

REPORTAJES

POLI

DEPORTES

Álvaro Enrique Rodríguez Hernández

Editor



 **POLI**
POLITÉCNICO
GRANCOLOMBIANO

REPORTAJES

POLI

DEPORTES



© Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano

REPORTAJES POLIDEPORTES

E-ISBN: **978-958-5142-77-0**
Digital ISBN: **978-958-5142-78-7**

Editorial Politécnico Grancolombiano
Calle 61 No. 7 - 66
Tel: 7455555, Ext. 1516
Bogotá, Colombia

2021

Autores

Álvaro Rodríguez Hernández
Cristhian Julián González Beltrán
Jefferson David Ramírez
Gustavo Andrés Roa Sánchez
Nicolás Espinosa Esteves
María Camila Castiblanco Amaya
Daniela Paola Sánchez Elejalde
Alejandro León Sandoval
David Santiago Pacheco Fonseca
José Ever Villanueva Montealegre
David Santiago López Barreto
Julián David Peña Martínez

Director editorial

Eduardo Norman-Acevedo

Analista de Producción Editorial

Carlos Eduardo Daza Orozco

Corrección de Estilo

Hernán Dario Cadena

Diseño y Armada Electrónica

Santiago Arciniegas

¿Cómo citar este libro?

Rodríguez-Hernández, A. (2020). Polideportes. Bogotá: Editorial Politécnico Grancolombiano.

No se permite la reproducción total o parcial de esta obra, ni su incorporación a un sistema informático, ni su tratamiento en cualquier forma o medio existentes o por existir, sin el permiso previo y por escrito de la Editorial de la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano.

Para usos académicos y científicos, la Institución Universitaria Politécnico Grancolombiano accede al licenciamiento Creative Commons del contenido de la obra con: Atribución – No comercial – Sin derivar – Compartir igual.

El contenido de esta publicación se puede citar o reproducir con propósitos académicos siempre y cuando se indique la fuente o procedencia.

Las opiniones expresadas son responsabilidad exclusiva del autor(es) y no constituye una postura institucional al respecto.

La Editorial del Politécnico Grancolombiano pertenece a la Asociación de Editoriales Universitarias de Colombia (ASEUC).

El proceso de Gestión editorial y visibilidad en las Publicaciones del Politécnico Grancolombiano se encuentra CERTIFICADO bajo los estándares de la norma ISO 9001: 2015 código de certificación ICONTEC: SC-CER660310

Creado en Colombia

Todos los derechos reservados

REPORTAJES

POLI DEPORTES

TABLA DE CONTENIDO

REPOR- TAJES

7

INTRODUCCIÓN
TRES AÑOS DE
POLIDEPORTES

11

CAPÍTULO I
TENIS EN SILLA DE
RUEDAS: RODANDO POR
UN SUEÑO

13

CAPÍTULO II
EL FÚTBOL AMERICANO
EN COLOMBIA

17

CAPÍTULO III
SUMÉRGETE EN
EL MUNDO DE LA
PARANATACIÓN

21

CAPÍTULO IV
LA CHALANERÍA
COLOMBIANA

25

CAPÍTULO V
EL GOLBOL, UNA
JUGADA MÁS ALLÁ DE LA
DISCAPACIDAD

27

CAPÍTULO VII
PATINAJE ARTÍSTICO.
PAULA OSORIO CUÉLLAR,
UN NUEVO TALENTO

31

CAPÍTULO VIII
ATLETISMO Y
DISCAPACIDAD: UNA
CARRERA SIN LÍMITES

33

CAPÍTULO VIII

MIRIAM GIL, FUNDADORA
DEL TEAM SWS DE LA TC
2000

37

CAPÍTULO IX

FÚTBOL 5 PARA
CIEGOS, MIRANDO EL
DEPORTE DESDE OTRA
PERSPECTIVA

41

CAPÍTULO X

MICHELL LUGO,
PERSIGUIENDO UN
SUEÑO

45

CAPÍTULO XI

EL BOWLING: UN
DEPORTE 100%
ACCESIBLE

47

CAPÍTULO XII

LILIANA PINTO, PASIÓN
POR EL TRAIL RUNNING

51

CAPÍTULO XIII

LAURA GONZÁLEZ, LA
PROMESA DORADA DE
NUESTRO PAÍS

53

CAPÍTULO XIV

TIRO CON ARCO, UN
DEPORTE DE 10 PUNTOS

57

CAPÍTULO XV

JHORMARY ROJAS
CAMINO AL PÓKER

61

CAPÍTULO XVI

POLE DANCE, PRÁCTICA
DEPORTIVA

65

CAPÍTULO XVII

TAEKWONDO EN
COLOMBIA

67

CAPÍTULO XVIII

EL VOLEIBOL EN
COLOMBIA

69

CAPÍTULO XIX

LOS E-SPORTS, MUCHO
MÁS QUE UN JUEGO

75

CAPÍTULO XX

HOYO EN UNO: EL GOLF,
LA MEJOR JUGADA DE
LOS JÓVENES

79

CAPÍTULO XXI

DOMA ECUESTRE O
ADIESTRAMIENTO

81

CAPÍTULO XXII

SELECCIONES QUE NO SE
VOLVERÁN A VER EN UN
MUNDIAL DE FÚTBOL

91

CAPÍTULO XXIII

EL DÍA MUNDIAL DE
LOS PERIODISTAS
DEPORTIVOS



INTRODUCCIÓN ~ TRES AÑOS DE POLIDEPORTES

Se mantenía como tema de conversación la clasificación de la Selección Colombia a Rusia 2018. Hacía dos días el equipo nacional se había enfrentado a Perú, partido que dejó como resultado un 1 a 1 que, en realidad, era intrascendente; la verdadera noticia era que los dirigidos por José Néstor Pékerman ya tenían asegurado su cupo a la mayor cita del fútbol mundial.

El fútbol no era la única actividad deportiva de aquellos días, aunque parecía lo contrario en las charlas y en los medios. Competencias de tradición e importancia en el mundo deportivo, como la maratón de Chicago o el Masters 1000 de Shanghái, vieron disminuida su relevancia ante los aficionados que dirigían sus pensamientos hacia el mundial de fútbol, que ya tenía completa su lista de invitados de honor.

12 de octubre de 2017: mientras todos seguían con su tema y hasta hacían cuentas para viajar a Rusia, un grupo de periodistas inició su jornada felicitándose por el día del periodista deportivo, que se celebra en Colombia en esa fecha; luego de un corto feliz día, el trabajo se encaminó a revisar los últimos detalles para una reunión que tendría lugar en la sala de juntas de la Rectoría del Politécnico Grancolombiano.

Terminada esa reunión, el Poli ofrecería un nuevo medio de comunicación, un portal periodístico especializado en el mundo del deporte. A las 10:00 de la mañana se inició la presentación ante el rector, Fernando Dávila Ladrón de Guevara, y Sergio Hernández Muñoz, decano de la Facultad de Mercadeo, Comunicación y Artes (como se llamaba en aquel entonces); de ellos nació la idea de que los estudiantes de Comunicación Social - Periodismo contarán con un

escenario para ejercer su profesión en un ambiente de aprendizaje pero con un carácter profesional, enfocados en uno de los temas que más les llama la atención, el deporte. **Escanea el código QR con tu celular para que veas el día de la presentación.**



La primera idea que se tenía era conformar una unidad que generara contenidos especializados en el deporte para buscar su difusión en los medios tradicionales. Pensando en eso se conformó un grupo de estudiantes para hacer el cubrimiento de la Copa Poli 2017, primer reto para alimentar la página de la Institución; el trabajo se realizó de la mano de Sala Contacto, pero viendo la calidad de la información que se logró, la idea del rector y del decano tomó un rumbo diferente.

El decano puso a la cabeza de este proyecto al docente Álvaro Rodríguez Hernández y la unidad quedó adscrita al programa de Comunicación social – Periodismo del Departamento Académico de Comunicación (como se llamaba en aquel entonces), que era dirigido por la profesora María Isabel Cortés Cortés.

Desde ese momento Álvaro ha sido el director de POLIDEPORTES y ha tenido el honor de dirigir este medio durante los tres primeros años de trabajo. Ese profesor es quien escribe la introducción a este libro, y más allá de ser docente siempre ha sido periodista; desde este párrafo, me permito dirigirme a ustedes en primera persona para seguirles contando la historia de este medio del Poli.

Mientras desarrollábamos el trabajo para llevar la información de la Copa Polí íbamos hablando con el equipo de periodistas en formación de lo que vendría luego de que terminara el torneo. Poco a poco nos inclinamos por proponer un portal en el cual ellos pudieran publicar sus contenidos periodísticos tratando la actividad deportiva diaria, sus temas de interés e investigaciones.

La idea se consolidó de la mano del periodista Crísthian Julián González Beltrán, quien en ese momento hacía sus prácticas profesionales en Sala Contacto y fue una fuerza de trabajo indispensable para que estemos celebrando tres años de POLIDEPORTES.

Con la aprobación del decano, procedimos a prepararnos para la presentación del 12 de octubre, que ustedes ya tuvieron la oportunidad de ver al escanear el QR anterior. A partir de ese momento se ha venido generando una producción diaria que le permite al público informarse y aprender del deporte.

La estrategia informativa que se desarrolla es tener publicaciones cada día con una agenda propia que se combina con la agenda de los medios tradicionales, ir más allá de la curaduría de información, realizando contenidos exclusivos: entrevistas e información de deportes que son poco tratados en los medios. La fortaleza de POLIDEPORTES radica en los reportajes, investigaciones que se hacen con mayor tiempo y se presentan de manera multimedia; allí hemos

querido destacar los deportes paralímpicos, las figuras emergentes del deporte y aquellas disciplinas que tienen poca visibilidad.

El grupo de trabajo oscila entre 10 y 15 periodistas en formación y graduados del programa de Comunicación social – Periodismo presencial y de los programas virtuales que, semestre a semestre, afianzan sus competencias en redacción periodística digital, manejo de fuentes, construcción de agenda en el campo deportivo, manejo del lenguaje propio de este tipo de información y presentación de los contenidos con narrativa multimedia, esto trabajando de manera directa en el ejercicio de su profesión.

Es un espacio donde se les acompaña para que su trabajo sea puesto en la página de la mejor manera posible y en el cual cuentan con la oportunidad de ser partícipes de un consejo de redacción general para establecer la marcha del medio y un canal abierto de consulta para resolver sus dudas. Hablando en términos académicos es una clase en diario y permanente desarrollo.

En POLIDEPORTES comprendemos que el periodismo es uno solo y que en el ejercicio de esta profesión debemos estar preparados para afrontar los diferentes campos de la información (política, derechos humanos, orden público, entretenimiento, etc.), pero aprovechamos la pasión por el campo deportivo para hacer de este ejercicio una unidad académica de aprendizaje significativo, que sea disfrutado por los estudiantes y brinde buena información a la sociedad con una mirada multidimensional.

En este 2020, que recordaremos por todas las cosas nuevas, positivas y negativas, que debimos vivir y afrontar, celebramos el primer trienio de este portal. Durante el primer semestre académico la profesora María Isabel Cortés me dio la idea de realizar una obra editorial con los contenidos más destacados de POLIDEPORTES; en ese momento pensé en los reportajes y en el celebrar así estos tres años.

Con una facultad renovada, la Facultad de Sociedad, Cultura y Creatividad, conducida por el decano Carlos Augusto García López y, ahora, haciendo parte de la Escuela de Comunicación, Artes Visuales y Digitales, dirigida por el profesor Harvey Murcia Quiñones, ponemos en sus manos la compilación de los mejores reportajes que hemos publicado durante este lapso.

Quiero agradecerle a cada uno de los estudiantes que han hecho y hacen parte de POLIDEPORTES, a los graduados que ya desarrollan su vida profesional, pero siguen colaborando con el medio y reconocen los beneficios que obtuvieron al estar en él; a ustedes, gracias, puesto que son los que le han dado vida al medio que, día a día, es visitado por más de un centenar de personas. Nuevamente, de corazón, muchas gracias.

Igualmente, a los directivos del Politécnico Gran Colombiano, mi agradecimiento por brindarme la oportunidad de dirigir este medio y poder trabajar con nuestros



estudiantes el manejo de la información deportiva con una mirada más amplia y generando una propuesta alternativa de contenidos.

conozca, para que disfrute de los reportajes que hemos puesto al servicio de la sociedad en donde queremos que, además de informarse, pueda aprender de los deportes. Aliste su celular, porque en cada uno de los capítulos encontrará un código QR que le permitirá disfrutar de contenido multimedia referente al reportaje que está leyendo. No deje de visitarnos y celebre con nosotros estos tres años.

Ya puede seguir al primero de nuestros reportajes seleccionados, o antes puede leer la columna con la que debutamos en esta publicación.



CAPÍTULO I

TENIS EN SILLA DE RUEDAS: RODANDO POR UN SUEÑO

El tenis en silla de ruedas, también conocido como “tenis adaptado”, es un deporte que practican personas con discapacidad física.

Es una de las formas del tenis adaptada para quienes tienen discapacidad en sus extremidades inferiores. A la hora de practicarlo es muy parecido al tenis convencional, debido a que el tamaño de las canchas, pelotas y raquetas son las mismas. Sin embargo, existen dos diferencias principales respecto al tenis a pie: la primera es que los deportistas utilizan sillas de ruedas diseñadas especialmente para este deporte; la segunda, refiere directamente al momento del juego. Allí la pelota puede dar dos botes, siempre y cuando el primero haya sido dentro de los límites establecidos por la cancha.

Un factor indispensable para un deportista de alto rendimiento es contar con una buena silla de ruedas, acorde con su fisonomía y el deporte que practica. Es importante resaltar dicho aspecto, ya que una silla convencional es completamente diferente a la que se utiliza para competir en algún deporte. Igualmente, en cada disciplina varía el tipo de silla que se utiliza. Aunque en Colombia el tenis en silla de ruedas es uno de los deportes adaptados más conocidos, otros deportes como el baloncesto, el pádel, el ciclismo o el *rugby*, adaptados también, utilizan sillas de ruedas deportivas. Las sillas de tenis y baloncesto requieren velocidad, estabilidad y facilidad de giro, de ahí la angulación de sus ruedas.

LAS SILLAS DE RUEDAS

Las sillas de ruedas deportivas avanzan cada vez más en diseño y tecnología, adaptándose no solamente a la disciplina en específico, sino también a las



Este reportaje fue escrito por **Jefferson David Ramírez Castillo**, se publicó en POLIDEPORTES el 30 de noviembre de 2017 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2017/11/30/tenis-en-silla-de-ruedas-rodando-por-un-sueno/>

necesidades de cada deportista, por lo que son completamente personalizables. Por lo general, son de titanio o aluminio e intentan ser ligeras para facilitar la manipulación de esta. Los precios de cada silla cambian dependiendo de la marca, la calidad y las cualidades de cada una de ellas. Una buena silla de ruedas deportiva puede variar entre los ocho y los quince millones de pesos, aproximadamente.

El tenis adaptado es una de las disciplinas oficiales de los Juegos Paralímpicos y es también disputado en los Grand Slam. Posee tres categorías: masculino, femenino y *quad*, que se juegan en las modalidades de individual y dobles. Esta última categoría (*quad*), también es conocida como "mixtos", y se refiere a aquellos deportistas con cuádruplejía. El deporte debutó como exhibición en los juegos de Seúl 1988 y se incorporó al programa paralímpico en la edición de Barcelona 1992. Desde entonces, se ha popularizado a lo largo del mundo, llegando a tener un circuito mundial.

LA COMPETENCIA

Este certamen está integrado por más de 100 torneos y un *ranking* mundial de individual y dobles para hombres y mujeres, apoyado por la Federación Internacional de Tenis (ITF), que es el organismo responsable de la regulación del deporte en la actualidad. Por otra parte, Colombia cuenta actualmente con grandes atletas que compiten en esta disciplina. Ellos son apoyados económicamente según sus logros deportivos; sin embargo, los deportistas y las diferentes delegaciones que tiene nuestro país continúan en la búsqueda de entes privados que deseen auspiciar dicha disciplina, pues es bastante costoso para los atletas solventar todos sus gastos a nivel profesional.



CAPÍTULO II

EL FÚTBOL AMERICANO EN COLOMBIA

Los comienzos del fútbol americano se remontan a mediados/finales del siglo XIX, con una fuerte influencia del fútbol *soccer* inglés-europeo y el *rugby*. Ambos viajarían hasta el continente americano, donde consolidarían un deporte nato de ellos, un deporte que los representaría: el fútbol americano.

Con raíces y como mezcla de ambos deportes llegados de Europa, el fútbol americano se inclinó más hacia el lado del *rugby*, transformándose en una disciplina nueva e innovadora que incorpora ciertos términos tanto del fútbol europeo como del *rugby* inglés. Fue hasta el 6 de noviembre de 1869 cuando se jugó el primer partido entre universidades (Princeton contra Rutgers), con una versión modificada del reglamento de la Asociación de Fútbol; dicho juego sentó las bases del fútbol americano moderno.

Después del primer juego con reglamento, distintas universidades del este de Estados Unidos empezaron a jugar con sus propias normas y lineamientos. En 1873 se reunieron los representantes de las universidades de Columbia, Princeton, Rutgers y Yale para estandarizar y crear un reglamento del juego basados en el conjunto de reglas de la Asociación de Fútbol Londinense; sin embargo, Harvard se negó a asistir y continuó jugando bajo sus propias reglas que se inclinaban más hacia el *rugby*.

Debido a la gran acogida que tuvo el estilo de juego de Harvard, el 26 de noviembre de 1876 se acordó una nueva reunión (The Massasoit Convention), estableciendo reglas basadas principalmente en la England's Football Rugby Union. En 1880 el deporte experimentó otro cambio significativo, pues el padre del fútbol americano, Walter Camp, propuso cambios de reglas: establecer la

línea de *scrimmage* y disminuir el número de jugadores por equipo de 15 a 11, fueron unas de las primeras reglas que Camp introdujo.

Él también ayudó a la creación de la National Collegiate Athletic Association, conocida como NCAA, además de presionar para convertir el deporte en algo más de velocidad y habilidad en vez de ser solo fuerza y brutalidad, debido a una de las reglas más importantes que diferencia al *rugby* del fútbol americano y que fue introducida en 1888: tomar al jugador por la cintura para taclearlo, regla por la que estuvo a punto de prohibirse en 1906 debido a la alta cantidad de heridos y muertos a esa fecha; las cifras registraron 160 y 20 respectivamente.

Gradualmente, el fútbol americano tomó más fuerza, se dio origen a los famosos *bowls* y pasó de ser un deporte competido a nivel universitario para pasar a ser un deporte de nivel profesional. En 1920 se creó la American Professional Football Association, y dos años más tarde cambió su nombre a la hoy conocida National Football League (NFL).

