivir con ella en Colosó. El amor por su mujer e hijas, el temor a perder su hogar, el haber cambiado de entorno, pero sobre todo el juramento hecho a su madre, sirvieron de estímulo para ir alejándose del consumo de las drogas.

Sin embargo, no todo fue fácil en Colosó para Miguel y su familia, ya que fueron afectados por el conflicto armado resultando desplazados a la ciudad de Sincelejo en donde como él y su mujer lo han dicho en reiteradas ocasiones, para mantener a su familia,



recurría a la rifa de diversos artículos y vendiendo números y boletas para subsistir.

Como guerrero al fin, Maturana emprendió otra batalla en su vida. Esta vez, para reclamar el derecho que le asistía, de disfrutar de la pensión, que como Campeón Mundial le debía reconocer el estado colombiano. Con la ayuda de los amigos, logro obtener su pensión en el 2010. *“En el 2010 fui incluido en el programa Glorias del Deportes de Coldeportes Nacional”* (hoy Min deportes).

Actualmente disfruta de su pensión, viviendo en Sincelejo, en compañía de Betty su esposa y sus hijas Betty del Carmen y Carmen Gladys. Agradecido con Dios, con su familia, y sus amigos; que le ayudaron a librar la batalla más difícil de su carrera, la pelea contra la droga.

40 años después, recuerda con nostalgia la noche fantástica del 18 de noviembre en Montreal 1981, cuando con sus puños escribió

con letras de oro, el buen nombre de Colombia, colocándolo en el pedestal más alto del boxeo aficionado del mundo y convirtiéndose, en el primer y único colombiano en lograr tal hazaña.

Hoy Reconoce, que su más cruenta batalla la libro contra las drogas. Que a pesar de caer en más de una oportunidad, el compromiso con su madre, el apoyo de su mujer y sus hijas y el amor que Miguel siente por su familia, le ayudo a levantarse como el Ave Fénix y continuar siendo un “Gallo Campeón”...

**“Un Campeón
de la vida”.**

MANUEL DÍAZ GONZÁLEZ, EL FORJADOR DE ATLETAS BOLIVARENSES: EL PROFE MAÑE

Giselly Landázuri Parra

“El deporte para mí fue como la salvación, yo viví en el barrio Chambacú, una zona bastante complicada en ese tiempo. Aparte de eso yo no estudiaba, porque me la pasaba todo el día en la calle. Sin embargo, tenía unos amigos que todos estudiaban y ellos siempre me animaban a estudiar. Y aunque comencé tarde, decidí iniciar la primaria cuando tenía 14 ó 15 años aproximadamente, en el año 1966. Y ahí, le di hasta que terminé mi primaria. En esa época, conocí a muchas personas que me ayudaron y que siempre me repetían lo mismo: “Mañe tienes que estudiar” siempre me dijeron eso. Para mí era un sacrificio y tormento porque no tenía el hábito de estudio; sin embargo, gracias a ese empuje en el año 1970 comencé mis labores como profesor de educación física sin ser licenciado y pude ser entrenador en la liga de atletismo de Bolívar”.

Es el profesor Manuel Díaz González, conocido por sus atletas y en el medio deportivo como el profesor “Mañe”, quien nació en San Antero, Córdoba en el año 1952. Aproximadamente, a sus 10 años de edad en el año 1962, se trasladó a la ciudad Heroica con su familia por un mejor futuro. A pesar de que sus inicios en el deporte fueron por medio del béisbol, su verdadera pasión era el atletismo y se volvió una realidad:

“Éramos 14 muchachos inquietos e iniciamos a ver una revista. Y en esa revista vimos salto con garrocha, allí empezamos nosotros a realizar salto con garrocha, pero a nuestra manera sin tener un instructor, aflojamos la arena y poníamos una vara de mata ratón y así saltábamos. En ese tiempo, a la liga le comentaron que habían unos muchachos en torices que saltaban garrocha y que ya saltaban casi 2 metros de altura y la liga se interesó por buscar a esos muchachos y un día en la esquina de la tienda el cachaco en Torices, el doctor Villafañe de la Peña, (qepd) quien era un inquieto por el atletismo nos contacto y nos escogió para que fuéramos a entrenar a la pista que estaba ubicada donde ahora queda el parque de la marina, ahí pegadito había una pista de 250

metros, en ese lugar empezamos nosotros a entrenar con los profesores Hernando Gutiérrez, (qepd), Virgilio Sierra y para esa época estaban todos los atletas de la liga”.