Para finales de la década de los 60 del siglo XX, Estados Unidos vivió su primer Super Bowl, evento deportivo que a la fecha es el más visto en este país y el que más dinero mueve en el mundo (según la revista Forbes), con una audiencia registrada de 102 millones de espectadores en su presentación más reciente (2020), de acuerdo con cifras de la agencia Nielsen, encargada de registrar los datos.

COMIENZA EL FÚTBOL AMERICANO EN COLOMBIA

Para el año 2006, el fútbol americano ya se estaba esparciendo en Colombia. En Bogotá, un grupo de jóvenes solían reunirse en las tardes para practicar y jugar el deporte del Tío Sam. Estos muchachos, al enterarse que en Medellín había otro puñado de jugadores, se organizaron y decidieron encontrarse para jugar entre ambos equipos. Lobos de Medellín y Pumas de Bogotá fueron los dos equipos pioneros en el país que, al saber que no eran los únicos, decidieron juntarse y conformar una liga para reunir y consolidar todos los equipos interesados en este deporte.

La Federación Colombiana de Fútbol Americano (FECOFA) nació dos años después de este primer encuentro. El 28 de julio de 2008 se creó la entidad que agrupa a todos los aficionados e interesados por aprender y practicar fútbol americano.

Hoy en día, la Federación está formada por 18 equipos que están distribuidos a lo largo del territorio nacional, se divide en dos Conferencias: la Conferencia Centro (CCF) y la Conferencia Occidente (COF). A su vez, cada una de las Conferencias se integra por nueve diferentes equipos.

Los equipos que se encuentran registrados en la FECOFA juegan bajo el reglamento de la NCAA. Actualmente se juega un único torneo nacional anual, debido a que las distintas copas (Andina, Vallecaucana y Antioqueña) tuvieron que ser canceladas.

FECOFA, dentro de su historia y desarrollo, jugaba solamente bajo la modalidad 11vs11. Sin embargo, debido a la creciente creación de equipos, varios de ellos quedaron sin jugadores, por lo que se creó la modalidad 9vs9, que duró dos años y que en el 2020 se acabó para que nuevamente se retomara el original 11vs11.

La tabla de equipos campeones del Torneo Nacional de Fútbol Americano profesional de Colombia la lidera Hunters, de la ciudad de Medellín, con seis títulos, seguida por Pumas con tres, Lobos con dos y Raptors con uno.

FÚTBOL AMERICANO FEMENINO

Aunque está empezando a crecer la modalidad de *tackle* en el fútbol femenino, el *football flag* es el fuerte de ellas aquí. La modalidad de bandera o *flag* consiste en reemplazar el tackleo, los golpes, por quitarse una bandera sujeta a un cinturón que llevan puesto. Reemplazando el *down* para detener una jugada, el equipo defensor debe retirar uno de los dos banderines o *flags* que cuelgan del contrario, simulando así una tackleada.

SELECCIÓN DE FÚTBOL AMERICANO DE COLOMBIA

Pese a no ser reconocida como selección por Coldeportes, el proyecto de Selección Colombia de Fútbol Americano se presentó desde el 20 de septiembre de 2017 por FECOFA, y desde entonces el ente encargado de promover el deporte en el país se ha tomado la tarea de reclutar y formar un equipo que esté capacitado para representar a Colombia.

FECOFA busca el reconocimiento, ya que al ser catalogados como equipo aficionado todos los gastos corren por cuenta de los miembros y jugadores. Sin embargo, la selección que debutó contra Hunters de Medellín ya ha jugado partidos internacionales y ha demostrado ser un equipo compacto y con nivel para competir y representar al país.



Este reportaje fue escrito por **David Santiago Pacheco Fonseca**, se publicó en POLIDEPORTES el 1 de agosto de 2020 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2020/08/01/futbol-americano-en-colombia/>



CAPÍTULO III

SUMÉRGETE EN EL MUNDO DE LA PARANATACIÓN

La natación adaptada, o paranatación, es un deporte que se adaptó de la natación convencional. Esta disciplina la pueden practicar personas con diferentes discapacidades: física, auditiva, cognitiva o visual. Posee cuatro estilos: crol, espalda, pecho y mariposa. El objetivo de los deportistas es llegar en el menor tiempo posible hasta el otro lado de la piscina, vencer a sus rivales y romper los récords que existen en cada categoría.

El crol es el estilo más empleado hoy en día. También es conocido como “estilo libre”, en el que el nadador se encuentra boca abajo y se traslada realizando un movimiento de ambos brazos (conocido como brazada), de manera alternada, parecido al de las aspas de un molino; en este hay que respirar de manera lateral para poder dar una cantidad cambiante de batidos. Otro estilo es el mariposa, que exige una excelente coordinación entre extremidades superiores e inferiores; una de sus principales características es el permanente movimiento ondeante de todo el cuerpo en forma de “S”, el cual, para lograr una mayor propulsión dentro del agua, debe estar perfectamente coordinado con las piernas y los brazos.

Está también el estilo pecho, también conocido como braza, el más antiguo de la natación. Aquí el nadador se sitúa en posición ventral y efectúa movimientos sincronizados de brazos y piernas, a la vez que la cadera realiza un movimiento ascendente y descendente. Una de las principales características de dicha modalidad es el impulso, es decir, la propulsión, porque tanto la brazada como la patada aportan por igual un 50% de impulso.

El cuarto estilo es espalda, considerado el tercero más rápido, muy próximo a la mariposa, segundo, y alejado de pecho, que viene a ser el más lento de todos

los estilos. Su principal característica es permanecer de espaldas mientras se tiene un movimiento intercalado de brazos y piernas, además de un movimiento de hombros que se efectúa en todo el lado. Al movimiento de las piernas en espalda se le conoce como batida de espalda o batida dorsal. Este estilo es el más recomendado en personas mayores o en aquellos que tengan dificultades de espalda, cuello y columna.

Existen catorce categorías en la paranatación, las cuales van desde S1 hasta S14. La clasificación de estas depende de la discapacidad de la persona y de la capacidad para nadar del deportista. De la categoría S1 a la S10 van aquellos nadadores que tienen una discapacidad física o parálisis cerebral (la 1 es la más severa y la 10 la más leve). Por ejemplo, un nadador que no tenga una mano sería S10. De la categoría S11 hasta la S13 van los deportistas con discapacidad visual, siendo S11 aquel que no tiene percepción de luz (invidente), mientras que un S13 posee baja visión. La categoría S14 la conforman los deportistas que tienen una discapacidad intelectual. Para aquellos que tienen discapacidad auditiva, la salida debe ser avisada mediante un mecanismo con luz estroboscópica.

La primera vez que se hizo una competencia oficial de natación adaptada fue en 1953. Se realizó en el marco de los Juegos de Stoke Mandeville, justas realizadas en el norte de la capital inglesa, en un pueblo llamado Stoke Mandeville, ubicado a 55 kilómetros al noreste de Londres. Pocos años después integró el programa de los primeros Juegos Paralímpicos, celebrados en Roma en 1960, pero fue solo hasta los Paralímpicos de Nueva York de 1984, cuando se incluyó también eventos para nadadores ciegos y con parálisis cerebral.

En Colombia, la paranatación ha traído grandes alegrías. Logros muy importantes que, en parte, se han dado gracias al apoyo del CPC (Comité Paralímpico Colombiano). Esta entidad se creó con la Ley 582 del año 2000, por medio de la cual se define el deporte asociado de personas con discapacidad física, mental o sensorial. En consecuencia, los diferentes deportes paralímpicos son apoyados económicamente por dicha institución.

Para 2017, el Comité Paralímpico Colombiano manejó un presupuesto de diez mil millones de pesos. Con ese dinero ha costeado los diferentes gastos de los servicios de la ciencia del deporte; por ejemplo: directores técnicos, preparadores físicos, fisioterapeutas, concentraciones, estímulos a los deportistas dependiendo sus logros, entre otros. Gracias a esta entidad y al IDR (Instituto Distrital de Recreación y Deporte), el practicar un deporte como la natación adaptada es completamente rentable si la persona con discapacidad obtiene buenos logros y mantiene a lo largo de su carrera un alto rendimiento.

– “La natación adaptada, al igual que los demás deportes paralímpicos, merecen ser ampliamente apoyados por la Nación”, afirma Gabriel Corredor, metodólogo del Comité Paralímpico Colombiano, que resalta el crecimiento que ha tenido la participación de deportistas con discapacidad en el ámbito competitivo en los últimos años. Es un crecimiento que también se ve reflejado en el medallero obtenido por los atletas en las diferentes competiciones. Incluso, las disciplinas

paralímpicas obtienen un mayor medallero que las convencionales, señala el planeador deportivo.

En Colombia, actualmente existen cinco federaciones que trabajan por el deporte con las diferentes discapacidades. Del mismo modo, se está practicando deporte adaptado en doce regiones del territorio nacional, siendo la paranatación una de las disciplinas más populares y practicadas por esta población. Para Henry Díaz, productor y locutor de INCI Radio, la visibilización del deporte paralímpico y el de sus deportistas es fundamental para el desarrollo y crecimiento de este. Díaz hace parte de "INCI Paralímpico", programa dedicado al deporte inclusivo y en el cual no solo se promueve la práctica del deporte competitivo, sino también la ejecución de este con fines terapéuticos.

Precisamente son esos fines terapéuticos los cuales atraen a muchas personas con discapacidad directamente a las piscinas. Cabe destacar que en el agua hay mayor libertad de movimiento y se contrarresta el efecto de la gravedad; además, al sumergirse en ella existe una mayor relajación de los músculos, por lo que resulta mucho más placentera la terapia de rehabilitación. Una de las principales ventajas es que, a diferencia de otros deportes, la natación está recomendada para todo el mundo sin importar la edad, la condición física, e incluso sin importar qué tipo de discapacidad posea el nadador.

El sistema respiratorio, junto con el cardiovascular, trabajan continuamente dentro del agua, debido al movimiento constante del cuerpo en una piscina. Esto sucede principalmente porque al avanzar o quedar suspendido en el agua se permanece en continuo movimiento, a la vez que se realiza el ejercicio aeróbico. Por lo anterior, es bastante recomendado por los médicos y terapeutas la práctica de la natación a personas con y sin discapacidad.

Igualmente, vale la pena destacar los múltiples beneficios que trae sobre el cuerpo, tanto para prevenir lesiones, como para tratarlas. Esto sucede gracias al fortalecimiento de los músculos a la hora de nadar, lo que repercute en una mejor postura corporal y en la prevención de dolores de espalda. Otro aspecto positivo es que beneficia directamente a las articulaciones, debido a que en el agua no existe ningún tipo de impacto contra el suelo, permitiendo ejercitarlas sin mayor riesgo de lesión.

Para Laura Carolina González, nadadora de la Selección Colombia de paranatación, el practicar este deporte le ha cambiado la vida. Ella tiene discapacidad física y asegura que gracias a la natación ha fortalecido su masa muscular, ha mejorado su independencia, ha conocido diferentes lugares nacionales e internacionales y ha crecido como ser humano. Esta atleta de 18 años dedica su vida al deporte y brazada tras brazada va demostrándole al mundo que "la discapacidad no existe, puesto que los límites se los pone uno".



Este reportaje fue escrito por **Jefferson David Ramírez Castillo**, se publicó en POLIDEPORTES el 2 de diciembre de 2017 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

[https://polideportes.
poligran.edu.co/2017/12/02/
sumergete-en-el-mundo-
de-la-para-natacion/](https://polideportes.poligran.edu.co/2017/12/02/sumergete-en-el-mundo-de-la-para-natacion/)



CAPÍTULO IV

LA CHALANERÍA COLOMBIANA

La chalanería nace como deporte cuando se nota que el caballo puede utilizarse como un elemento utilitario. Así, el caballo se empezó a emplear como elemento de trabajo, convirtiéndose en pieza fundamental para en distintas actividades humanas, incluyendo el deporte.

La primera academia fue fundada por el conde de Fiaschi, en el año 1539, en la ciudad italiana de Ferrara. Inspirado por la caballería militar, nació un deporte práctico que cada vez toma más fuerza.

La chalanería es la conexión que puede llegar a tener el jinete con su caballo; con una buena conducción pueden llegar a formar un binomio, una mezcla de sincronía, coordinación, técnica, compenetración y afinidad que son las bases para que este deporte sea exitoso y bien reconocido.

La gracia de practicar la chalanería es lograr un arte al montar el caballo criollo; es un deporte de paciencia, pues aprender a montar al caballo requiere de mucho entrenamiento, disciplina y pasión.

REGLAS BÁSICAS PARA REALIZAR LA CHALANERÍA

- Siempre llevar el casco para evitar golpes de gravedad.
- Usar botas de equitación para un mayor agarre y para evitar dolores en la parte posterior del cuerpo.
- Usar guantes para evitar que las riendas del caballo generen ampollas en las manos o alguna otra infección.

- Usar un atuendo adecuado para una mayor comodidad a la hora de ejercer el deporte.
- Tener el cabello recogido para una mayor comodidad.

PENALIZACIONES EN LA CHALANERÍA

El derribo de un obstáculo.

- Dejar una extremidad en el agua o por cualquier huella dejada sobre el listón que delimita el salto de la ría.

Por una desobediencia, que pueden ser:

- El rehúse.
- La escapada.

Cuando el participante hace un error de recorrido, los errores pueden considerarse como:

- No realizar el recorrido conforme al gráfico fijado.
- No saltar los obstáculos en el orden o en el sentido indicado, dependiendo de la prueba.
- Realizar alguna acción que no sea parte del recorrido.
- Olvidar un obstáculo.
- Caer del caballo: cuando el jinete cae al suelo en su totalidad o recurre al apoyo para poder volver a la silla, se considera como caída.
- Por excederse del tiempo límite.

POSICIÓN PARA LA PRÁCTICA DE LA CHALANERÍA

El asiento: es una de las partes más importantes a la hora de realizar la chalanería, el jinete debe estar muy atento, ya que se puede dar cuenta la presión que está ejerciendo su caballo, si cojea, si ha salido mal a la hora de galopar. Se debe estar relajado en la montura, con el cuerpo bien centrado para no perder el equilibrio.

Los brazos: esta es una parte fundamental para que el caballo note que el jinete está relajado; es más fácil para el caballo si puede estirar su cuello sin que las riendas se lo impidan. Una posición natural es lo indicado, con los codos flexionados y las manos con los pulgares hacia arriba.

Las piernas: esta posición es fundamental a la hora de realizar este deporte, ya que con las piernas se mandan las señales al caballo; es recomendado estar en una posición natural y sin ninguna presión para que el caballo no se confunda con las señales.

Los pies: estos se ubican en los estribos, pero no hay que introducir todo el pie, solamente la punta y con los talones hacia abajo.

Los hombros: es fundamental mantener una postura relajada, con la cara bien alta y los hombros relajados.



Este reportaje fue escrito por **Alejandro León Sandoval**, se publicó en POLIDEPORTES el 17 de agosto de 2019 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2019/08/17/la-chalaneria-colombiana/>



CAPÍTULO V

EL GOLBOL, UNA JUGADA MÁS ALLÁ DE LA DISCAPACIDAD

El golbol (o también *goalball*) es un deporte paralímpico que practican personas con discapacidad visual, tanto atletas con baja visión como jugadores sin percepción de luz (invidentes). Esta disciplina consta de dos equipos, conformados por tres deportistas en el terreno de juego, y máximo otros tres como emergentes por cada club. Ellos se sitúan en una cancha rectangular de 18 metros de largo por 9 metros de ancho, dividida en diferentes áreas, que son en alto relieve con el fin de que los jugadores puedan orientarse con facilidad.

El objetivo de esta disciplina es introducir el balón en el arco rival, zona que es defendida por los tres atletas que se dividen los 9 metros de ancho de la portería. Alero izquierdo, centro y alero derecho son los encargados de salvaguardar su red. Después de atrapar la esférica tienen que reincorporarse y ponerse en fase ofensiva para lanzar con la mayor fuerza posible y transformar su tiro en gol. Cada partido tiene una duración de 24 minutos, dividido en dos mitades, con un descanso de cinco minutos en el entretiempo, siendo este de 15 minutos en juegos paralímpicos y campeonatos del mundo.

El balón sonoro utilizado en esta competición tiene un peso de 1,25 kilogramos, posee cascabeles en su interior, su circunferencia es de aproximadamente 0,76 metros y su diámetro de 25 centímetros. Está hecho de goma y tiene ocho agujeros de 0,01 metros cada uno (4 en el hemisferio superior y 4 en el hemisferio inferior), los cuales permiten que los sonidos de los cascabeles salgan de la esférica y sean percibidos por los jugadores.

Todos los deportistas que estén en el terreno de juego deben llevar parches ópticos y un antifaz, esto con el fin de tener igualdad de condiciones, debido a



Este reportaje fue escrito por **Jefferson David Ramírez Castillo**, se publicó en POLIDEPORTES el 20 de octubre de 2017 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2017/10/20/conozca-como-esta-el-golbol-en-colombia/>

que algunos jugadores poseen residuo visual (baja visión). Otros implementos que se utilizan en esta disciplina son: sudadera con material acolchonado, buzo de arquero, rodilleras, coderas y suspensorio (protector testicular). De los implementos mencionados anteriormente, los únicos que son de uso obligatorio para participar en torneos oficiales son los uniformes y antifaces.

EL GOLBOL COMO CARTA FUNDAMENTAL

En Colombia, el golbol entró en la carta fundamental de los V Juegos Paranales 2019, desde el 11 de diciembre de 2016; por esta razón, desde dicha fecha y con el consentimiento del entonces Coldeportes, esta disciplina es oficial en nuestro país. El golbol fue creado por el alemán Hans Lorenzen y el austriaco Seep Reindl, quienes posterior a la Segunda Guerra Mundial crearon el juego para rehabilitar a los soldados que habían quedado ciegos en combate. En los Juegos Paralímpicos de 1972, en Heidelberg (Alemania), fue uno de los deportes de exhibición, entrando a formar parte del calendario oficial a partir de 1976 en Toronto (Canadá), en la categoría masculina; y en 1984, en Nueva York (Estados Unidos), en la categoría femenina.

El practicar golbol, tanto de manera profesional como por recreación, favorece a la independencia de la persona con discapacidad y al mejor desenvolvimiento en sus actividades cotidianas. La ubicación espacial del individuo mejora considerablemente, y al entrenar sin la compañía de su fiel amigo, el bastón, el jugador incrementa su seguridad y su percepción del entorno.

La vida de Luis Fernando Roldán, que es centro de la Selección Colombia de Golbol, gira en torno a este deporte. "El golbol es una forma de escaparse del estrés diario, es la forma de estar bien mental y físicamente", asegura el atleta colombiano.

Este deporte se implementó hace ocho años en nuestro país y actualmente se practica en Cundinamarca, Bogotá, Córdoba, Valle, Antioquia, Boyacá, Meta, Santander y Atlántico. Generalmente, estas regiones disputan zonales y a final de año compiten en los Juegos Nacionales. Por último, económicamente hablando, la disciplina no es muy viable para los deportistas, aunque en algunos casos son apoyados dependiendo de las medallas obtenidas y del desempeño del atleta.



CAPÍTULO VII

PATINAJE ARTÍSTICO. PAULA OSORIO CUÉLLAR, UN NUEVO TALENTO

El patinaje artístico es un deporte que combina elementos técnicos y artísticos y aprovecha la música para brindar uno de los más hermosos espectáculos sobre ruedas. En esta disciplina, el deportista debe tener precisión en los movimientos para poder ejecutar correctamente las técnicas, por lo que le exige una óptima preparación física y un alto poder de concentración.

Paula Osorio Cuéllar comenzó a practicar el patinaje artístico a los doce años; una niña de muy buen humor, tierna, pero intolerante a la hipocresía. Nació en Bogotá y su afición por esta disciplina comenzó de una manera muy peculiar.

Hoy, Paula tiene 14 años, mide 1,64 y pesa 55 kilos, transpira patinaje por sus poros y siempre que tiene la oportunidad habla de su deporte y, fácilmente, se le puede ver saltar un charco haciendo una figura propia del patinaje artístico, al cual llegó gracias a la televisión.

Entre 2016 y 2018 se emitió la telenovela juvenil argentina "Soy Luna". En esta producción, a Luna Valente, la protagonista, le gustaba patinar al ritmo de la música y al llegar a Argentina encuentra el club de patinaje el Jam & Roller, en donde ella patinaba y cantaba.

Este dramatizado de Disney Channel fue el que despertó en Paula la curiosidad y gusto por el patinaje artístico; ella también encontró su club en Bogotá, el Club Drako Patinaje Artístico, allí inició su proceso de formación y bajo su bandera ha participado en sus primeras competencias nacionales.

Durante estos años, Paula se ha venido entrenando para llegar a practicar las diferentes modalidades del patinaje artístico. El proceso de este deporte es lento y los resultados no se dan de manera inmediata, la constancia, el entrenamiento y la disciplina son fundamentales para ir avanzando en el patinaje artístico.

MODALIDADES DEL PATINAJE ARTÍSTICO

LIBRE

En esta modalidad el patinador escoge la música, el vestuario, los pasos, los saltos y las figuras que va a presentar. A la hora de calificar se tienen en cuenta dos factores: el primero es el mérito técnico y el segundo la impresión artística; por lo tanto, el estilo, el ritmo y la fluidez serán las características técnicas más importantes. El concursante debe demostrar su interpretación musical con los movimientos, la expresión facial y corporal. El vestuario debe estar en un perfecto equilibrio con el ritmo y la rutina, haciendo de todos los elementos un conjunto homogéneo.

En el caso de las parejas, deben estar conformadas por un hombre y una mujer, su vestuario debe ser similar y estos deben tener una buena sincronización en los movimientos, los saltos, las figuras y las elevaciones.

DANZA

Los deportistas deben seguir un esquema que está dibujado de forma imaginaria en la pista, pero que los jurados y los patinadores conocen perfectamente. Los movimientos pueden estar acompañados de vals, tango, marcha, zamba, blues, entre otros géneros de música, y en el caso de los individuales, las mujeres y los hombres tienen esquemas diferentes.

Para las parejas que deben estar conformadas por un hombre y una mujer, su rutina se ajusta a un patrón trazado y está dividida en dos fases, la primera son las danzas obligatorias y las segundas, la danza libre. Es importante la sincronización y el contacto corporal con las manos, la cintura el hombro, entre otros.

Se tiene en cuenta a la hora de calificar, ya sea en la danza individual o en pareja, el mérito técnico y el mérito artístico.

PATINAJE DE PRECISIÓN

Se caracteriza por contar con grupos de 12 a 24 patinadores, los equipos montan una coreografía y los movimientos los ejecutan de manera uniforme, con el fin de realizar las figuras establecidas en el reglamento FIRS (Federación Internacional de Roller Sports).

Las formaciones que se deben realizar por lo menos una vez en la presentación son: en línea, en círculo, en aspa, intersecciones y bloques.

PATINAJE DE SHOW

Los grupos que se conforman entre 16 y 30 deportistas deben dramatizar una historia o un ritmo, donde se tendrán en cuenta el vestuario, el maquillaje, las mímicas, la escenografía, los accesorios, la creatividad y la música.

Todas las modalidades del patinaje artístico brindan al público un espectáculo maravilloso desde lo deportivo hasta lo estético, espectáculo que puede ser apreciado desde los Juegos Mundiales de Patinaje hasta las exhibiciones de las escuelas en los procesos de formación.

Paula Osorio, por su edad y categoría, basa sus presentaciones en la modalidad libre y la de habilidades. Además de su entrenamiento, compromiso y disciplina, Paula se esmera en brillar con su maquillaje y atuendo.

EL VESTUARIO EN EL PATINAJE ARTÍSTICO

El proceso al momento de afrontar una competencia contempla un alistamiento desde la estética; aproximadamente son dos horas las que Paula invierte en su preparación, teniendo como punto de partida su atuendo, el que establece el tipo de maquillaje que utilizará y el peinado a llevar, esto acorde con la rutina y la música que utiliza; el estilo de su maquillaje es de fantasía, con escarchas, brillos y perlas.

El patinaje artístico se practica sobre patines clásicos o *squad*, los cuales llevan sus ruedas en paralelo, lo que le permite al deportista mantener un mejor equilibrio tanto lateral como frontal.

CARACTERÍSTICAS DE LOS PATINES

Existen dos tipos de botas: las *hard – boot*, botas duras, que dan mayor estabilidad y soporte, y las *soft – boot*, botas suaves, que son más manejables y ligeras; escoger entre estos dos tipos de botas depende del peso y el nivel en el que se encuentre el patinador. Estas deben ser en cuero y con un tacón en madera o un material duro, a la altura del tobillo o más arriba, y con una plantilla liviana y fuerte, que puede ser en titanio o carbono; el taco, que va ubicado en la parte delantera, debe ser de un material dinámico y resistente como la goma.

La dureza de las ruedas se califica de 0 a 100, y entre más cerca estén al 100 se asegura que durarán más, pero tienen menos agarre y no absorben el impacto al momento de caer, mientras que las más blandas duran menos, pero ofrecen mejor agarre y mejor absorción del impacto. Por esto se recomienda que se use una rueda con 47 de dureza y 57 milímetros de diámetro; en el caso del estilo libre y en el de figuras obligatorias de 63 milímetros.



Este reportaje fue escrito por **Daniela Paola Sánchez Elejalde**, se publicó en POLIDEPORTES el 12 de octubre de 2019 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2019/10/12/patinaje-artistico-paula-osorio-cuellar-un-nuevo-talento/>

LOS CAMPEONATOS DE PAULA OSORIO

Durante su proceso de formación con escuela, en donde evalúan si el deportista cuenta con habilidades para el patinaje artístico, Paula participó en cuatro eventos internos de exhibición.

En febrero de 2019 comenzó entrenamiento en el grupo élite o talentos de su club; en esta categoría ya ha disputado tres campeonatos, en los cuales ha tenido un desempeño satisfactorio.

Las tres mejores calificaciones en el patinaje artístico son: excelente, muy bueno y bueno; los resultados logrados por esta deportista sorprendieron al ser sus primeros torneos.

Paula entrena regularmente tres días a la semana y antes de los campeonatos las jornadas se incrementan a seis días; su disciplina deportiva la compagina con las normas que sigue por encima del patinaje que corresponden a sus responsabilidades escolares, las responsabilidades de la casa y el cumplimiento de tiempos para el desarrollo de sus labores.

La siguiente competencia que afrontará Paula será una cita distrital que se realizará en el mes de noviembre, ella entrena con pasión para ir avanzando, paso a paso, en su aprendizaje e ir adquiriendo las habilidades que necesita para superar cada etapa.

Además de la belleza de este deporte y los aspectos disciplinares que brinda a sus practicantes, la salud de los patinadores se ve favorecida por su práctica; los niños y niñas que practican este deporte también verán un aporte positivo a su motricidad.

BENEFICIOS PARA LA SALUD DEL PATINAJE ARTÍSTICO

El patinaje artístico sobre ruedas trae muchos beneficios para la salud, pues permite quemar calorías en muy poco tiempo. Los pulmones y el corazón son los órganos que mayor beneficio obtienen, ya que el deporte trabaja mucho cardio y permite una mejor circulación sanguínea. Igualmente, mejora la resistencia y la coordinación, ya que para poder ejecutar un movimiento se requiere que el cuerpo y la mente estén conectados.

Paula Osorio Cuellar, esta joven deportista de ojos café y cabello castaño, es un nuevo talento del patinaje artístico que cuenta con el apoyo de su familia, su juventud y la posibilidad de seguir preparándose para escalar en esta disciplina deportiva.



CAPÍTULO VIII

ATLETISMO Y DISCAPACIDAD: UNA CARRERA SIN LÍMITES

El atletismo es considerado el deporte organizado más antiguo del mundo, teniendo como referencia su primera competencia oficial en el año 776 A.C. En dicha oportunidad, se hizo una competencia en Grecia y, desde entonces, se realiza esta disciplina tanto a nivel competitivo como recreacional. Con el pasar de los años, este deporte ha crecido y se ha perfeccionado, lo que ha aumentado considerablemente el número de personas que lo practican. Por ejemplo: atletas de alto rendimiento, adultos mayores, jóvenes enérgicos e, incluso, personas con discapacidad.

Las personas con discapacidad han adaptado algunos detalles del deporte y su reglamento para poder practicarlo. Lo modifican mínimamente según la capacidad funcional del deportista. Los avances en la tecnología y la dedicación de los atletas son los principales factores que permiten su inclusión en el deporte. Algunos compiten con sillas de ruedas, otros con prótesis, y los deportistas con discapacidad visual compiten con un guía.

Los primeros deportistas que disputaron una competencia oficial de atletismo adaptado fueron personas con discapacidad visual a principios del siglo XX. Posteriormente, en Alemania, algunos militares con grandes lesiones ocurridas por su participación en la guerra empezaron a practicar el deporte como método de rehabilitación. La primera competencia oficial para los atletas con discapacidad física se remonta al año 1952. En esa fecha se disputó en Stoke Mandeville (Inglaterra), en el marco de los Stoke Mandeville Games, la primera carrera de sillas de ruedas organizada para los veteranos de la Segunda Guerra Mundial.



Este reportaje fue escrito por **Jefferson David Ramírez Castillo**, se publicó en POLIDEPORTES el 4 de diciembre de 2017 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2017/12/04/atletismo-y-discapacidad-una-carrera-sin-limites/>

Desde entonces, todas las discapacidades se han organizado para competir en las diferentes ramas del Atletismo. La primera edición de estos juegos se realizó en Roma, en 1960. Desde ese momento, el atletismo ha sido una de las principales disciplinas de dicho certamen. Nuestro país empezó a participar en ellos desde los Juegos Paralímpicos del año 2000, realizados en Sídney – Australia. Desde esa edición, hasta la actualidad, Colombia ha ganado un total de 21 medallas: dos de oro, seis de plata y 13 de bronce.

Este deporte abarca una gran cantidad de pruebas que derivan del mismo. Por ejemplo: salto, lanzamiento y velocidad, siendo estas las modalidades más conocidas. Igualmente, se puede practicar de manera individual o por equipos, en pista cubierta o al aire libre. Pero para llegar a ser un atleta de alto rendimiento, se necesitan más que buenas intenciones, asegura Jaime Altamiranda, entrenador de la Liga de Atletismo de Bogotá. Según él, para llegar a la elite del atletismo se necesita: “disciplina, ganas y una vida de dedicación”.

Económicamente hablando, esta disciplina es rentable para el deportista, siempre y cuando obtenga resultados deportivos y los ratifique en cada competencia que dispute. Las ayudas que reciben los atletas pueden variar desde un apoyo de transporte, hasta ingresos mensuales que permiten al atleta dedicarse 100% a esta actividad. Del mismo modo, si el deportista no cumple con los objetivos trazados, no asiste a los entrenamientos y no se le ve una buena proyección a futuro, aquellos apoyos económicos se le retiran totalmente.

Por último, vale la pena resaltar los beneficios para la salud que trae practicar este deporte. Ya sea a nivel competitivo o recreacional, el atletismo influye en diversos aspectos importantes para tener una vida sana. Por ejemplo, previene la diabetes y la obesidad, aumenta la masa muscular, favorece el sistema cardiovascular y en el caso de las personas con algún tipo de discapacidad, incrementa su movilidad y autonomía.



CAPÍTULO VIII

MIRIAM GIL, FUNDADORA DEL TEAM SWS DE LA TC 2000

Bajo un casco negro hay una mujer al volante con overol azul; ella es Miriam Gil Juárez, una venezolana que es piloto de automovilismo y fundadora y capitana del Team SWS, que compite en la TC 2000 Colombia.

Actualmente, Miriam se encuentra participando en el TC Junior, rueda en la pista del Autódromo de Tocancipá y hace equipo con Paola Oliveros y María Paula Martínez; su esposo, el piloto colombiano Felipe Merjech, es su entrenador y *coach* del equipo.

Miriam Gil nació en Caracas, Venezuela; vivió su infancia entre Colombia y su país natal, su padre es colombiano y su mamá es española, sus hermanos nacieron en México y ha desarrollado su carrera automovilística en Colombia. Divide su vida entre las competencias, su desempeño empresarial y su rol familiar como esposa y madre de un niño y una niña; igualmente, ha adelantado estudios de administración de empresas en el Politécnico Grancolombiano.

Sus hijos son su motivación para seguir corriendo. El compartir con ellos es muy importante y procura pasar el mayor tiempo a su lado, pero en los fines de semana que tiene competencia no los ve. La idea de Miriam y de Felipe es inculcarle a su hijo menor la pasión por el automovilismo.

LOS INICIOS DE MIRIAM GIL EN EL AUTOMOVILISMO

Hace siete años, Miriam empezó su carrera como piloto, todo se llevó a cabo en Colombia, debido a que en Venezuela no había ninguna oportunidad para iniciar una carrera en el automovilismo.

Los karts fueron el punto de partida de la carrera de la piloto venezolana. En esta disciplina Miriam ganó en diferentes carreras, pero el campeonato más importante en esta división fue la victoria en el Mundial de karts en Italia, en el año 2013.

Hace cinco años, Miriam pasó de los karts a los coches de turismo, pero de esos años solo ha corrido tres, ya que nació su segundo hijo. El cambio del kart al automóvil de competición se le dificultó bastante en un principio, pero se logró adaptar satisfactoriamente.

A raíz de los karts, Miriam posee gran habilidad a la hora de conducir. En la TC 2000, la primera victoria de Miriam fue en la Clase A y en esta competencia cuenta con cuatro podios y un cuarto lugar en el campeonato.

PREPARACIÓN CON DISCIPLINA

El lograr organizar sus tiempos para cumplir con sus diferentes roles hace que Miriam Gil entrene de manera disciplinada para lograr una condición física y mental óptima.

Uno de los puntos más importantes de un piloto es el estado físico y los ejercicios de reflejos. Para el automovilismo se debe fortalecer el cuello y los brazos y mejorar el acondicionamiento físico para todo tipo de carreras, y en especial las de resistencia.

EL SUEÑO DE MIRIAM

El Cono Sur es el objetivo de la piloto del Team SWS. Llegar a la TC 2000 Argentina se ha convertido en su sueño, puesto que la categoría de Turismo Competición 2000 de ese país se ha catalogado como una de las mejores en América del Sur.

La idea de una competición internacional seduce a Miriam, pero el gran obstáculo corresponde a lo económico, debido a que las diferencias entre una competencia colombiana y una argentina son muy grandes; sin embargo, de la mano de sus patrocinadores y su talento es un sueño por el que sigue trabajando.

EL TEAM SWS

Miriam Gil es la fundadora del primer equipo de mujeres en la TC 2000 en América Latina. Ella, junto con la piloto María Paula “Mapa” Martínez vieron la necesidad de generar más oportunidades para las pilotos mujeres, ya que el automovilismo, por tradición, es un deporte practicado en su mayoría por hombres.

En el año 2017 se creó el Team SWS y en este momento cuentan con tres pilotos: Miriam y María Paula Martínez en la TC junior y Paola Oliveros, quién corre en la clase A de la TC.

La idea es contar con más pilotos en este equipo, pero hasta el momento solo hay patrocinio para tres corredoras; para Paola Oliveros una de las fortalezas del trabajo del Team SWS es la unión con la cual compiten.

En el caso de Miriam, los patrocinadores que siempre la han acompañado en este proyecto son Merjech Racing, VP Fuels Colombia y Norton Automotive.

Para Miriam Gil, la TC 2000 les brinda a las personas apasionadas por la velocidad la posibilidad de iniciar una carrera de automovilismo, ya que acepta toda clase social.

Es hora de que siga la competencia, porque la meta es una carrera internacional, con el rechinar de las llantas y el rugir del motor de su Corsa Wind, Miriam sigue pasando rivales demostrando las capacidades de las mujeres al volante del turismo de competición.



Este reportaje fue escrito por **Gustavo Andrés Roa Sánchez**, se publicó en POLIDEPORTES el 12 de agosto de 2018 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2018/08/12/miriam-gil-sws-tc-2000/>



CAPÍTULO IX

FÚTBOL 5 PARA CIEGOS, MIRANDO EL DEPORTE DESDE OTRA PERSPECTIVA

El fútbol 5 para ciegos, también conocido como "fútbol sonoro", es un deporte adaptado para personas con discapacidad visual (jugadores ciegos y baja visión). En este deporte, cada equipo puede estar conformado por un máximo de 15 integrantes: el director técnico y su asistente, el médico más un fisioterapeuta, un guía o llamador, cuatro jugadores de campo titulares y otros cuatro suplentes, dos porteros, uno titular y el otro emergente.

Las medidas reglamentarias del terreno de juego son las mismas que se utilizan en el fútbol, 40 metros de largo por 20 de ancho. Del mismo modo, los arcos coinciden con las medidas del deporte convencional, tres metros de largo en cada portería. Así mismo, existen otros parámetros que se han adaptado para el juego de las personas con discapacidad. Por ejemplo, alrededor de la cancha hay vallas de entre un metro y 1,20 metros de altura, para evitar que la pelota salga de la cancha y se haga mucho más fluido el juego. También, el punto desde el que se patea el segundo penal es de ocho metros, dos metros más corto que el establecido por la FIFA.

El campo de juego está dividido por dos líneas longitudinales punteadas, que marcan los tercios de la cancha: el tercio defensivo, el tercio medio y el tercio ofensivo. El fin de estas es permitir la orientación de los jugadores, cambiando la persona que en cada tercio da las indicaciones y señales. Junto al arco se encuentra una pequeña área de dos metros hacia el interior de la cancha, la cual señala el terreno de juego con el que puede disponer el portero para salir. Detrás del arco también se encuentra otra área marcada, la cual es para el guía del equipo contrario, que se sitúa detrás de la portería rival.