En sus años como deportista, el profesor Mañe se esforzó por ser valiente, fuerte y sobre todo ágil ante sus competidores. Por ello, con una sonrisa en su rostro refirió una anécdota que sucedió en el año 1971, cuando ocupó el cuarto lugar en el Sudamericano realizado en Cali, Colombia:

“Un deportista argentino me preguntó, que con que iba a saltar yo y yo le dije que con esa garrocha que tengo allí y él me dijo que para que iba a saltar con eso si eso no servía, era una garrocha de aluminio y él me dijo que me prestaba la de él y me la presto y con ella le gané y el entrenador casi lo descabeza porque le dijo que como prestaba el rifle para que lo mataran eso me paso, una anécdota tremenda”.

Es importante señalar, que su deseo de continuar siendo campeón lo pasó a sus deportistas ya como entrenador, sacando el primer campeón nacional del departamento de Bolívar, en la prueba de velocidad de 200 metros y 400 metros, Jesús Olier Marrugo, quien llegó a la meta con un tiempo de 22'1 en los 200 metros y 47'9 en los 400 metros. Ese resultado, lo motivó a seguir trabajando no solo formando campeones nacionales sino campeones de la vida diaria:

“Bueno, yo me he convertido en un consejero, en el caso de muchos deportistas que he tenido y que yo siempre les digo tienes que estudiar, porque el deporte es algo pasajero, si tú no eres de la elite del deporte, el deporte no te va a solucionar nada, pero yo tengo el caso de Gerardo Caes, un muchacho turbaquero que hoy día trabaja en Canadá, es

contador gracias a la ayuda del deporte, el caso de Antonio Alvares, que fue campeón suramericano, hoy es médico en los Estados Unidos, se fue para allá y estudio medicina, es un gran profesional. El caso de la flaca Yesenia Martínez, también el caso de María Miranda Narváez, es una excelente abogada, el caso de Diana Castro, también campeona suramericana y gran profesional en los Estados Unidos. En si muchos deportistas, muchísimos y siempre he estado diciéndole a los que no han podido llegar y graduarse de una universidad, han salido favorecidos en el Sena, ya son profesionales de carreteras intermedias gracias al Sena por que le dio la oportunidad y ellos han sabido aprovecharla”.

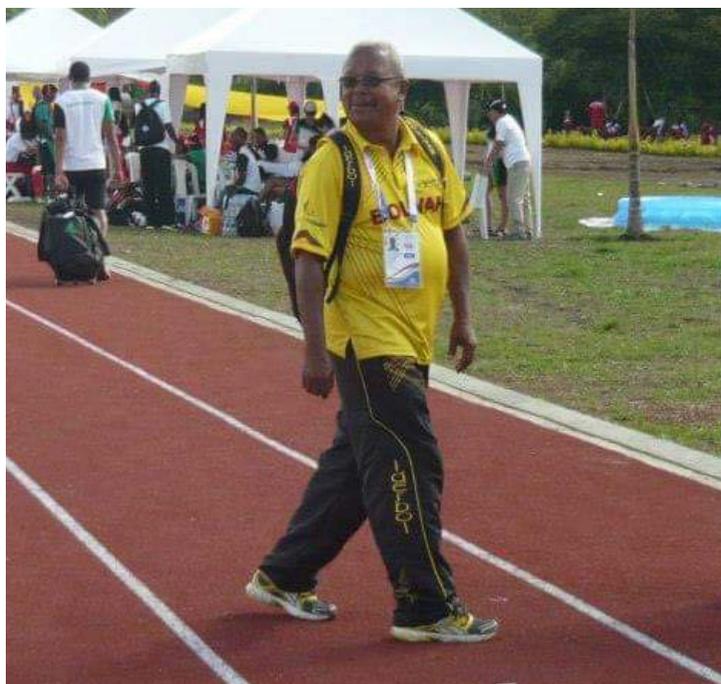
El profesor Mañe, quien inicio sus labores como entrenador en el año 1978, y hasta el día de hoy continúa realizándolo, tiene un acumulado de 44 años al servicio del deporte como herramienta de transformación social. Puesto que, no solo forjó campeones locales, nacionales e internacionales, quienes lucharon por una medalla, sino campeones de la vida, quienes, ante las situaciones adversas en sus senderos, han tomado malas decisiones. Sin embargo, el profesor Mañe siempre observa una nueva oportunidad para ellos a través del deporte. En sus palabras:

“Es muchísimo, yo he tenido aquí jóvenes en riesgo de varias índoles: drogadicción, desplazados gente que llegó y no vivía con los papas por que los papas no los querían, personas que andaba en malos pasos, en fin. Por ejemplo: yo tuve un adulto que se recuperó aquí en el atletismo y ese hombre donde me ve, no quiere nada conmigo, hoy día tiene

un tremendo taller y ese tipo donde me ve, me invita y me llama. El atletismo ayuda a que la gente se regenere, porque ese señor del que yo hago mención estaba perdido en la droga había perdido su hogar, había vendido la casa y todo eso lo recupero cuando empezó hacer atletismo que desaparecieron las manchas que tenía en los parpados, en las uñas y el tipo empezó a entrar en razón y cambio. Hoy es un personaje increíble”.

El profesor Mañe, desde su experiencia de vida como deportista y luego como entrenador descubrió la importancia del deporte para la paz y reflejado en un cambio social con sus deportistas: “El barón de Pierre de Coubertin, él fue quien dijo que el deporte era la unión, y de ahí salieron los anillos, ya dándole ese enlace de amistad entre los continentes. Porque el deporte es salvación, porque en el deporte hoy día, hay muchos deportistas que no estudian, pero a través del deporte ha sido una salvación para la vida, ha sido la salvación de hogares y para la muestra de un botón, yo soy ejemplo de lo que hizo el deporte en mí. Gracias a él, trabajé como profesor de educación física durante 3 años en Colegio Moreno del Norte, 8 años, en el Colegio De La Salle, 21 años en el Ciudad Escolar Comfenalco, y desde siempre trabajé con el atletismo nombrado en la liga con un total de 32 años en la docencia”.

Hoy día, el profesor Mañe se encuentra entrenando jóvenes en la pista de atletismo, forjando campeones de la vida con su experiencia como entrenador y personal.