Los guías o llamadores son personas videntes, quienes tienen la función de orientar a los atletas ciegos dentro de la cancha. En total son tres por equipo, que se dividen el terreno de juego en tres zonas. En el primer tercio de la cancha, el guía es el arquero; en el tercio medio, el encargado de las indicaciones es generalmente el director técnico o su asistente, y en el último tercio, es un guía situado detrás del equipo contrario. Este último también es el encargado, en un penalti, de golpear cada uno de los palos del arco: vertical izquierdo, vertical derecho y horizontal, con el fin de que el jugador que pateará el penal se haga una imagen más clara de la portería. Si alguno de los anteriormente mencionados hace alguna indicación fuera de su zona, su equipo es penalizado.

En esta disciplina el balón es sonoro, lo cual permite que los jugadores ubiquen la esférica cuando esté en movimiento. En el momento en que un jugador quiera recuperar el dominio del balón, obligatoriamente tiene que gritar "voy"; de esa manera, quien lleve la pelota puede tener la referencia de su rival. Ahora, si no hace dicha advertencia es penalizado con una falta en contra de su club. Vale la pena destacar la necesidad del silencio a la hora de jugar, debido a que el sonido resulta esencial para los deportistas ciegos. El público y los miembros de los equipos no autorizados deben mantenerse en estricto silencio durante el juego para comunicarse con los jugadores, con excepción del momento del gol.

Cada partido está dividido en dos tiempos, de 25 minutos cada uno, con un descanso de 10 minutos entre ambos. Los deportistas, con excepción del portero, deben utilizar un antifaz durante todo el partido, asegurando la igualdad de condiciones entre todos los jugadores, debido a que muchas veces algunos integrantes tienen baja visión. Además, cada jugador debe estrictamente tener un par de canilleras, a diferencia de las chichoneras (elemento acolchonado que va alrededor de la cabeza), puesto que dicho componente es de protección, pero no es de carácter obligatorio.

El fútbol 5 para ciegos se empezó a practicar en Colombia sobre la década del ochenta del siglo XX. En esa época se conocía como "futlata", debido a que el balón era una lata de betún. Los jugadores practicaban con este objeto, puesto que era el único que producía sonido y les permitía orientarse a la hora de jugar. Algunos de los precursores de este deporte en nuestro país fueron Apolinar Salcedo, José Domingo Bernal, Jorge Farfán, Jorge Luís López y Luis Castañeda.

Este último es abogado de profesión, futbolista aficionado y con casi sesenta años dirige la Selección Cundinamarca de fútbol 5 para ciegos. También es quien en su momento trajo los balones sonoros al país. "Yo adapté el primer balón en Colombia para invidentes. Antes los ciegos jugaban a "futlata", chutando una latas grandes o tarros que hacían ruido con el suelo. Una vez me regalaron una pelota de fútbol de plástico y le metí latas de cerveza aplastadas por dentro, y así nació el invento", aseguró Castañeda.

Por otra parte, es importante resaltar la importancia de practicar este deporte, puesto que al liberarse del bastón y correr libremente por el terreno de juego, la persona con discapacidad adquiere más ubicación espacial, seguridad e

independencia. José Domingo Bernal, exjugador de la Selección Colombia, cree ciegamente en el deporte como elemento de rehabilitación. "Todo aquel que tenga la posibilidad de practicar un deporte a nivel recreativo o a nivel competitivo, dependiendo de su capacidad motriz y física, ¡no lo deje de hacer! ¡Eso es fundamental, eso da vida!", afirmó el hoy presidente de la Federación de Deporte de Limitados Visuales.

Actualmente, Colombia tiene una muy buena camada de jugadores jóvenes en la Selección. Ellos serán los encargados de representar a nuestro país en la próxima Copa América, la cual se realizará en Chile desde el 25 de noviembre hasta el 4 de diciembre. El torneo es clasificatorio para el Campeonato Mundial, que se disputará el año próximo en Madrid. Los dos finalistas tendrán su lugar en España 2018.



Este reportaje fue escrito por **Jefferson David Ramírez Castillo**, se publicó en POLIDEPORTES el 3 de noviembre de 2017 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2017/11/03/futbol-5-para-ciegos-mirando-el-deporte-desde-otra-perspectiva/>



CAPÍTULO X

MICHELL LUGO, PERSIGUIENDO UN SUEÑO

Michell Lugo Torres nació el 16 de abril del 2001 en Bogotá. Desde pequeña, esta deportista ha querido ser campeona y figura en el deporte. Su deseo de ser campeona y su disciplina en el trabajo la han llevado a ganar 10 campeonatos, ocho subcampeonatos y a quedar cuatro veces en la tercera posición en diferentes torneos de fútbol.

Inició en el deporte desde los seis años y ha practicado natación, taekwondo, voleibol y fútbol. Sin embargo, su verdadera pasión está en el voleibol y el fútbol. En las dos disciplinas llegó a ser Selección Colombia y su primera convocatoria fue para voleibol, en el año 2014.

Cuando Lugo era menor, el profesor Didier Luna le dijo que escogiera un deporte, puesto que tanto en voleibol como en fútbol estaba entrenando en alto rendimiento. En ese momento, en el primer deporte era Selección Colombia, y en el segundo era Selección Bogotá. Luna le vaticinó que tendría un futuro muy prometedor en el arco y que se atrevía a asegurar que en el exterior le iría bien.

Fue así como llegó la decisión más importante en su carrera. Con el apoyo de su madre, se decidió por el fútbol. El profesor Ricardo Rozo la probó como guardameta en Gol Star, club en el cual inició su formación y en donde reafirmó su pasión por el balompié.

El fútbol lo empezó a practicar desde el 2008, momento en el que empezaron los sacrificios. Vivía en Chía y los entrenamientos le tocaban en las canchas de La Morena, ubicadas en Bogotá por la 220. Los viajes diarios y alternar los estudios

con los entrenamientos le dieron sus primeras lecciones acerca del sacrificio en la carrera deportiva.

LOS DÍAS DE MICHELL LUGO

Los mayores inconvenientes que afrontó fueron en sus estudios. La necesidad de pedir permisos para los torneos y entrenamientos con la Selección Colombiana, o la Selección Bogotana de Fútbol, la obligaron a cambiar frecuentemente de colegio.

Como vivía en Chía, se despertaba a las 5 de la mañana para poder ingresar al colegio a las 6:45 o 7:00 de la mañana. Al terminar su jornada escolar, a las 2:30 pm, viajaba en flota desde Chía hasta las canchas del PRD o La Morena, dependiendo si entrenaba con Gol Star, su primer equipo, o si entrenaba con la Selección Bogotá de Fútbol.

Terminaba su entrenamiento y, en algunos casos, su madre alcanzaba a recogerla. Como siempre ha contado con el apoyo de su familia, si no alcanzaba a llegar, cogía flota para irse a su casa. Su madre era la barra personal y la del equipo.

Los sábados y domingos entrenaba en las mañanas y a veces tenía partidos en la tarde. Sus amigos no estaban en el colegio o en su vecindario, sino que se encontraban en la cancha. Una vida con tantos compromisos la llevó a que en sus últimos grados decidiera estudiar de manera virtual, para no solicitar permisos, para entrenar y poder ser parte de las selecciones o clubes.

EL PALMARÉS DE LA GUARDAMETA

En 2011 disputó con el equipo Funza el torneo Pony Fútbol, en la categoría infantil, en la que logró salir campeona y tener la valla menos vencida. En 2012, estuvo con Vélez Sarsfield Fortín Oficial Colombia y quedaron en el tercer puesto; sin embargo, ganó la valla menos vencida. En el mismo año, con el equipo Gol Star salió subcampeona en el torneo de la Feria de las Flores de Medellín.

El 2013 fue el mejor año, porque logró ser campeona en dos ocasiones. Con el club Funza logró el título en la Copa Navidad y con el Gol Star triunfó en el torneo Pony Fútbol. Además, fue subcampeona en el Festival de Verano y un tercer puesto en la fase clasificatoria de Bogotá de la Pony Fútbol, ambos con Gol Star.

Desde ese año llegaron más victorias, tanto nacionales, como internacionales. En el 2014 salió campeona en dos ocasiones, logró cuatro subcampeonatos y un tercer puesto. Con Gol Star fue campeona de la Liga Infantil Femenina y con la Selección Bogotá ganó el Campeonato Nacional Prejuvenil de la Copa RCN. Los subcampeonatos fueron conseguidos con la Selección Bogotá, en el Festival de Verano y en el Campeonato Nacional Infantil; con Gol Star logró el segundo lugar en la Liga Prejuvenil Femenina; y con Tippco Soccer Club fue subcampeona en

Estados Unidos, en el torneo Midwesi Regional U 17 League. Por su parte, el tercer puesto lo consiguió con el equipo de Funza, en el Pony Fútbol en Medellín.

En el año 2015 salió campeona, subcampeona y logró un tercer puesto. El campeonato lo logró con la Selección Bogotá en el Torneo de Liga Prejuvenil Copa Coca Cola, además de ser la valla menos vencida. El subcampeonato fue también con Bogotá, en el Campeonato Nacional Prejuvenil Copa RCN, celebrado en Bucaramanga. El tercer puesto lo consiguió con Gol Star en el Torneo de Liga Juvenil Copa Coca Cola.

En 2016 logró dos campeonatos y un subcampeonato con el equipo Gol Star: campeona de la Copa Codensa, campeona del Torneo de Liga Prejuvenil en Bogotá y el subcampeonato en el Torneo de Liga Juvenil, también en Bogotá.

Para el último año fue campeona con Gol Star en Madrid (España), en el Torneo Internacional Codensa, donde logró ser la arquera con la valla menos vencida.

El logro más importante para 2017 fue en Independiente Santa Fe, donde se consagró como la primera campeona del Fútbol Profesional Colombiano Femenino. Su más reciente campeonato fue en los Juegos Bolivarianos con la Selección Colombia Sub-20, en Santa Marta.

EL 2018 PARA MICHELL

Actualmente tiene 16 años y está compitiendo en el Sudamericano Sub 20 en Ecuador, con la Selección Colombia sub 20. Además, estará en el Campeonato Sudamericano Sub17, que se realizará en Argentina.

Todo su talento, alegría y concentración se podrá ver con la Equidad Fútbol Club. Cuenta con becas de universidades en Estados Unidos y de Colombia para estudiar y jugar fútbol. Sin embargo, la guardameta estudiará en Colombia y tiene planeado irse a otro país solo cuando sea mayor de edad.

Michell Lugo muestra en el arco del Fútbol Profesional Colombiano Femenino, y de las selecciones nacionales, los sueños de muchas mujeres que se han atrevido a cambiar los paradigmas del fútbol como un deporte exclusivo para hombres. Ella lo ha hecho desde la feminidad y la transformación de la cultura deportiva por medio de la disciplina, el trabajo y la calidad en la práctica de un deporte.



Este reportaje fue escrito por **Cristhian Julian González Beltrán**, se publicó en POLIDEPORTES el 15 de enero de 2018 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2018/01/15/michell-lugo-persiguiendo-un-sueno/>



CAPÍTULO XI

EL BOWLING: UN DEPORTE 100% ACCESIBLE

El *bowling*, también conocido como bolos, es un deporte que se realiza en recintos cerrados. Consiste en derribar diez piezas de madera (llamados pines o bolos), mediante el lanzamiento de una pesada bola hacia ellos. Este deporte requiere adaptaciones mínimas; por lo tanto, es una disciplina altamente accesible para las personas con discapacidad.

La pista posee unas dimensiones de 19,20 metros de largo por 1,6 metros de ancho, con dos canaletas a los costados de la misma. La bola es circular y tiene tres agujeros, los cuales sirven para introducir los dedos (el pulgar, el índice y el corazón), y tener una buena posesión de la esférica. Los pines, en total diez, están colocados equidistantes unos de otros a 30,5 centímetros, al final de la pista, en forma de triángulo equilátero. Para competir se necesita un mínimo de dos jugadores y cada uno de ellos en sus lanzamientos intentará derribar el mayor número de pines posibles.

Los deportistas con algún tipo de discapacidad física utilizan toboganes, también conocidos como "rampas para bolos". Estos le permiten a la persona lanzar la bola, ya sea de pie o sentado; otro aspecto de ellos es que algunos tienen bases giratorias para controlar la dirección. Un objeto fundamental para la accesibilidad del deporte es el Poss-I-Bowl, que es un dispositivo controlado por un interruptor que se conecta a cualquier rampa tubular para *bowling*. El usuario pulsa un botón el cual suelta la bola; posteriormente, la esférica viaja por la rampa rumbo a la pista, previamente direccionada por el deportista.

Las personas con discapacidad visual también practican esta disciplina. La IBSA (Federación Internacional de Deportes para Ciegos, por su sigla en inglés),



Este reportaje fue escrito por **Jefferson David Ramírez Castillo**, se publicó en POLIDEPORTES el 13 de diciembre de 2017 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2017/12/13/el-bowling-un-deporte-100-accesible/>

aceptó oficialmente este deporte en la reunión del Comité Ejecutivo realizada en Noordwijk, Holanda, en mayo del 2000. El **bowling** llegó a Colombia en el año 2002, por una iniciativa de José Domingo Bernal, Martha Calvo, María Isabel Castiblanco, Pedro López y Eduardo Castro. Ellos, en búsqueda de invertir su tiempo libre, asistieron a la Bolera Bolívar Bolo Club, ubicada en la calle 22 con Avenida Caracas.

En un principio, todos ellos recibían la ayuda de un guía vidente para poder jugar. Con el pasar del tiempo, José Domingo Bernal (hoy en día presidente de la Federación de Deportes de Limitados Visuales), adaptó en nuestro país el carril guía para aquellos con ceguera total. Gracias a este objeto empezaron a practicar de manera autónoma el **bowling** en Bogotá. Ya consolidados, crearon el primer equipo de bolos en la ciudad, llamado Andecrac (Asociación Nacional de exalumnos del Centro de Rehabilitación para Adultos Ciegos). Desde entonces, los bolos han crecido tanto en Bogotá, como en el resto del país, aumentando el número de deportistas que lo practican.

Para la discapacidad visual existen tres categorías:

B1: Desde sin percepción de luz, en ningún ojo, a percepción de luz, pero incapacidad para reconocer la forma de una mano a cualquier distancia o en cualquier dirección.

B2: Desde capacidad para reconocer la forma de una mano hasta agudeza visual y/o campo visual de menos de 5 grados.

B3: Desde agudeza visual sobre, hasta agudeza visual de y/o campo visual de más de 5 grados y menos de 20 grados.

Los deportistas B3 se rigen por el reglamento WTBA (Asociación Mundial de Bowling de diez bolos), sin modificación alguna, mientras que los jugadores clase B2 pueden usar un guía, y los B1 un carril guía y un guía con visión. El carril guía es una barra metálica, la cual permite al jugador mantenerse bien ubicado para el lanzamiento. El deportista desliza su mano por ella, a la vez que lanza con la otra mano. Del mismo modo, el guía con visión es el encargado de ubicar al jugador, manifestándole si está bien posicionado para lanzar. Además, le indica qué pines ha derribado y cuáles le hacen falta, permitiéndole calcular su próximo tiro.

Finalmente, cabe resaltar que el **bowling** es una disciplina que requiere más técnica que potencia. Por consiguiente, prima más la experiencia y el conocimiento, que la suerte y la improvisación. Para Martha Calvo (bolichera de la Selección Bogotá), el practicar bolos es revitalizador. "Le hago la cordial invitación a las personas con y sin discapacidad a que practiquen algún deporte, en especial bolos. ¡Háganlo desde temprana edad!, ya que el deporte es salud", asegura Calvo, que en la actualidad es la presidenta de Limitados Visuales de Bogotá.



CAPÍTULO XII

LILIANA PINTO, PASIÓN POR EL TRAIL RUNNING

“Llegó la profe que corre”, eso dicen los estudiantes cuando Liliana Pinto Bedoya llega a dar sus clases diarias a un colegio en el municipio de Guadalajara de Buga, en el Valle del Cauca. Esta licenciada en básica con énfasis en ciencias naturales y medio ambiente de la Universidad Peruana de Ciencias e Informática divide su vida entre su profesión como profesora, su familia y su pasión por el *trail running*.

Liliana nació en Buga, y desde los 9 años se desempeñó en diferentes disciplinas deportivas, hasta que finalmente a sus 40 años encontró su verdadera pasión: el *trail running*.

¿QUÉ ES EL TRAIL RUNNING?

Se conoce como *trail running* a la carrera que se realiza en montaña o sendero. Principalmente consiste en correr por caminos secundarios, montañas o cerros, teniendo en cuenta la cantidad de obstáculos que se presentan en este tipo de terrenos naturales.

Los competidores atraviesan ríos, terrenos destapados, trochas e infinidad de variantes que se puedan presentar durante el recorrido. Además, la dificultad de la carrera se mide acorde con el desnivel y la distancia de esta, esta clasificación va de 1 a 5, donde 1 es más leve y 5 un nivel de competencia máximo.

El deporte siempre había estado ligado a la vida de Liliana, pero fue en marzo del año 2018 donde encontró un deporte que le generará competencia. El lugar que le dio ese impulso que necesitaba en el *trail running* fue el Calima, Darién.

La motivación personal hacia esta disciplina tiene que ser máxima, sobre todo por la exigencia física y mental que requieren esta clase de deportes. Además de no discriminar a nadie por la edad, al contrario, les ofrecen a las personas diferentes tipos de categorías para poder competir.

Actualmente, Liliana hace parte del *Team* Maja Hierro del municipio de Guadalajara de Buga. Por su edad participa de las competiciones en la categoría Master B, que comprende las edades entre los 40 y los 49 años.

En esta categoría participó durante todo el año 2018 en un total de 15 carreras en diferentes partes del territorio nacional.

UNA EXPERIENCIA COMPLICADA

La laguna de la Cocha, ubicada en Nariño, es un terreno hostil, ya que tiene una altitud variada, las temperaturas que se manejan son demasiado bajas y una humedad alta. Allí Liliana vivió una de las experiencias más duras desde que práctica el *trail running*.

No solo tuvo que enfrentarse a las dificultades del terreno como tal, sino además a su miedo al agua, a 21 kilómetros de recorrido y más de seis horas de carrera.

UN ENTRENAMIENTO FUERTE

El *trail running* desde su esencia exige que los competidores estén siempre en un nivel máximo en cuanto a sus capacidades físicas y mentales. Por eso a la hora de la preparación precompetitiva la exigencia no puede ser menor. Liliana Pinto entrena todos los días de diferentes maneras: haciendo gimnasio, tramos de montaña y de calle y los fines de semana a este trabajo se le agrega el fortalecimiento en piscina.

Las jornadas son exigentes y les permite a los competidores medir su estado para afrontar las competencias en las que participarán. Como en todo deporte la disciplina y la constancia les permite llegar a lo más alto del podio.

SUEÑOS INTERNACIONALES

El buen deportista se destaca por su responsabilidad frente a la disciplina que practica y por hacer su práctica deportiva con toda la pasión del caso. Es un proceso el cual invita a soñar más allá del territorio nacional. Liliana Pinto no es la excepción; la competencia a nivel Colombia y los frutos que ha dado la llevan a pensar en competencias a nivel continental.

Liliana Pinto ha demostrado ser una competidora por excelencia, disciplinada y con un gran ímpetu hacia el *trail running*. Con total seguridad continúa su

competición en la categoría Master B, superando peldaños en un deporte que en un año le ha dejado muchas alegrías.

Con un promedio de una carrera mensual, con sus entrenamientos nocturnos y de fin de semana, con sus estudiantes con quienes comparte todas las mañanas y la compañía en casa de su hijo y de su mamá, Liliana Pinto Bedoya sigue corriendo y cuando no está corriendo está hablando de carreras o si no está compartiendo memes de carreras; para ella el *trail running* ya es su estilo de vida, un estilo que piensa seguir hasta cuando su cuerpo se lo permita.



Este reportaje fue escrito por **Nicolás Espinosa Estévez**, se publicó en POLIDEPORTES el 23 de febrero de 2019 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2019/02/23/liliana-pinto-pasion-trail-running/>



CAPÍTULO XIII

LAURA GONZÁLEZ, LA PROMESA DORADA DE NUESTRO PAÍS

Un 10 de junio de 1999 nació Laura Carolina González Rodríguez. Esta joven, oriunda de Villavicencio, a lo largo de su carrera deportiva ha logrado más de 90 medallas en su palmarés. En la actualidad tiene cuatro récords nacionales: 50 libres con un tiempo de 36 – 41; 100 espalda, con 1 – 29 – 57; en estilo mariposa, con 1 – 25 – 12, y finalmente, récord en 200 combinado individual, con un tiempo de 3 – 07 – 68 categoría S8.

En el 2017, González participó en los IV Juegos Parapanamericanos Juveniles, celebrados en Sao Paulo, Brasil. Allí ganó ocho preseas distribuidas así: un oro, dos platas y cinco bronces. Pero para ella, el haber adquirido dichos logros no le ha sido nada fácil, puesto que para ser un deportista de alto rendimiento se debe hacer muchos sacrificios y tener bastante constancia y disciplina.

De lunes a sábado, esta joven nadadora se despierta sobre las 5:30 a.m. para dar inicio a su día. Se levanta, se alista y se dispone a desayunar para empezar con energías un arduo día de entrenamiento. –“El desayuno es vital para todo atleta. Fruta, huevos, chocolate, pero eso sí, ¡Mucha fruta! Siempre al desayuno y al almuerzo”, asegura con determinación en su voz. Una vez termina de comer toma sus pertenencias, se despide de su familia y se va rumbo al Complejo Acuático en Bogotá.

Ella vive en el 20 de Julio, barrio Bello Horizonte. De allí baja al portal de Transmilenio y toma un articulado para luego hacer trasbordo en la calle 63. En ese lugar se baja de la estación y toma un bus del SITP, el cual la traslada hasta el Parque de los novios, donde se baja y se va caminando directamente al Complejo



Este reportaje fue escrito por **Jefferson David Ramírez Castillo**, se publicó en POLIDEPORTES el 9 de enero de 2018 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2018/01/09/laura-gonzalez-la-promesa-dorada-de-nuestro-pais/>

Acuático. Al llegar allí, se cambia y se va a la piscina a entrenar, desde las 8:00 hasta las 10:00 de la mañana bajo las órdenes de su entrenador.

Una vez finalizada su primera jornada en el agua, asiste al gimnasio desde las 10:30 hasta las 11:30 o el medio día (este horario varía según su rutina de ejercicios). Posteriormente almuerza y de las 2:00 a las 4:00 la tarde tiene otra jornada en la piscina. Finalmente, se cambia y sobre las 4:30 emprende camino a casa. Allí llega a las 6:00 p.m. aproximadamente, cena y se dispone a descansar con el objetivo de recobrar energía y prepararse para una nueva jornada de entrenamiento.

El medallista olímpico, Michael Phelps, y el nadador paralímpico, Daniel Serrano, son su ejemplo a seguir. Ellos inspiran con sus logros a González para sobreponerse de los momentos difíciles y seguir enfocada en su gran sueño. –“Mi objetivo es llegar a Tokio 2020, y estoy segura de que lo voy a lograr, porque con trabajo todo se puede”, afirma la joven atleta. Para ella, la discapacidad física nunca ha sido un problema, debido a que su personalidad y sus ganas de salir adelante se sobreponen a cualquier dificultad.

Sin embargo, no todo ha sido alegría a lo largo de su carrera. El 21 de octubre de 2009, su vida tomó un giro inesperado. Ese día murió su mamá. Por esta razón, tanto ella como su familia se vinieron abajo anímicamente. –“No quiero volver a la natación, no quiero volver a saber de nada”, decía la niña que en esa época tenía 10 años. Ese hecho la llevó a retirarse temporalmente del deporte, abandonando las piscinas y alejándose por un tiempo de su pasión.

Eduardo González Laverde y Eduardo González Rodríguez (su padre y su hermano) fueron factores claves para que ella volviera a entrenar. –“Mi familia lo es todo, mi motivación para vivir. El apoyo de ellos es vital, tanto en las buenas como en las malas, ya que si te encuentras en un mal momento ellos te brindan su apoyo, y si te va bien, se ve en las felicitaciones y demás”, agrega.

Desde entonces, Laura Carolina González retomó con disciplina sus entrenamientos y sus ganas de triunfar. Actualmente, con 18 años es Selección Bogotá; así mismo, es nadadora de la Selección Colombia de Paranaotación. –“El orgullo que da cuando te encuentras en el podio, cuando escuchas el himno nacional representando tu país. Esa sensación es indescriptible, simplemente inefable”, asegura la atleta colombiana.



CAPÍTULO XIV

TIRO CON ARCO, UN DEPORTE DE 10 PUNTOS

El tiro con arco, poco a poco, va acogiendo más adeptos en el país. El deporte que combina disciplina, concentración y fuerza, le ha regalado a Colombia gratos reconocimientos en los últimos años. Además, se compite en diferentes categorías y de manera individual o por equipos.

El deporte consiste en lanzar unas flechas a una diana con ayuda de un arco, ya sea compuesto o recurvo. El arquero tiene como meta impactar el centro del blanco para sumar la mayor cantidad de puntos. Las competencias se pueden llevar a cabo en campo abierto o en un escenario cubierto.

En el inicio de la civilización humana era un deporte de caza y guerra entre las diferentes comunidades. El tiro con arco hace parte de los juegos olímpicos desde la edición de 1900, la cual se realizó en París, Francia. Además, este deporte fue uno de los primeros en incluir la participación femenina en la competencia élite. Desde 1904, en los juegos olímpicos de San Luis, hubo presencia de mujeres en esta disciplina.

TIRO CON ARCO EN COLOMBIA

El deporte llegó en 1973 al país, gracias coronel retirado Guillermo Guzmán, quien el año anterior había presenciado la competencia de tiro con arco en los Juegos Olímpicos de Múnich. A partir de ese momento, Guzmán contrató una pareja de arqueros estadounidenses y al entrenador de dicho país, Dwight Nyquist, para que dieran clases en diferentes zonas de Colombia.



Este reportaje fue escrito por **María Camila Castiblanco Amaya**, se publicó en POLIDEPORTES el 20 de diciembre de 2018 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR

<https://polideportes.poligran.edu.co/2018/12/20/tiro-con-arco-un-deporte-de-10-puntos/>

En el año 2001 se creó la Federación de Arqueros de Colombia (Fedearco). El Comité Olímpico colombiano y Coldeportes solicitaron colaboración de la Federación Internacional de Tiro con Arco para la creación de este organismo, con el fin de que esta disciplina tuviera más apoyo y proyección.

Actualmente, Colombia tiene a Sara López como una de las arqueras más importantes a nivel mundial en la modalidad de arco compuesto. Ella se encuentra en la segunda posición del ranking detrás de la turca Yesim Bostan. La risaraldense ha sido campeona del mundo en cuatro ocasiones y en el presente año sumó seis oros en diferentes competencias.

Desde que se creó Fedearco, en el país han surgido paulatinamente varias ligas. A principios de 2018 Colombia contaba con 15. Sin embargo, en los últimos meses Cundinamarca, Nariño y Atlántico pasaron de ser pro-ligas a ligas avaladas por la federación. De esta manera, en el país hay 18 ligas.

MODALIDADES DEL TIRO CON ARCO

En la competencia del tiro con arco los deportistas se especializan en dos tipos de arcos: recurvo y compuesto. Dentro de estos dos modelos están cuatro categorías en las que hombres y mujeres participan: mayores, juveniles, cadetes y seniors.

ARCO RECURVO

Es similar al arco tradicional, pero en sus puntas tiene una curvatura provocando que el lanzamiento de la flecha sea más rápida y precisa. Está hecho con materiales como la madera y la fibra de carbono.

El arco recurvo es el que se utiliza para las competencias olímpicas. La diana a la que disparan los arqueros tiene una medida de 122 cm de diámetro. En los diferentes torneos hay dos tipos de distancias dependiendo de las categorías:

70 metros: mayores y juveniles

60 metros: cadetes y seniors.

ARCO COMPUESTO

La principal característica de este arco es la presencia de dos poleas en sus extremos. Así mismo, está fabricado con laminados similares al arco recurvo. Por ejemplo, combina materiales naturales y sintéticos, como la madera y el laminado de vidrio.

Cuenta con una mira con *scope*, es decir, un lente de aumento para que el arquero pueda tener mayor precisión al momento de lanzar la flecha. Sin embargo, por tener esa característica el objetivo es reducido, pues la diana en el arco compuesto mide 80 cm de diámetro. En todas las categorías los arqueros deben lanzar desde una distancia de 50 metros.

LAS PROMESAS DEL TIRO CON ARCO

En la Liga de Bogotá, Juana Catalina Pineda y William Santiago Guáqueta son jóvenes arqueros que están en proyección. Ellos han tenido experiencias en diferentes competencias. Una de esas fue el Panamericano de Tiro con Arco que se desarrolló en Medellín el pasado mes de agosto de 2018. Catalina Pineda se especializa en el arco recurvo, mientras que Santiago Guáqueta en arco compuesto.



Este reportaje fue escrito por **María Camila Castiblanco Amaya**, se publicó en POLIDEPORTES el 20 de diciembre de 2018 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR

<https://polideportes.poligran.edu.co/2018/12/20/tiro-con-arco-un-deporte-de-10-puntos/>



CAPÍTULO XV

JHORMARY ROJAS CAMINO AL PÓKER

Jhormary está en búsqueda de su cuarto campeonato mundial en la modalidad de *poomsaes* (figuras), en taekwondo. Esta bogotana nació el 30 de agosto de 1981. Con 142 centímetros de estatura y 54 kilos ya cuenta con tres campeonatos mundiales en su palmarés.

Su familia nunca contempló su llegada al taekwondo. Cuando era niña ingresó a los *boy scout*, practicó natación y gimnasia, pero nunca de manera profesional. Solo fue hasta el 2005 (a sus 24 años), que decidió ingresar al mundo de las artes marciales.

A finales de 2004, un tratamiento médico le produjo a Jhormary quemaduras de segundo grado en su rostro, hecho que la cohibía para salir de su casa. La mayor parte del día veía el mundo a través de una ventana.

Uno de sus primos ingresó a un curso vacacional en una academia de artes marciales. En ocasiones, ella lo acompañaba y permanecía allí durante toda la inducción, siendo esas las pocas veces que abandonaba el refugio de su hogar.

Durante diciembre y enero, con el propósito de integrarla y hacerla olvidar de sus quemaduras, su primo, el entrenador, los alumnos del curso y su mamá le insistieron para que se animara a entrenar, pero la respuesta de Jhormary siempre era: "Déjame que lo estoy pensando".

La mamá de Jhormary le predecía grandes éxitos deportivos a su hija si se inclinaba por el taekwondo. Toda esa insistencia surtió efecto: en febrero de 2005

aceptó y empezó a entrenar, mismo año en el que la disciplina se estableció a nivel mundial y se creó el Comité de Parataekwondo por parte de la Federación Mundial de Taekwondo (WTF).

EL CRECIMIENTO DEPORTIVO DE JHORMARY ROJAS

Los primeros años en el deporte le ayudaron a potencializar sus talentos, mejoró su concentración, se volvió más disciplinada, fortaleció su equilibrio y su resistencia física.

Jhormary inició practicando las tres modalidades que posee el taekwondo: combate, *kyukpa* (arte de rompimiento) y las *poomsaes* (las figuras, arte de combate imaginario). En mayo de 2008, posterior a superar con éxito todos los exámenes correspondientes, a la atleta bogotana le otorgaron el cinturón negro.

En ese mismo año, en un entrenamiento, Jhormary se fracturó el quinto metatarsiano. Posterior a su lesión, y por recomendación del ortopedista, ella abandonó el combate y el rompimiento, dedicándose exclusivamente a las *poomsaes*. En noviembre de 2011, su entrenador la proyectó para participar en la Copa Navidad, su primer torneo a nivel competitivo.

Una vez venció los nervios del debut, compitió y ganó la medalla de oro. La primera de su palmarés. A nivel internacional, en febrero de 2012, la bogotana debutó en Aguas Calientes – México, donde se vistió de dorado y subió a lo más alto del podio. Desde entonces, con el apoyo y gestión de su mamá, Irma Córdoba, Jhormary trató de participar en todas las competencias posibles, su desempeño la ha llevado a contar con un gran número de galardones envidiable por cualquier deportista. El título más relevante del año 2018 para Jhormary fue la medalla de oro en el Panamericano celebrado en Spokane, Estados Unidos, en el mes de junio.

CAMPEONATOS DEL MUNDO Y ANHELO OLÍMPICO

Desde sus inicios en 2005, el parataekwondo se enfocó principalmente en la modalidad de combate. En 2009 se celebró el primer campeonato mundial de parataekwondo disputado en Bakú, Azerbaiyán, pero solo fue hasta 2014 que, en la quinta versión de esta competencia, se decidió incluir por primera vez la modalidad de *poomsaes*. Jhormary siempre había estado muy pendiente del proceso de la inclusión de su modalidad en los campeonatos del mundo. Una vez se enteró no dejaba de decir:

– Tengo que ir al mundial. Tengo que ir a Moscú. Tengo que ir al mundial.

Su mamá, con calculadora en mano y presupuestando los costos del viaje, de la manera más realista afirmó:

– ¡Imposible!, eso sale carísimo.

Sin embargo, la tenacidad y perseverancia de Jhormary vencieron nuevamente. Posterior a mucha gestión, lograron el apoyo para ir a competir. Los resultados, primera campeona del mundo de parataekwondo en modalidad *poomsae*. La historia se repitió para las siguientes competencias internacionales y, gracias a la gestión de madre e hija, lograron conseguir los recursos, competir y volver con un logro más.

Se han celebrado tres campeonatos del mundo de parataekwondo que incluyen la modalidad de *poomsae*, y en los tres Rojas se ha proclamado campeona.

Pero ahora lo que ronda en la cabeza de Jhormary es el sueño olímpico. En este aspecto, el parataekwondo ingresará a los Juegos Paralímpicos Tokio 2020 con seis pruebas en la modalidad de combate. La única categoría que participará en esta competición es K44, con los pesos de -61 kg, -75 kg y +75 kg en masculino, mientras que en femenino será en -49 kg, -58 kg y +58 kg.

Hasta ahora, únicamente se había tenido en cuenta esta disciplina en el proceso olímpico para una exhibición en Seúl 88 y Barcelona 92. En cuanto al *poomsae*, Andrew Parsons, presidente del Comité Paralímpico Internacional (CPI), aseguró que a inicios del 2019 la junta directiva del Comité Paralímpico Internacional se reunirá en Alemania para decidir si el taekwondo en la modalidad de *poomsae* ingresa al programa de los Juegos Paralímpicos de París 2024.

A OTRO NIVEL

En la actualidad, Jhormary está mentalizada en perfeccionar sus mejores figuras, en trabajar sus falencias y obtener el póker (su cuarto título mundial). Para lograrlo entrena tres veces al día: en la mañana con Angie Uribe, su preparadora física; al medio día lo hace en su casa, de manera autónoma; y en la noche practica con Irma Córdoba, su mamá, quien es su entrenadora personal.

Al ver que su hija ya estaba “a otro nivel”, y que en las academias convencionales el tiempo no era el suficiente para su entrenamiento, Irma adaptó la sala de su casa como un gimnasio para la práctica del taekwondo (suelo especial -piso de tatami-, espejos, entre otros). Igualmente, decidió empezar a estudiar una especialización deportiva. “Yo conozco bien sus virtudes y falencias. Le potencializo lo bueno, mientras que le corrijo sus errores”, aseguró la entrenadora.

LA ANSIEDAD DE UN NUEVO CAMPEONATO

Regularmente, los deportistas experimentan una serie de sentimientos al momento de asumir una nueva competencia: el nerviosismo, la angustia y la ansiedad se hacen presentes, pero el sentimiento que hoy afronta Jhormary Rojas es debido a algo extradeportivo.



Este reportaje fue escrito por **Jefferson David Ramírez Castillo**, se publicó en POLIDEPORTES el 30 de enero de 2019 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2019/01/30/jhormary-rojas-camino-al-poker/>

Su ansiedad se debe al no estar segura de poder competir en el próximo Campeonato Mundial programado para el 5 y 6 de febrero de 2019 en Antalya, Turquía. Aunque es la más opcionada para quedarse con el oro, aún no tiene los recursos económicos para poder viajar y competir. Sin embargo, Jhormary no pierde la esperanza. Anhela conseguir el apoyo y así darle un campeonato mundial más a Colombia.

“¿De qué sirve tener sueños, si no sueñas en inspirar a otros?” Esta es la consigna de Jhormary para entrenar diariamente y dar lo mejor de sí. A ella la hace feliz el inspirar a los demás. El demostrarle al mundo que con esfuerzo y disciplina se pueden cumplir los sueños. Incluso si se vive con un trastorno genético, como el que ella tiene, el síndrome de Turner, que le generó discapacidad cognitiva.



CAPÍTULO XVI

POLE DANCE, PRÁCTICA DEPORTIVA

El *pole dance* o *pole sport* es una disciplina para hombres y mujeres que exige flexibilidad, fuerza, equilibrio y resistencia; combina el yoga, la danza y los pilates. Se puede llegar a quemar entre 300 y 800 calorías por clase, permite tonificar y bajar de peso debido a que se trabajan todas las partes del cuerpo y no se requiere ser un experto para practicarlo.

La ropa que se debe usar es: una camiseta y un *short*, debido a que permite mejor el agarre del *pole* o barra, por lo que es imposible practicarlo con *leggings* y camisetas de mangas largas.