LEONARDO FUENTES OROZCO, MÁS ALLÁ DE UNA FIRMA

Zamir Contreras López



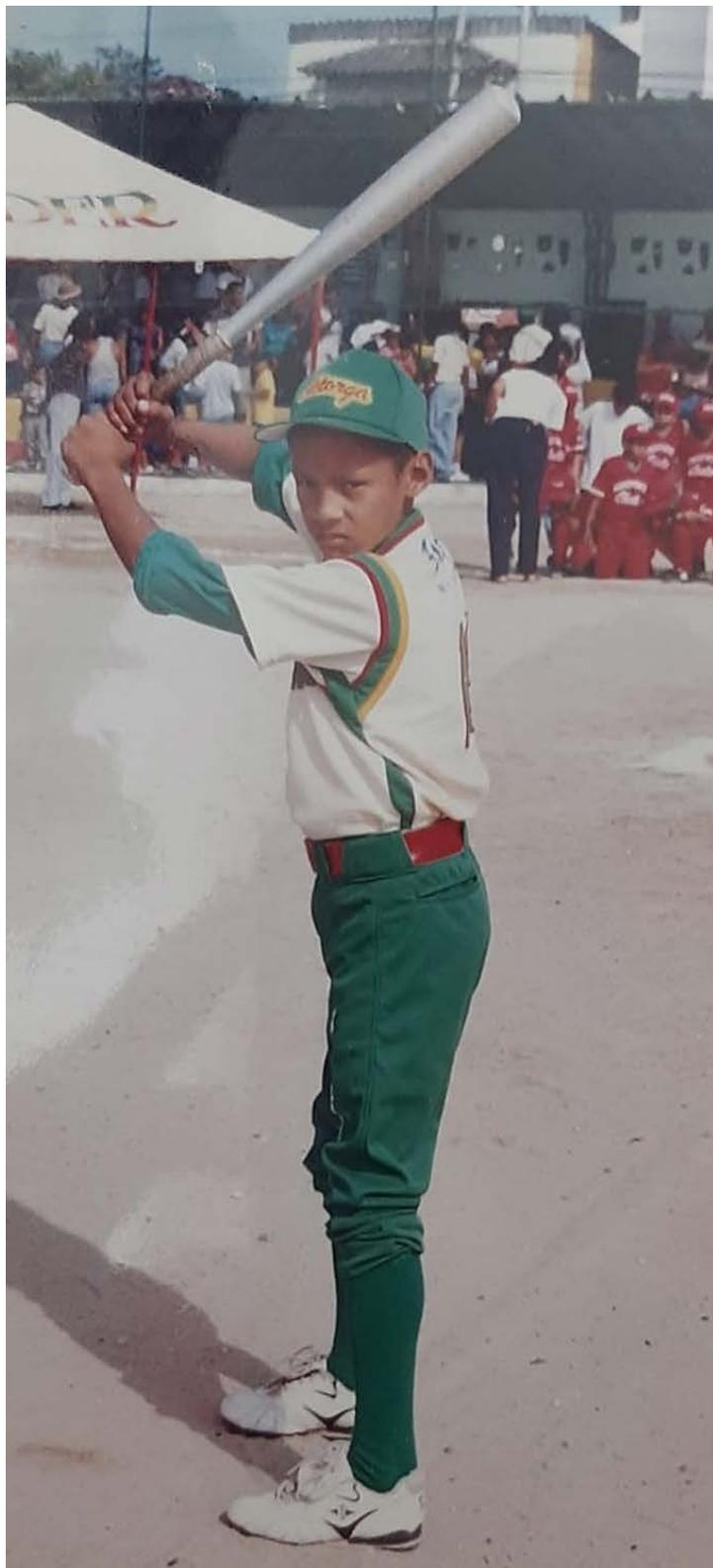
No siempre llegar es la meta, Leonardo Fuentes Orozco, es un joven que como muchos en Colombia nació dotado de ventajas genéticas y talentos que pese a la carencia de oportunidades logró desarrollar hasta llegar a firmar profesionalmente como beisbolista. Este joven de 28 años, producto de la unión de Leandro Fuentes y Nuris Orozco, es un cartagenero que como muchos otros, vio en la práctica de la pelota caliente una forma de vida.

Los seres humanos en nuestra infancia solo pensamos en jugar, pasatiempo que inconscientemente nos permite ir construyendo mediante estas interacciones lo que queremos ser. Muchos, de hecho, pasan la infancia y aún no saben que van hacer o qué forma de vida elegir para continuar su viaje como adultos. En este caso, este joven desde muy niño sabía qué quería ser, prueba de

ello es que Leonardo a los 3 años ya empuñaba entre sus manos un bate y corría curiosamente por un camino que, pese a ser recto, contiene curvas y en ocasiones se pasa de forma fugaz. Si señor lector, desde los 3 años Leonardo corre, batea y lanza en el diamante, en ese entonces, en la categoría que quizás era lo que aparte del béisbol le gustaba, la categoría “tetero”.

Al preguntarle a Leonardo por sus inicios deportivos, este nos relata que su primera casa deportiva fue la Universidad de Cartagena, lugar en el que también jugó su hermano y empresa en la que trabajó su amado padre; posteriormente, pasó al equipo Nueva Cartagena dirigido por Álvaro Blanco; siguió al equipo Minuto de Dios en cabeza de Jaime Pérez, para pasar al lugar del que salió una de las mejores versiones de Leonardo Fuentes, el gigante talentoso que de la mano de todos estos maestros paso a la Academia Gran Slam representada por Fredy Aicardi. En esta academia, se terminó de forjar esa versión fuerte y talentosa que logró ser llamado por doble ocasión para la selección de Cartagena; Bolívar y selección Colombia.