En 2012 se llevó a cabo el primer campeonato mundial organizado por la Federación Internacional de Pole Sport; desde ese año se ha ido realizando anualmente y la primera vez que Colombia asistió fue en Inglaterra 2014; ese mismo año se dio el primer Campeonato nacional de Pole Sport Colombia en Medellín, Antioquia, organizado por la Federación Colombiana de Pole Sport y el premio fue asistir al mundial.

FEDERACIÓN COLOMBIANA DE POLE SPORT

La Federación Colombiana de Pole Sport, la cual se empezó a llamar así desde 2017, pero que fue creada en 2014, es una entidad sin ánimo de lucro que busca que Coldeportes reconozca al *pole sport* como un deporte profesional para llegar a los olímpicos y así poder seguir brindando el apoyo a los atletas a los que hoy en día ayudan económicamente por medio de las donaciones que reciben y los talleres y las actividades que realizan.



La Federación está llevando a cabo un proceso para recibir el apoyo de la Idrd y poder contar con espacios donde se puedan realizar las competencias sin que tengan que pagar un gran costo por la organización del evento. Para lograr que esta entidad los apoye tienen que conformar ligas deportivas con las escuelas en Medellín, Cali y Bogotá.

Cada año organizan el Campeonato nacional de Pole Sport Colombia que cuenta con las categorías de *pole sport* y *artistic pole*. El próximo se realizará el 6 y 7 de abril de 2019 en la ciudad de Medellín, y los ganadores harán parte del mundial que será en Cancún, México, y se espera que crezca la participación de atletas colombianos; esto lo manifiesta Carolina Vega, presidenta de la Federación.

Este año se llevó a cabo el Mundial de Pole Sport en Tarragona, España, donde fueron siete atletas en representación de Colombia y se ganaron tres medallas; Julio César Clevel ganó el oro en la categoría de *ultra pole* – adultos masculinos, bronce para la dupla conformada por Fiorella Cortez y Sebastián Martínez en la categoría *pole sport* – duplas adultos y la tercera medalla fue también de bronce que se la llevó Lucía Sánchez en la categoría *pole sport* – juvenil femenino.

CATEGORÍAS DEL POLE SPORT

Existen tres categorías donde cada atleta demuestra su talento en cada una de ellas.

POLE SPORT:

Es una competencia que está basada en un código de puntos y tiene unos jueces que califican la parte técnica y atlética. Para poder competir se debe pasar un formato con las especificaciones de las figuras que se van a realizar y cada una tiene un puntaje distinto; con base en esto, los jueces tendrán en cuenta la calificación. Esta categoría cuenta con más de 3.000 atletas a nivel mundial y comprenden un rango de edad que va desde los 10 a los 65 años.

ULTRA POLE:

Batalla de atletas quienes compiten en la modalidad de *freestyle*, donde muestran su creatividad y habilidades acrobáticas, en esta categoría se puede empezar a participar desde los 10 años.

ARTISTIC POLE:

Presentación más artística y menos técnica, donde se califica la escenografía, la puesta en escena y la musicalidad; el rango de edad en esta categoría es de 15 a más de 50 años.

POLE SPORT CAMINO A LOS OLÍMPICOS

La IPSF (Federación internacional de Pole Sport), junto con las federaciones de cada país está trabajando para que el *pole sport* sea reconocido como un deporte

profesional a nivel internacional y junto con la Sport Accord están llegando a unos acuerdos para que el Comité Olímpico los reconozca y puedan formar parte de los Juegos Olímpicos de 2024; para esto deben contar con 50 federaciones a nivel mundial, y actualmente cuentan con 30 federaciones y nueve que están en proceso para que los acepten.

Existen 13 escuelas a nivel nacional de *pole sport* que están apoyadas por la Federación: seis de ellas quedan en Bogotá, tres en el Valle del Cauca, dos en Barranquilla, una en Cartagena y una en Envigado.



Este reportaje fue escrito por **Daniela Paola Sánchez Elejalde**, se publicó en POLIDEPORTES el 17 de octubre de 2018 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2018/10/17/pole-dance-practica-deportiva/>



CAPÍTULO XVII

TAEKWONDO EN COLOMBIA

El taekwondo llegó a Colombia a mediados de 1964, cuando empezó a hacer presencia en Latinoamérica con personas provenientes de Corea, entre estas, el maestro Sahn Young Han. El maestro comenzó a dar clases en Bogotá y Medellín, y con esto se inició la expansión de este deporte.

La Federación Colombiana de Teakwondo fue creada en 1978 por el maestro César Antonio Díaz, en la ciudad de Barranquilla. Sin embargo, en 1979 recibió el reconocimiento oficial por parte de Coldeportes. El año pasado, la Universidad Sergio Arboleda y el maestro Kyong Yuk Lee crean el primer diplomado para instructores de taekwondo.

Finalmente, el logro más importante conseguido por un colombiano fue con Óscar Muñoz, en los Juegos Olímpicos de Londres en 2012, ganando una medalla de bronce.

En Colombia existen 32 ligas de Taekwondo, entre las que resaltan Bogotá, Medellín y Atlántico. En cuanto a la Liga de Bogotá, cuenta con 51 equipos.

Los entrenadores de la Liga de Bogotá son:

- Hugo Rubio, entrenador de *poomsae*.
- Gino Salcedo, entrenador de mayores combate.
- Marlon Cuervo, entrenador de junior de combate y entrenador Escuela Liga.
- Gustavo Casas, entrenador Escuela Liga.



Este reportaje fue escrito por **Julián David Peña Martínez**, se publicó en POLIDEPORTES el 1 de agosto de 2018 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2018/08/01/taekwondo-en-colombia/>

En junio de 2017 se llevó a cabo el Mundial de Taekwondo y Colombia participó con 13 deportistas en distintas categorías. Andrea Ramírez, Camila Rodríguez, Laura García, Ginessa Archila, Lucero Gómez, Katherine Dumar, Sandra Vanegas, Jessica Bravo, en la categoría femenina.

Por la categoría masculina participaron: Zamir Holguín, Román Mosquera, Álvaro Gómez, Miguel Ángel Trejos y Néyder Lozano.

Jehison Mateus representa a la Liga de Bogotá desde hace 4 años, compitió en la Copa Federación en 2015, 2016 y 2017, ganando medallas de oro y plata durante las ediciones de dicha competencia. También representó a Colombia en el US Open de Taekwondo, en modalidades combate y *poomsae* junior de cinturones negros.

“Acá en Colombia el nivel en general ha subido mucho y eso se nota por la competencia que hay en los campeonatos nacionales, ahora cualquiera puede ganar”, expresa Jehison sobre el nivel actual del Taekwondo en nuestro país.

“A nivel personal, las ligas más competitivas son Bogotá, Casanare, Boyacá y Antioquia. En un futuro aspiro clasificar a los juegos nacionales y ganarlos, y con mucho compromiso y dedicación clasificar a los Olímpicos 2024”.

EL TAEKWONDO, UN DEPORTE DE INCLUSIÓN

Sin embargo, el taekwondo va más allá de un deporte. Bogotá es el pionero en hacer de este una actividad de inclusión, sin importar distintas necesidades, condiciones y situaciones de los estudiantes, eliminando las barreras físicas.

Son más de 13 mil niñas, niños, jóvenes y adultos en condición de discapacidad y talentos excepcionales que son beneficiados con algún tipo de actividad, incluyendo el taekwondo.

Por ejemplo, en Engativá existe la única escuela de taekwondo del distrito para niñas, niños y jóvenes que padecen de alguna discapacidad. Sin embargo, tienen cualidades que los hace aún más grandes, como la agudeza auditiva, la agilidad motora y la fuerza. En total son 22 niños que conforman esta escuela.



CAPÍTULO XVIII

EL VOLEIBOL EN COLOMBIA

La primera vez que el voleibol entró como disciplina en los Juegos Deportivos Nacionales fue en el año 1941, en la ciudad de Bucaramanga.

Por otra parte, ya creada la Federación, en el año 1955 se da inicio al primer Campeonato Nacional de Voleibol, torneo que ganó el departamento de Cundinamarca.

Con el transcurrir del tiempo, el voleibol a nivel nacional se posiciona de manera importante en las ligas regionales. Empiezan a mostrar sus fortalezas las zonas del Pacífico colombiano, el centro del país y la zona entre Antioquia y Chocó.

De allí el posicionamiento de tres selecciones regionales principalmente: la Selección de Bogotá, la Selección del Valle del Cauca y la Selección de Antioquia.

La Federación Colombiana de Voleibol (FCV) surge como institución el día 25 de marzo de 1955, bajo la presidencia de José Mosser. Como antecedente histórico, había una Asociación Colombiana de Voleibol fundada en 1938 y de la que hacían parte las ligas departamentales de Cundinamarca, Boyacá, Santander y Chocó.

SELECCIÓN DE BOGOTÁ

La Selección de Bogotá tomó protagonismo en el ámbito nacional del voleibol con algunas victorias en la década de los 90 y principios del 2000. Pero ya en la presente década el nivel ha ido en declive. En los Juegos Deportivos Nacionales de 2012 (Popayán) y 2015 (Ibagué), no lograron sumar medallas.



Este reportaje fue escrito por **Nicolás Espinosa Estévez**, se publicó en POLIDEPORTES el 9 de marzo de 2019 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2019/03/09/voleibol-colombia/>

Sin embargo, el proceso de formación dentro de la capital de la República es bueno, ya que nutre la Selección de 11 clubes:

- Fundación Saludclub
- Universidad Central
- Universidad Inca
- Universidad Nacional
- Universidad ISES
- En zona
- Amigos del Voleibol
- Univol
- Sauzalito
- The Eagles Volley
- Barrio los Naranjos

SELECCIÓN DEL VALLE DEL CAUCA

La Selección del Valle del Cauca se ha caracterizado por ser una de las más constantes en cuanto a su nivel se refiere. Esto desde su fundación en marzo de 1954, y posteriormente con la conformación de la Asociación de Ligas Deportivas del Valle del Cauca, Fedeliva, organización que conforman 53 ligas de carácter deportivo.

Todo este proceso deportivo de alta calidad se ha visto reflejado en la cosecha de 63 títulos a nivel nacional, tanto en campeonatos nacionales como en los Juegos Deportivos Nacionales. En dichas justas alcanzó la medalla de oro en 1996 y 2015.

SELECCIÓN DE ANTIOQUIA

Antioquia es una de las selecciones con mejor presente; en los últimos Juegos Deportivos Nacionales de Ibagué 2015 logró el bronce en la rama masculina y la plata en la rama femenina.

A pesar de caer en un pequeño bache histórico durante finales de la década de 1990, la Liga y la Selección de Antioquia tuvieron un nuevo renacer de la mano de Helder Acevedo como presidente de la Liga. Hasta el día de hoy se mantiene y el nivel formativo es amplio ya que cuenta con 21 clubes que nutren Liga y Selección.

Durante los Juegos Suramericanos de 2018, disputados en Cochabamba, Bolivia, la Liga de Antioquia aportó a la Selección Colombia de Voleibol tres jugadoras: Manuela Vargas, Verónica Pasos y Yuranny Romaña. Más que resultados, el voleibol, como otros deportes, se convierte en una forma de vida.



CAPÍTULO XIX

LOS *E-SPORTS*, MUCHO MÁS QUE UN JUEGO

Los *e-sports*, también conocidos como deportes electrónicos, son un evento tanto cultural como de entretenimiento, y que en los últimos años ha logrado expandirse a gran velocidad, tanto así, que esta industria mueve cifras de dinero y espectadores masivas.

A pesar de que para muchos ya es normal ver este tipo de espectáculos, aún hay público general que le cuesta asumir que haya personas cobrando dinero por jugar videojuegos, y aún más, que personas paguen por verlos jugar; entonces, ¿cómo llegamos a todo esto?

HISTORIA DE LOS E-SPORTS

El primer videojuego fue inventado en 1958, pero fue hasta 1997 cuando ocurrió el primer caso especial; se llevó a cabo el torneo Red Annihilation de Quake, popular videojuego de disparos en primera persona y uno de los títulos más famosos hoy en día.

El torneo se realizó en Atlanta, Estados Unidos, y contó con la participación de 2.000 jugadores de todo el mundo que buscaron alzarse como campeones de dicho evento; al finalizar todo, el ganador fue Dennis "Thresh" Fong, quien se llevó el premio, nada más y nada menos que el Ferrari 328 GTS del cofundador de Quake.

Pasado el torneo, Dennis se consagró como el primer jugador de videojuegos profesional.

Años más tarde, en 1999, el estadounidense Billy Mitchell entró al libro de los Récord Guinness por lograr una puntuación perfecta en Pac-Man, con un total de 3.333.360 puntos. Otro título en el que se destacó fue Donkey Kong, de Arcade.

La fiebre de los juegos invadió a muchas productoras y en la década de los 2000 empezaron a salir varios programas televisivos, como Cybernet, Nintendomanía, Segacción y GamesWatch, cuya temática principal eran los juegos y concursos; estos programas no tuvieron mayor acogida por parte del público.

Lo que impulsó el crecimiento de los videojuegos fueron diferentes plataformas de *stream* o transmisión en directo, tales como Twitch y YouTube Gaming, en los que se juega en vivo mientras las demás personas ven el directo. Los espectadores pueden mantener una conversación vía chat con esa persona.

Más títulos fueron llegando, pero hasta ahora el que mayor impacto y número de jugadores tiene es el juego creado por la compañía Riot Games: League of Legends. Es un popular videojuego gratuito para computadoras que cuenta con más de 30 millones de jugadores a nivel mundial, y que pertenece al género MOBA, que significa Multiplayer Online Battle Arena, y se trata de un tipo de juegos que requieren de estrategia en tiempo real, aumentando la dificultad y destreza necesaria.

A pesar de su popularidad, League of Legends no es el único juego que la gente disfruta ver; otros títulos como StarCraft, Smite y Dota 2 son videojuegos que la comunidad aprecia y que también les gusta jugar. Por otro lado, el segundo tipo de género más famoso son los FPS o First Person Shooter, juegos de disparos en primera persona que sitúan al jugador como un soldado, con objetivos que varían según el juego; algunos de los más famosos son Call Of Duty, Counter Strike, Halo, entre otros.

IMPACTO SOCIAL Y ECONOMÍA DE LOS E-SPORTS

En los últimos años, el impacto que los deportes electrónicos han tenido es increíble. En el año 2011 la final del mundial de League of Legends tuvo 1,7 millones de espectadores; para 2015, 36 millones de espectadores, superando así la serie mundial de béisbol y la final de la NBA, solo el Super Bowl obtuvo más espectadores dicho año.

Para 2017, también se vería superada por el mundial del popular videojuego, el Super Bowl tuvo 103 millones de espectadores, mientras que la final del mundial del MOBA, desarrollado por Riot Games, tuvo 106 millones de espectadores.

No solo este juego creció, Dota 2 también lo hizo e, igualmente, mejoró su economía. The International (el torneo más importante de este juego), tenía una bolsa de 10 millones de dólares en 2014, y para 2017 dejaron a todos sorprendidos, pues ese valor aumentó hasta la cifra de 24 millones de dólares.

Debido a esto, los videojuegos empezaron a llamar la atención de los medios y de grandes empresarios; en 2014, deportistas como Alex Rodríguez y Shaquille O'Neal, además de equipos de fútbol como el PSG y el Schalke 04 ya habían comprado equipos profesionales de *e-sports*; en 2017, el jugador André Gómez se volvió inversionista de la empresa de deportes electrónicos G2 Army.

Hay una pregunta alrededor de todo esto: ¿es rentable ser jugador profesional? La respuesta es sí, y mucho. Según los datos de la página E-Sports Earning, a sus 26 años, el alemán Kuro Takhasomi, mejor conocido como "Kuroky", es el jugador mejor pago del mundo con un sueldo de 3,3 millones de dólares, seguido por sus compañeros de equipo Amer "Miracle" Barqawi y Saahil "UNiVeRsE" Arora, con sueldo de 2,9 millones de dólares cada uno. Los tres fueron ganadores de The International de Dota 2.

Gracias a todas las cifras que mueven los *e-sports*, a diario se ven marcas y empresas que quieren financiar esta escena competitiva de los videojuegos. Según la firma de investigación NewZoo, se calcula que para 2020 los deportes electrónicos generarán 1,5 mil millones de dólares.

Para 2021 se llegaría a la cifra de 3,5 mil millones de dólares. A pesar de que los *e-sports* aún se encuentran lejos de ligas como la MLB, la NBA y la NFL, el punto a favor es que ninguno de esos tres mercados conseguirá duplicar sus ganancias en un solo año.

VIABILIDAD DE LOS E-SPORTS

Las personas suelen desconfiar cuando alguien cercano a ellas les dice que entrará a este mundo, pero no hay por qué temer, debemos entender que esto es real y muy rentable, pues no solamente se necesitan jugadores, ya que todo un equipo de *e-sports* profesional está compuesto por:

- Managers
- Comentaristas
- Marketing y comunicación
- Periodistas
- Diseñadores
- Camarógrafos
- Relaciones públicas
- Analistas
- Youtubers
- Psicólogos
- Entrenadores
- Médicos

¿LOS JUGADORES SON CONSIDERADOS DEPORTISTAS?

Una de las críticas más comunes hacia los videojugadores es si pueden ser llamados deportistas, pues múltiples programas de noticias, e incluso cadenas deportivas como el programa de Jimmy Kimmel y Te Lo Cuento Al Momento, afirman que son simplemente juegos, que no deberían ser llamados deportistas y que un juego no debe ser emitido en una cadena deportiva.

Primero hay que definir dos conceptos, deportista y atleta; un atleta está ligado a cuatro pilares fundamentales: resistencia, fuerza, flexibilidad y velocidad. Mientras que un deportista es alguien que realiza actividad física, un deporte.

Por ejemplo, el ajedrez y el póker son considerados deportes debido al ingenio que se emplea, al ejercicio que realiza el cerebro. Ese mismo concepto aplica en los *e-sports*, el uso de estrategia y toda la capacidad cerebral son las herramientas para derrotar al rival.

En Alemania, el grupo de médicos del Schalke 04 llevó a cabo una investigación para determinar si el título de "deportista" está bien empleado con ellos. Después de una partida que jugaron los sujetos de prueba se les midió el nivel de cortisol de la saliva, esta sustancia ayuda a calcular cuál es la cantidad de estrés que soportan los jugadores durante su actividad.

Los niveles son casi los mismos que los que suele soportar un piloto de carreras de la F1. El grupo no se quedó solo con este dato, también calculó las pulsaciones por minuto que tenían los jugadores; tras un tiempo de análisis, los datos reflejaron que, en promedio, las pulsaciones por minuto de un jugador durante puntos de clímax en la partida son de 140 a 160, similares a las que tiene un atleta profesional durante un *sprint*, las cuales pueden ser de 150 a 180.

En universidades como Robert Morris, en Pensilvania, se ha dado becas para que los jóvenes con grandes habilidades en los *e-sports* hagan sus sueños realidad, mientras continúan con sus estudios académicos. Además, el gobierno de los Estados Unidos empezó a reconocer a los jugadores como atletas profesionales y referentes deportivos.

Con todo lo anterior, es correcto afirmar que los jugadores de clubes de deportes electrónicos también son deportistas, pero NO son atletas.

LOS E-SPORTS EN LATINOAMÉRICA

Aunque en continentes como Asia y Europa los *e-sports* son bastante famosos y conocidos, en Latinoamérica aún existe cierta desconfianza con respecto a este tema, ya que no hay la misma visión de inversión, pero a pesar de que haya

muchas cosas malas, no todo es así, hay organizaciones realmente grandes como Lyon Gaming, proveniente de México.

Sus jugadores se coronaron como los reyes del norte, manteniéndose invictos en los torneos de League of Legends por más de tres años. También el grupo conocido como Isurus Gaming o “La escuadra del tiburón”, que en 2019 con un equipo totalmente nuevo logró el bicampeonato de la Liga Movistar Latinoamérica del mismo videojuego y nos representó en el mundial de este año que se lleva a cabo en Europa.

Esta organización cuenta con equipos en juegos como Counter Strike y Rainbow Six Siege; además, tiene también división de equipos femeninos para cada juego en el que participan. Ya que hablamos de las mujeres, los cuatro mejores equipos de *e-sports* femeninos son: Isurus Gaming, Gen G, RES Gaming y Team Secret.

La inclusión de las mujeres ha sido un proceso largo, y más en Latinoamérica, donde el pensamiento machista de que “los videojuegos son para hombres” ha impedido el crecimiento de este segmento, pero los equipos de *e-sports* le apuestan al talento del género femenino.

Con la llegada del fenómeno a nuestra región, países como Argentina, Chile, Colombia y Brasil crearon lo que se conoce como las LVP (Liga de Videojuegos Profesional), en ellas, entran todos los juegos que se consideren competitivos y hay que estar afiliado a una organización o crear su propio equipo para participar y demostrar por qué se merecen el título de vencedores.

Los *e-sports* son un deporte, uno de tantos que reúne a millones y millones de personas de forma presencial y virtual para disfrutar del espectáculo. Un deporte que puede transmitir tristeza y frustración cuando tu equipo pierde, un deporte que trae alegrías cuando todo sale como esperabas.



Este reportaje fue escrito por **David Santiago López Barreto**, se publicó en POLIDEPORTES el 21 de marzo de 2020 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2020/03/21/los-e-sports-mucho-mas-que-un-juego/>



CAPÍTULO XX

HOYO EN UNO: EL GOLF, LA MEJOR JUGADA DE LOS JÓVENES

Precisión es la palabra que caracteriza al golf por encima de otros deportes. Su origen exacto es desconocido, pero sus primeros pasos se registran en el Reino Unido durante 1744 y 1745. Se dice que en esta época solo los reyes y los nobles podían practicarlo, los campesinos se encargaban de limpiar los implementos, además de organizar el campo de juego.

Desde comienzos del siglo XX el golf empezó a tener una fuerte influencia en toda Europa, tanto así que en 1900 ingresó oficialmente como deporte olímpico en los juegos que celebraron en París ese año, y nuevamente participó en San Louis 1904. Aunque después, por todos los problemas que empezó a vivir el mundo a lo largo de su historia, el golf dejó de participar y regresó después de 112 años en Río 2016.

Durante el siglo XX, el golf vivió el mejor momento de toda su historia y llegó a diferentes países del mundo, uno de estos fue Colombia.

EL JUEGO DEL GOLF

El golf es un deporte que consiste en introducir una pequeña pelota en hoyos que están distribuidos en un campo con superficie de césped. Para esto se usan palos de madera o hierro que tienen diferentes características que van variando entre sí, como pueden ser: peso, longitud y ángulos.

En el golf existen dos modalidades de juego de suma importancia:

Medal play: consiste en la medición de puntos a través del total de golpes realizados por los golfistas. De esta forma se determina al ganador.

Scramble: consiste en un juego de parejas que se mide de la misma forma que el medal play.

Como referencia, los campos de golf se dividen en dos categorías:

Campo profesional: según las normas de USGA (United States Golf Association) es aquel donde la suma de las distancias totales de los 18 hoyos —midiendo estas desde la salida de las marcas negras de los **tees** de salida— sobrepasan las 7.000 yardas (6.400,80 metros).

Campo turístico-ejecutivo: son los que no sobrepasan las 7.000 yardas (6.400,80 metros).

En el golf existe un modelo de puntuación llamado hándicap, el cual consiste en la valoración del nivel de juego de un jugador de golf amateur. Hace referencia al número de golpes, generalmente por encima, que un jugador amateur realiza en un recorrido, respecto al "par del campo" o número de golpes estipulado. Este puntaje le da al golfista determinada posición o "ventaja" para el próximo campeonato que dispute; es decir, su nivel aumenta y es destacado por encima del de otros golfistas.

ECONOMÍA Y ESTATUS

En Colombia, el golf es un deporte poco común dentro de la ciudadanía, pues existe el concepto de que el costo de practicarlo es alto. A nivel mundial se registra que este deporte factura anualmente un total de 2.000 millones de euros en eventos, campeonatos y sobre todo en la venta de sus implementos, donde Europa Oeste y Estados Unidos son los que más facturan.

Los implementos del golf son básicos: una gorra, camisa, pantalón deportivo, zapatillas, palos, pelotas, tallas y guantes. Los costos de estos varían según la edad y/o posición del golfista. Pues bien, el que empiece a practicarlo puede arrancar incluso con implementos de segundo mano, aunque corre el riesgo de que sus implementos no sean de alta calidad para tener mejores resultados.

La vestimenta inicial del golfista puede llegar a costar 517.000 pesos, donde están incluidos la camisa (49.000), el pantalón (170.000), zapatillas (270.000) y los guantes (28.000). Pero este precio puede aumentar según la marca o calidad que dese adquirir el golfista.

Por otro lado, los implementos de juego tienen un costo diferente, pues aquí aplica sí o sí el estado de nivel en el que se encuentre el deportista. Para el que inicia (en especial los más jóvenes), el adquirir la tallea con el equipo completo

tiene un costo alrededor de \$1.600.000. Ya si desea adquirirlo de segunda mano le puede llegar a valer \$1.000.000. Pero al igual que la ropa, los precios cambian según el nivel y el lugar de hándicap que tenga el golfista (estos costos corresponden a los valores investigados en el año 2019).

Hasta hace muy poco, para jugar golf se requería pertenecer a un club social cuyo ingreso estaba restringido a la clase adinerada de la sociedad. Solo existía un campo público en Bogotá, ubicado en el parque La Florida, en la localidad de Engativá.

Actualmente existen una gran cantidad de lugares para empezar a ejercer el golf en Colombia. El principal es el campo público de la Federación Colombiana de Golf, ubicado en Bogotá, en la localidad de Barrios Unidos, cerca al Salitre. La mayoría de los campos se encuentran a las afueras de la ciudad, siendo clubes privados que cobran determinada mensualidad.

EL DESARROLLO DEL GOLF EN LOS JÓVENES

Al empezar se debe tener en cuenta que el golf es un mundo de opiniones que constantemente opacarán la idea de empezar a practicarlo. La persona que inicie en este mundo debe tener constancia y orientación, pues los resultados en un mundo tan amplio de información y oportunidades no llega de un día para otro. Todos están dispuestos a ayudar, pero siempre depende de sí mismo.

La Fedegolf no solo ha concentrado su apoyo logístico y deportivo en cada uno de los 49 clubes afiliados en todo el país, sino que se ha abierto a la posibilidad de beneficiar a los distintos practicantes de nuestra disciplina a nivel nacional. En estos últimos años la Federación ha otorgado becas a jugadores que se han destacado en lo deportivo y personal, para que en diferentes academias, como IMG en Estados Unidos, complementen sus técnicas en la práctica del golf.

Por su parte, las entidades cercanas a la Fedegolf se encargan de equipar a los deportistas que empiezan y ejercen el golf como estilo de vida, dándole un subsidio deportivo, para que el joven pueda empezar a ganar gracias a este deporte.

Desde muy pequeños los golfistas entrenan y practican este deporte, pues es una modalidad que no contiene un límite de edad. El golfista adquiere bastante elasticidad en torno a las prácticas que realiza, pero para acelerar este tipo de procesos se debe tener dieta balanceada que no genere mucho aumento de grasas (vegetales y carnes frías), y mantener un buen estado físico con el ejercicio en casa o gimnasio.

El entrenamiento de un golfista debe mantener en forma su cuerpo y desarrollar mucha resistencia, pero cada deportista tiene un plan de entrenamiento diferente dependiendo de sus necesidades y características.



Este reportaje fue escrito por **José Ever Villanueva Montealegre**, se publicó en POLIDEPORTES el 11 de mayo de 2019 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2019/05/11/hoyo-en-uno-el-golf-la-mejor-jugada-de-los-jovenes/>



CAPÍTULO XXI DOMA ECUESTRE O ADIESTRAMIENTO

La doma ecuestre es la armonía entre jinete y caballo. Se logra gracias a la destreza del equitador y su pericia para conseguir que el equino obedezca cada una de las órdenes. Este deporte genera todo un espectáculo para el público.

Tanto montador ecuestre como animal necesitan de un entrenamiento, unos cuidados y, por encima de todo, un entendimiento de equipo. Los dos trabajan juntos para lograr su objetivo que es la perfección en la arena.

La doma ecuestre es la disciplina que muestra la máxima expresión de adiestramiento equino. El objetivo es el desarrollo del caballo por medio de un entrenamiento racional, metódico y equilibrado. Utilizando esta dinámica, el jinete logra que el caballo ejecute sus órdenes con armonía y equilibrio. La doma hace parte de las tres categorías de la modalidad olímpica, las otras dos son salto y prueba completa.

En la doma el caballo se vuelve ágil, elástico, tranquilo o flexible. Este cuadrúpedo se hace más confiado y atento a las órdenes del jinete a medida que pasa el tiempo, hasta el punto de llegar a un binomio perfecto entre estos dos.

Estas pruebas de adiestramiento se llevan a cabo en una pista o rectángulo, en el cual se ubican unas letras como coordenadas. Existen varios tamaños de pista: la pequeña, de 40×20 metros, usada para los niveles más bajos de adiestramiento; y la estándar, de 60×20 metros.



Este reportaje fue escrito por **Gustavo Andrés Roa Sánchez**, se publicó en POLIDEPORTES el 15 de abril de 2018 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2018/04/15/doma-ecuestre-o-adiestramiento/>

Al inicio de las competencias los jinetes se deben detener para saludar, mientras que el caballo permanece con las patas alineadas e inmóviles. Todos los equinos están vestidos y engalanados.

DOMA ECUESTRE PARAOLÍMPICA

Los principios y el reglamento de la doma paraecuestre son los mismos que los de la doma clásica; lo único que varía son las categorías, ya que en la doma paraecuestre se ven diferentes tipos de discapacidades. Se cuenta con seis diferentes, que van en función de la discapacidad y la posibilidad del jinete a la hora de practicar la doma.

La doma paraolímpica inició su participación en los Juegos Paraolímpicos de Atlanta en 1996. Junto con el enganche, la doma hace parte de los Paraolímpicos de Hípica.

La pista también varía en las diferentes categorías de la doma paraolímpica. En los grados I, II, III y VI a la pista es de 20x40 metros. En los grados IV, V y VIb es de 20x60 metros.

En la doma clásica y la doma paraecuestre la rutina será calificada por hasta cinco jurados y la puntuación va de 1 a 10.

EL PATRULLERO MUÑOZ, DOMADOR PARAECUESTRE

Se halló en Bogotá un representante de esta disciplina originaria de la Grecia antigua. Al llegar a la escuela de equitación policial Coronel Luis Augusto Tello Sánchez, se encontró al patrullero Carlos Muñoz, con su uniforme en perfecto orden, una sonrisa amable y la mano siempre lista para saludar, con sus más de 1,80 de estatura él nos da la bienvenida a su sitio de trabajo y entrenamiento.

Con gran naturalidad y un lenguaje descomplicado muestra con orgullo la escuela, las pesebreras y el campo de adiestramiento equino. El patrullero Muñoz es amante del deporte, ha practicado fútbol, natación, ciclismo de alto rendimiento y también ha incursionado en la doma ecuestre desde el campo paralímpico, esto debido a la violencia que ha vivido Colombia.



CAPÍTULO XXI SELECCIONES QUE NO SE VOLVERÁN A VER EN UN MUNDIAL DE FÚTBOL

Los cambios geopolíticos, sociales y culturales que se viven lo largo de la historia también impactan al balompié y especialmente el Mundial de Fútbol. Equipos nacionales que animaron la mayor fiesta futbolera no volverán a salir a la cancha.

Desde la primera edición del Mundial de Fútbol, disputada en Uruguay en 1930, hay selecciones participantes que por motivos ajenos al balompié ya no existen como tal.

Nueve han sido las selecciones que participaron en ediciones de la Copa del Mundo, que se transformaron o dividieron en otras naciones, lo cual ha generado que su uniforme se cuelgue para no ser visto de nuevo en los gramados.

YUGOSLAVIA

Yugoslavia surge como nación el 3 de octubre de 1929, en el territorio que antes se conocía como Reino de los serbios, croatas y eslovenos.

La selección balcánica fue una de las invitadas a la primera edición del Mundial de Fútbol. Uruguay 1930 acogió 13 selecciones, que se dividieron en cuatro grupos. Yugoslavia hizo parte del grupo 2 junto con Brasil y Bolivia.

En semifinales se enfrentó al anfitrión Uruguay. En dicho partido cayó por un marcador de 6-1 a favor de los uruguayos, que serían los campeones.

Los balcánicos volvieron a aparecer en la edición de 1950, en la que hicieron parte del grupo 1 junto con Brasil, Suiza y México.

Esta edición es recordada por el 'Maracanazo', en el que la selección de Uruguay consiguió su segundo título, esta vez en tierras brasileras.

En Suiza 1954 y Suecia 1958, Yugoslavia accedió hasta la ronda de los cuartos de final.

A partir de Suiza 1954 el torneo se empezó a disputar con 16 equipos, por lo cual clasificaban los dos primeros de cada grupo.

Una nueva aparición de esta selección fue en Suecia 1958. En la instancia de cuartos de final Yugoslavia fue eliminada por Alemania Federal en ambas ediciones 2 – 0 y 1 – 0 respectivamente.

En Chile 1962 los balcánicos lograron igualar su mejor presentación en una Copa del Mundo llegando a las semifinales.

En cuartos de final tuvieron revancha frente Alemania Federal, ganaron 1- 0. En semifinales cayeron 3 – 1 frente a Checoslovaquia. En el partido por el tercer puesto perdieron 1 – 0 contra el anfitrión Chile. En Alemania 1974, Yugoslavia llegó a los cuartos de final. En los cuartos de final hizo parte del grupo B, quedando última sin posibilidad de acceder a la final.

España 1982 contó con la participación de 24 selecciones, fue el penúltimo Mundial de Fútbol donde apareció como tal la selección de Yugoslavia. No lograron avanzar de la fase de grupos.

En Italia 1990 se tuvo la oportunidad de ver por última vez a la selección de Yugoslavia en un mundial de fútbol. Los balcánicos avanzaron hasta los cuartos de final. En los octavos de final se enfrentaron a España, derrotando 2 – 1 a los ibéricos. Quedarían eliminados en cuartos de final frente a Argentina con la que empataron a ceros y perdieron en penales 3 – 2.

DESAPARICIÓN

La selección de Yugoslavia dejó de existir en el momento que en territorio balcánico se desató una guerra civil, posterior a la muerte de Josip Broz, mejor conocido como Tito. El máximo líder yugoslavo murió en 1980, y a partir de ahí surgió la duda de quién podría mantener la estabilidad en el territorio.

Con el inicio de las guerras yugoslavas a causa de motivos políticos, étnicos y religiosos, Yugoslavia empezó a perder territorios tales como Croacia, Bosnia y Herzegovina, Eslovenia y Macedonia, quedando solo unidos Serbia y Montenegro.

REPÚBLICA FEDERAL DE YUGOSLAVIA

Producto del conflicto bélico en la península balcánica a inicios de la década de los 90, la República Federal de Yugoslavia, conformada por los territorios de Serbia y Montenegro, conformó su selección de fútbol de cara al único mundial en que aparecerían con este nombre: Francia 1998.

La República Federal de Yugoslavia hizo parte del grupo F junto con Alemania, Irán y Estados Unidos, clasificando como segundo del grupo.

En los octavos de final, los yugoslavos enfrentaron a la selección de Holanda, perdiendo el partido 2 -1.

DESAPARICIÓN

La República Federal de Yugoslavia se disolvió el 4 de febrero de 2003. En este punto el país paso a llamarse Serbia y Montenegro.

SERBIA Y MONTENEGRO

La selección de Serbia y Montenegro accedió por primera y única vez al Mundial de Fútbol de Alemania 2006, haciendo parte del grupo C junto con Argentina, Holanda y Costa de Marfil. Quedó última del grupo y fue la peor selección de la Copa del Mundo.

DESAPARICIÓN

Mediante un plebiscito llevado a cabo el 21 de mayo de 2006, Montenegro logró independizarse de Serbia con un 55,4% de aprobación, declarando su independencia el 3 de junio de ese mismo año, motivo por el cual jugó el Mundial de Alemania 2006 como Serbia y Montenegro, siendo el último torneo oficial.

CHECOESLOVAQUIA

Checoslovaquia, como república, nace en el año 1918, desprendida del territorio conocido como el Imperio Austro-Húngaro.

La primera participación de la selección de Checoslovaquia en un Mundial de Fútbol fue en Italia 1934, llegando a ser subcampeón. Recordemos que en esta edición de la copa no hubo fase de grupos, arrancando con eliminación directa desde los octavos de final.

Checoslovaquia enfrentó a Rumania, partido que ganó 2 – 1 para avanzar a los cuartos de final. En esta fase venció 3 – 2 a Suiza para clasificar a las semifinales. Ya en esta ronda tuvo como rival a Alemania, que derrotó 3 – 1 para llegar a la final. En el partido definitivo perdió 2 – 1 con el anfitrión Italia.

Checoslovaquia clasificó de manera consecutiva al Mundial de Francia 1938. En esta edición llegó hasta los cuartos de final. El formato de eliminación directa se mantuvo también en esta oportunidad.

Los checoslovacos enfrentaron en los octavos de final a Holanda, partido que ganaron 3 – 0. En los cuartos de final perdieron contra Brasil luego de empatar 1 – 1 en la tanda de penales 2 – 1.

En los mundiales de Suiza 1954 y Suecia 1958, Checoslovaquia no logró superar la fase de grupos. En el partido de desempate Checoslovaquia perdió 2 – 1 frente a Irlanda del Norte.