En todos los sueños cumplidos, suele haber anécdotas para contar, en 2008 este gran ser humano nos relató lo que le sucedió al estar participando como representante de Colombia en el torneo internacional jugado en Miami en el que fue galardonado como jugador MVP, además de ser el mejor bateador y pítcher del mismo evento. Hasta aquí todo parece ir normal, no fue en busca de nada más que jugar y ganar, pero lo cierto es que, como manifiesta él *“los cazadores de talento están, no los ves, pero están”* y si, estaban en ese lugar y lo vieron, suerte que le permitió hacerse de una invitación que se extendió por dos meses en los que estuvo como jugador en una escuela ubicada en Nueva York, la ciudad reconocida mundialmente por el béisbol y la multivariada étnica. Al regresar de esta invitación, Leonardo notó el sonido que había empezado a generar su nombre y sus logros, *“todo querían con Leonardo”*, así lo resumió. Ante esta nueva forma de notar



como lo veían, muchos dirían que la meta estaba cumplida, empero, para su hermano no era así, este se concentró en decirle *“Estás más cerca, sigue esforzándote y sigue con tus mismas ganas”* palabras que siguió ciegamente hasta llegar a ser firmado por la organización profesional de béisbol de Estados Unidos, Gigantes de San Francisco en 2009.

Si bien este fue el inicio en su carrera como jugador profesional de béisbol, cuenta que no fue nada fácil el proceso de adaptación, al llegar a República Dominicana Leonardo se encontró con un escenario altamente competitivo en el que departía con aproximadamente 200 chicos que, como él, perseguían el sueño de ser peloteros de grandes ligas. Por su mente cruzaron diversos pensamientos cargados de dudas, pero, pese a la abrumadora competencia, ese joven que plasmó su firma se llenó de determinación y se propuso superar este paso, objetivo que logró y en un año logró saltar a Estados Unidos para continuar su travesía.

Hasta el momento todo marchaba bien, de hecho, parecía estar en tercera base a punto de marcar una carrera para su propio equipo, el del niño de categoría tetero, empero, al llegar USA se encontró con que ya no eran 200 con los que tenía que competir sino 1000. No fue nada fácil, relata Leonardo, porque pese a ser un excelente peletero, en esta etapa de su vida sufrió frente a su competencia por sus limitaciones idiomáticas y por su condición de latino. *“Hice un buen trabajo, me esforcé y me exigí más de necesario, solo pude llegar hasta clase A, pero en lo personal considero que hice un excelente trabajo y pese mi lesión que no me permitió llegar a grandes ligas, me siento orgulloso de haber llegado hasta donde llegué”*.

A su regreso, luego de su lesión y posterior caída de su sueño de llegar a grandes ligas, el entrevistado empezó a jugar con la selección Bolívar, con la que fue en representar del departamento en los juegos Del Caribe llevados a cabo en San Andrés y Providencia donde salieron campeones y este, galardonado como mejor bateador del torneo. Culminado este evento, en esta misma selección, procedieron a participar en el torneo internacional miniserie en Bogotá donde nuevamente quedó como mejor bateador para finalmente, participar en un torneo internacional desarrollado en la ciudad.

Hasta aquí Leonardo continuaba viviendo su sueño de jugar béisbol como forma de vida, fue así que entró en el proceso para participar en los nacionales que se desarrollarían en Acandí, proceso del cual fue rechazado. Desde este suceso decidió retirarse 100% del béisbol, aquí como se había mencionado anteriormente, le tocó agarrar una de las curvas porque se trazaba su carrera, la cual posteriormente lo llevó a estudiar licenciatura en Educación

Física en la Universidad de San Buenaventura, ello con el fin de perfilarse ya no como jugador sino como entrenador o manager de aquellos que como él, en algún momento en el que el tiempo de juego infantil era la preocupación pensaron en correr, batear y tirar pelota por el resto de sus vida.

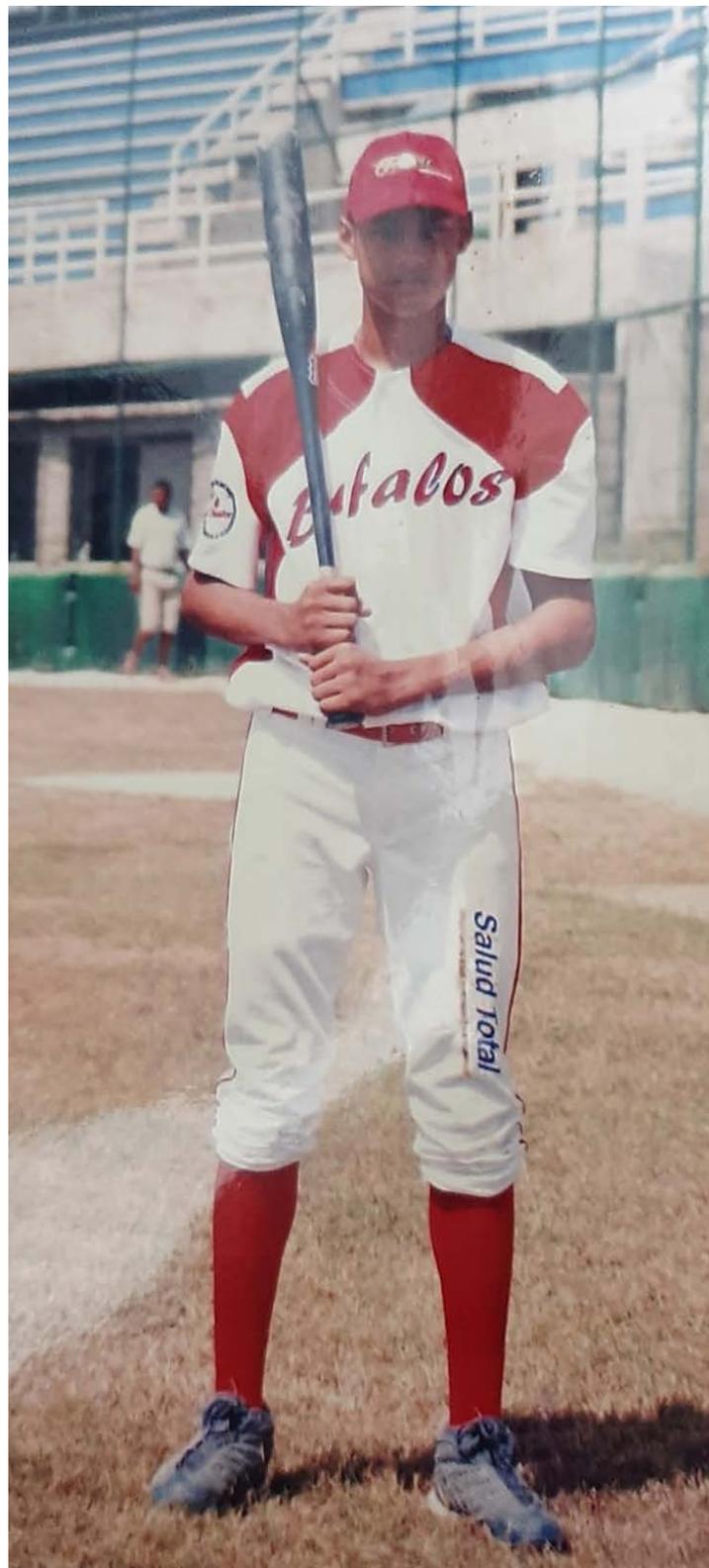
Vale la pena resaltar el hecho de que, pese estar retirado, este dice no estarlo porque en su familia el béisbol es el tema de conversación a toda hora, así que en su vida siempre está presente el tema de la pelota caliente. Así como lo estaba viviendo su hermano en la cancha donde se realizó esta entrevista, ya que mientras Leonardo respondía preguntas, su hermano frente a la mirada de padres orgullosos enseñaba a niños el arte de saber jugar este lindo deporte, pasos que manifestó, quiere seguir.

En este joven hay mucho que aprovechar, desde su experiencia es una voz de peso para aquellos que sueñan con ser peloteros profesionales. A estos que quieren seguir sus pasos les aconseja, antes que nada, tener presente más allá del componente personal y deportivo, incluir en sus vidas el estudio. Es claro en decir que, si se desea ser pelotero profesional, primero debe estar el deporte y tener claro todos los sacrificios que se requieren para concretarlo como una forma de vida. Además, define como punto clave el apoyo de los padres y no olvidar que la meta es firmar por ser grandes ligas, pero siempre complementando con el estudio. *“Escuchen a sus padres y prepárense físicamente para ir a tirar bate o pelota”* o como el caso de Leonardo, prepararse físicamente para hacer las dos cosas e implementando un grado exigente de disciplina.

Soñar es otra clave, muchos dicen que todo empieza por un sueño, y Leonardo le dice a los que vienen detrás de él que sueñen en grande. Ya no sigan los mismos pasos de firmar por bonos de 100 mil o 200 mil dólares, les aconseja que piensen como los dominicanos y venezolanos que firman por 1, 2 o hasta 3 millones de dólares. Confía en que si hay potencial en las generaciones venideras para alcanzar estos sueños altos.

Su mano la tiene abierta a todos los que la pidan, es un joven que tiene y quiere dar mucho por este deporte, es una generación de maestros que no solo son empíricos, ya que cuenta con mejor preparación académica y deportiva. Está dispuesto a trabajar por los niños y jóvenes amantes de este deporte, está dispuesto a ser un padre por tiempos de consejos y lo más importante, está dispuesto a ser un formador de personas de bien con valores y respetuosos de los demás.

En la actualidad, Leonardo ve con emoción el hecho de que el deporte que más ama se ha convertido en algo apetecido por los





niños, cada día ve con agrado como las canchas de beisbol se ven más llenas de pequeñas huellas que como las de él se divertían jugando beisbol. Para él es algo grato ver lo que está pasando ante sus ojos, pero le preocupa ver como los escenarios existentes de este deporte en la ciudad se están quedando cortos y más aún, le preocupa que esos niños que juegan inocentemente se percaten de que su estadio no está como les gustaría que estuviera, es por ello que pide respetuosamente a las instituciones encargadas de manejar y promover este tipo de escenarios deportivos meter mano y darle la mejor cara de este deporte no a los grandes; ni a las prensas informativas; ni a él y mucho menos a los de afuera, sino a esos niños que esperan salir del colegio para ir a su cancha a practicar su deporte favorito.

Muchas personas fijan su camino de vida en función a una meta única, de tal modo que su mundo se encasilla a un estilo de vida para el cual se prepararon desde siempre, razón por la cual no alcanzar esa meta se convierte en algo sumamente traumático. Algo parecido pasa con los deportistas, para ellos su vida se convierte en lo que practican y cuando esto acaba antes de tiempo, tal como le pasó al entrevistado, es algo fuerte y duro, para Leonardo recibir la noticia prematuramente lo afectó mucho, fue un periodo en el que la pregunta ¿Qué voy hacer ahora que ya no puedo ser beisbolista en las grandes ligas? se convirtió en la ocupación diaria por un tiempo... Esta experiencia le permitió a este comprender realmente lo que significa el deporte para él, por eso, más allá de una firma, para aquellos que no lo lograron, pero si saborearon hasta donde llegaron, tener presente que el béisbol o el deporte que practiquen los va a hacer felices independientemente donde los hagan.

A Leonardo le damos gracias por compartirnos su vivencia, hoy esperamos con ansias verlo en su faceta de manager o entrenador para honrar a los que considera, también deben ser reconocidos como Jaime Pérez, Jaime “el Capi” Castillo, Miguel Terán y Nelson Blanco (q. e. p. d).

***¡DEPORTE Y RECREACIÓN PARA
LA TRANSFORMACIÓN SOCIAL!***



Observatorio

de Ciencias Aplicadas al Deporte,
la Recreación y la Actividad Física

Cartagena de Indias



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

ider.gov.co/observatorio

ider.gov.co




Salvemos Juntos
a Cartagena