En Chile 1962, Checoslovaquia logró su segundo subcampeonato en la historia. Hizo parte del grupo 3 junto con Brasil, México y España.

Ya en cuartos de final venció 1 – 0 a Hungría. En semifinales su rival fue Yugoslavia, al que vencieron 3 – 1. En la final perdieron contra Brasil 3 – 1.

Tanto en México 1970 como en España 1982 los checoslovacos no lograron pasar de la fase de grupos.

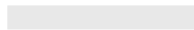
El Mundial de Fútbol de Italia 1990 fue el último que vio a la selección de Checoslovaquia en el máximo escenario del balompié. Allí lograron avanzar hasta los cuartos de final.

DESAPARICIÓN



El 1 de enero de 1993, mediante la firma de un acuerdo y de manera pacífica se acordó dividir el territorio de Checoslovaquia en República Checa y Eslovaquia.

INDIAS ORIENTALES NEERLANDESAS



Esta colonia holandesa tuvo su primera y única participación en un mundial de fútbol en Francia 1938, siendo el primer representante de Asia en una Copa del Mundo.

En el sistema de eliminación directa enfrentó en los octavos de final a Hungría, cayendo con un 6 – 0.

DESAPARICIÓN

Siendo una colonia holandesa desde el siglo XIX, fue hasta 1942 durante la Segunda Guerra Mundial que gracias a la invasión japonesa logró su independencia de Holanda. Finalmente, en 1945 se independizó y pasó a llamarse Indonesia, como se le conoce actualmente.

ZAIRE

La República de Zaire fue proclamada por el general congoleño Mobutu Sese Seko, debido a la inestabilidad en el Congo desde 1960 a 1965. En 1971 el mismo Mobutu Sese Seko fue elegido presidente y le dio al país el nombre de Zaire.

La Selección de Zaire participó por primera y única vez en el Mundial de Fútbol de Alemania 1974. Hizo parte del grupo 2 junto con Yugoslavia, Brasil y Escocia.

DESAPARICIÓN

La Guerra del Congo terminó en 1997 y el dictador de Zaire Mobutu Sese Seko fue derrocado. De esa manera asumió el poder Laurent-Désiré Kabila, líder guerrillero que proclamó el territorio como República Democrática del Congo.

UNIÓN SOVIÉTICA

Como estado federal se consolida en diciembre de 1922, luego de la Revolución Bolchevique, que tuvo como principal objetivo la caída del Imperio Ruso.

La Selección de la Unión Soviética hizo presencia por primera vez en un Mundial de Fútbol en Suecia 1958. En esta edición llegó hasta los cuartos de final, de igual manera en Chile 1962.

En el 58 los soviéticos tuvieron que jugar un partido de desempate contra Inglaterra, encuentro que ganaron 1 – 0. En cuartos de final se enfrentaron a la selección de Suecia, partido en el perdieron con un marcador de 2 – 0.

En el 62 se dio el empate entre Colombia y la Unión Soviética 4 – 4, recordado también por el gol olímpico que marcó Marcos Coll, único en la historia de los mundiales a la fecha. En los cuartos de final los soviéticos enfrentaron al anfitrión Chile, con el que perdieron con un marcador de 2 – 1.

Inglaterra 1966 fue el tercer mundial de manera consecutiva para la Unión Soviética y su mejor participación llegando a las semifinales. En los cuartos de

final vencieron 2 – 1 a la selección de Hungría. Ya en semifinales se enfrentaron a Alemania Federal, cayendo con un resultado de 2 – 1.

Con México 1970 los soviéticos cortarían una racha de clasificaciones consecutivas a la Copa del Mundo. En los cuartos de final la Unión Soviética cayó con su similar de Uruguay con un marcador de 1 – 0.

La Unión Soviética volvió a un Mundial de Fútbol en España 1982, del mismo modo clasificó a México 1986 e Italia 1990, que sería su última Copa del Mundo antes de su desaparición.

En el 82 clasificó a la segunda fase, en la que los soviéticos quedaron eliminados al ocupar la segunda posición.

En tierras mexicanas, en el 86, la Unión Soviética avanzó hasta la fase de octavos de final y formó parte del grupo C. En un partido que se fue hasta el tiempo extra, Bélgica venció 4 – 3 a la Unión Soviética en los octavos de final.

Italia 90 fue el último Mundial de Fútbol que disputó la Unión Soviética bajo ese nombre, antes de su disolución en 1991.

DESAPARICIÓN

La Perestroika fue una reforma estructural a la economía de la Unión Soviética para salvarla de la crisis que venía sufriendo. Esta medida fue impulsada por el último presidente que tuvo la URSS, Mijaíl Gorbachov. Este proceso no fue próspero y llevó a que muchos de los territorios que pertenecían a la Unión Soviética declararan su independencia. El 25 de diciembre de 1991 Gorbachov renunció a su cargo como presidente de la URSS, dando paso al primer presidente de la Federación Rusa, Boris Yeltsin.

De la disolución de la Unión Soviética quedaron los siguientes países: Rusia, Estonia, Letonia, Lituania, Georgia, Moldavia, Bielorrusia, Ucrania, Armenia, Azerbaiyán, Kazajistán, Uzbekistán, Turkmenistán, Kirguistán y Tayikistán.

ALEMANIA DEMOCRÁTICA

Este país nace como consecuencia de la derrota de la Alemania nazi en la Segunda Guerra Mundial. Alemania Democrática o Alemania del Este fue la porción del territorio alemán ocupado por los soviéticos.

Alemania Democrática tuvo una sola participación en el Mundial de Fútbol; lo hizo en Alemania Federal 1974. Esto se convirtió en un hito dentro de la historia por la situación política y social entre ambas Alemanias producto de su división. Fue la única oportunidad en la historia de los mundiales que se enfrentaron en

un partido Alemania Democrática y Alemania Federal, resultado 1 – 0 a favor de los democráticos, que resultó sorpresivo por la superioridad de los federales históricamente. Ya en la segunda ronda de este Mundial, Alemania Democrática hizo parte del grupo A, del cual quedó eliminada.

DESAPARICIÓN

El primer paso para la reunificación de las Alemanias fue la caída del Muro de Berlín el 9 de noviembre de 1989. Finalmente se dio por completo la desaparición de Alemania Democrática el 3 de octubre de 1990, con la firma del Tratado Dos más Cuatro, pactado entre Estados Unidos, Reino Unido, Francia y la Unión Soviética.

ALEMANIA FEDERAL

El 11 de febrero de 1945, lo que era territorio de la Alemania nazi fue dividido por los vencedores de la Guerra. Alemania Federal u Occidental fue el territorio que quedó bajo el control de los Estados Unidos, Francia y Reino Unido.

Alemania Federal no pudo participar del Mundial de Fútbol Brasil 1950, ya que resultó excluida producto de ser uno de los países del eje en la Segunda Guerra Mundial. A partir de Suiza 1954 y hasta su desaparición en Italia 1990 participó en todas las ediciones de la Copa del Mundo, consiguiendo, además, tres títulos.

Alemania Federal debutó en el Mundial de Fútbol de Suiza 1954, donde logró su primer título.

Los federales ganaron el partido de desempate contra Turquía con un marcador de 7 – 2.

En cuartos de final Alemania Federal se enfrentó a Yugoslavia, partido para los alemanes 2 – 0. En semifinales su rival fue Austria que superaron con facilidad 6 – 1. En la final se volvieron a ver con Hungría (en la fase de grupo los húngaros ganaron 8 – 3) cuyo resultado favoreció a los alemanes con un 3 – 2.

En Suecia 1958 Alemania Federal llegaba con la intención de defender el título, pero logró ser cuarto en esta edición.

En cuartos de final los alemanes superaron 1 – 0 a Yugoslavia. En las semifinales cayeron 3 – 1 contra la selección de Suecia. Y en la disputa por el tercer puesto perdieron con Francia 6 – 3.

En el Mundial de Fútbol de Chile 1962, Alemania Federal llegó a los cuartos de final. En los cuartos de final los alemanes cayeron eliminados 1 – 0 por la selección de Yugoslavia.

En Inglaterra 1966 los alemanes lograron llegar nuevamente a la final, aunque esta vez serían los subcampeones. Alemania Federal en los cuartos de final superó a su similar de Uruguay 4 – 0. En las semifinales su rival fue la Unión Soviética al que derrotaron 2 – 1. En una vibrante final, ingleses y alemanes se vieron las caras; al final el resultado dejó campeón a Inglaterra 4 – 2, teniendo que ir al tiempo suplementario.

En México 1970, la Selección de Alemania Federal logró el tercer puesto, siendo superada por Brasil (campeón) e Italia (subcampeón). En los cuartos de final Alemania Federal tuvo su revancha contra Inglaterra, los eliminó 3 – 2. En semifinales Italia les ganó 4 – 3 en el tiempo suplementario. Finalmente se quedaron con el tercer puesto venciendo a Uruguay 1 – 0.

Alemania Federal fue por primera vez anfitriona de un Mundial de Fútbol en 1974. Haciendo valer su localía se quedó con el título, segundo de su historia. En la segunda fase ocuparon el grupo B, junto con Polonia, Yugoslavia y Suecia, consiguiendo la clasificación a la final como el primero del grupo, ganando todos sus partidos. En la final, Alemania Federal consiguió el campeonato al imponerse 2 – 1 a Holanda, la 'Naranja Mecánica'.

En la Copa Mundial de Argentina 1978, Alemania Federal tendría su peor participación, llegando solo a la segunda fase. En la segunda ronda, los alemanes hicieron parte del grupo A, junto con Italia, Holanda y Austria.

Alemania Federal tuvo un resurgir en las siguientes dos ediciones, España 1982 y México 1986, siendo subcampeón en ambas.

En el mundial de Naranja, en la segunda ronda quedó en el grupo B con Inglaterra y España. En semifinales, Alemania Federal empató 3 – 3 con Francia, pero en los penales consiguió la clasificación 5 – 4. Quedaría subcampeón al caer con Italia 3 – 1.

En el mundial de Pique, en octavos de final los alemanes se impusieron 1 – 0 ante Marruecos. En los cuartos de final se enfrentaron a México, con un 0 – 0 en el tiempo reglamentario, en los penales clasificaron 4 – 1. Ya en semifinales su rival fue Francia, que vencieron 2 – 0. El partido de la final fue contra Argentina y aunque muy reñido, los suramericanos se llevaron el título con un 3 – 2.

Italia 1990 fue el último mundial de Alemania Federal, dejando una huella en la historia del fútbol. Iba a ser el campeón de esta edición, consiguiendo su tercera Copa del Mundo. Vale recordar que Colombia consiguió la clasificación a los octavos de final como uno de los mejores terceros, al empatar con Alemania Federal 1 – 1 en los últimos segundos del partido.

Por su parte, Alemania Federal enfrentó en los octavos de final a Holanda, ganándole 2 – 1. En cuartos de final el rival a vencer era Checoslovaquia, resultado favorable para los alemanes 1 – 0. En semifinales, el 1 – 1 contra Inglaterra obligó

ir a los penales, en esta instancia ganaron 4 – 3. Lograron el título al vencer en la final 1 – 0 a Argentina.

DESAPARICIÓN

Al igual que su similar Democrática, Alemania Federal empieza a diluirse en el momento de la caída del Muro de Berlín. Y finalmente deja de llamarse por ese nombre, en el instante que el bloque occidental y la Unión Soviética firman el Tratado Dos más Cuatro, adhiriendo a Alemania Democrática a Alemania Federal. Dicho proceso, conocido como la Reunificación, dio como resultado la República de Alemania.

Como se ve, no es la primera vez que una situación ajena a lo deportivo afecta, de una manera u otra, el mundo del fútbol. En esta oportunidad, lo que pone el reto es la crisis sanitaria mundial debido a la pandemia de la Covid-19. Sin embargo, el fútbol ha sabido sobreponerse ya a diferentes hechos, de los cuales siempre ha salido a flote para seguir ofreciendo espectáculo a los aficionados alrededor del mundo.



Este reportaje fue escrito por **Nicolás Espinosa Estévez**, se publicó en POLIDEPORTES el 29 de marzo de 2020 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

[https://polideportes.
poligran.edu.co/2020/03/29/
selecciones-que-no-se-
volveran-a-ver-en-un-
mundial-de-futbol/](https://polideportes.poligran.edu.co/2020/03/29/selecciones-que-no-se-volveran-a-ver-en-un-mundial-de-futbol/)



CAPÍTULO XXIII

EL DÍA MUNDIAL DE LOS PERIODISTAS DEPORTIVOS

El 2 de julio se conmemora el nacimiento de la Asociación Internacional de Prensa Deportiva (AIPS), así que para este 2020 se cumplen 96 años, celebración que se hace en medio de la pandemia producida por el nuevo coronavirus, Covid-19. Tomando como referencia esta fecha, el 2 de julio se ha instaurado como el día mundial de los periodistas deportivos.

La fecha y la situación han generado que la AIPS plantee para la celebración de este año la primera conferencia virtual, denominada: "¿Covid-19 ha afectado la independencia y el futuro de los periodistas?"

Los Juegos Olímpicos que fueron inmortalizados por la película "Carros de fuego", París 1924, se convirtieron en el escenario propicio para la creación de la asociación profesional que es considerada como el máximo representante de los medios deportivos en el mundo.

El inicio de la AIPS se fundamentó en el compromiso por la defensa de los intereses éticos y condiciones de trabajo; uno de los primeros miembros de la asociación fue Pierre Fredy de Coubertin, el barón de Coubertin, este pedagogo e historiador francés que es considerado como el personaje que inició la versión que hoy conocemos de los Juegos Olímpicos, una mente que pensó el deporte a escala mundial con fines educativos.

Gianni Merlo, presidente de la AIPS, manifestó: "Creemos que reunirnos para enfrentar un momento sin precedentes de nuestra historia será un punto de inflexión para nuestra profesión". También, AIPS América deseó el feliz día con

una foto histórica: "Sobre el ring del Sporting Club de Francia, todos los asistentes al congreso fundacional, de 1974, en París".

En Colombia se encuentra la Asociación Colombiana de Periodistas Deportivos (ACORD), que está afiliada a la AIPS y tiene presencia en el territorio nacional por medio de sus regionales. Una organización sin ánimo de lucro desde donde se celebra esta fecha. La celebración del día del periodista deportivo en Colombia es el 12 de octubre.

EL TRABAJO DE LOS PERIODISTAS DEPORTIVOS

Esta pandemia generó retos para el periodismo, pues en la especialidad de la información deportiva la exigencia fue mayor porque la actividad paró de manera obligatoria, los procesos informativos exigieron de la creatividad y dieron paso a unos contenidos diferentes, pero que debían estar ligados directamente a lo deportivo.

Para el periodista Álvaro Rodríguez, director de POLIDEPORTES, esta época fue una ganancia: "la Covid-19 demostró que lo deportivo necesita una mirada global, se debe pensar la información desde lo político, lo social, lo humano, lo económico, lo cultural y las diferentes miradas que pida la información. En lo deportivo se debe ir más allá del resultado y lo específico de la disciplina. Con la suspensión del fútbol se permitió que los medios hablaran de otros deportes. Considero que llegamos a celebrar el día mundial de los periodistas deportivos hablando del deporte en un contexto social y todo lo que esto implica".

Por su parte, el periodista Antonio Casale llama la atención al ejercicio profesional del periodismo especializado en el deporte: "son horas bajas para el periodismo deportivo, no solo porque no hay actividad por cubrir, sino que nos hemos demostrado que se nos olvidó que somos periodistas, antes que periodistas deportivos; con pocas excepciones, estamos esperando a que ruede la pelota para ejercer nuestra profesión, pero antes que todo somos periodistas y la situación actual de los medios creo que está exigiendo que seamos más versátiles; además, no nos digamos mentiras, tampoco es que seamos periodistas deportivos, salvo contadas excepciones, somos periodistas de fútbol y eso empeora un poco las cosas".

El periodista Carlos Roberto Cruz brinda su interpretación del periodismo deportivo resaltando que se deben analizar factores diferentes de las distintas aristas del campo de los deportes: "me parece triste apreciar muchos medios electrónicos, televisivos y radiales, donde únicamente la noticia deportiva, en la voz del comunicador del deporte, hace referencia a la lesión de Falcao García en el Galatasaray de Turquía, a la no titularidad o presencia por unos minutos de James Rodríguez en el Real Madrid o al nuevo *look* de Cristiano Ronaldo que imitó de Juan Guillermo Cuadrado; sin cuestionar a los protagonistas del deporte, ahí hay una situación preocupante cuando el cronista deportivo se ensimismó

con esa información y negó a la opinión pública hechos de vital importancia en este ámbito”.

Desde el ámbito organizacional, Juan Diego Flórez Macías, jefe de prensa del equipo Patriotas Boyacá, describe lo que es para él el reto del periodismo deportivo: “debemos estar más conectados al mundo digital y lo que esto nos trae, crear contenidos nuevos usando las diferentes plataformas y usar las redes sociales para ofrecer información. Es muy importante seguir con los medios de comunicación tradicionales, pero sin dejar de crecer en el mundo digital. El mayor reto en este momento y para lo que viene es adecuarnos en el mundo digital y mantener los medios tradicionales”.

Para este día, los deportistas reconocen el trabajo del periodista especializado en la información deportiva, como lo hace la integrante de la Liga del Tolima de gimnasia rítmica, Rosa Alejandra Galicia Jiménez: “El periodista deportivo nos transmite la energía, la alegría de cada deportista, también del entrenador y del equipo al que pertenece el deportista. Me parece que ellos son importantes porque son los encargados de informarnos de una manera clara, tanto en los procesos deportivos, como la manera de destacarse el deportista, bien sea representando a su departamento o a nivel nacional o en el mundo”.

Jhonatan Romero, excampeón mundial de boxeo, destaca dos aspectos que los periodistas aportan a los profesionales del deporte: “el deportista no es nada sin un periodista al lado, los periodistas son el lente que nos hacen ver nuestros errores y resaltan nuestros triunfos. El periodista lo que hace es brindarnos un apoyo cuando nosotros ganamos títulos, cuando lo hacemos mal son los que nos hacen saber que está mal hecho lo que hicimos, el periodismo en Colombia está bien, los periodistas colombianos merecen los aplausos de todos nosotros. Siempre he dicho que un deportista no puede llegar a ser nada sin un periodismo que lo resalte y que cuando tenga que criticarlo lo critique, el periodismo es algo supremamente importante”.

Desde POLIDEPORTES felicitamos a todos los periodistas que enfatizan su ejercicio profesional en lo referente al mundo de los deportes y a quienes han hecho parte de este medio. Si bien el periodismo es uno solo, el llamado en esta celebración es a servir al mundo deportivo con buena información y una mirada multidimensional de los hechos, resaltando las disciplinas paralímpicas y reconociendo que el deporte no es solamente el fútbol.



Este reportaje fue una construcción colectiva del equipo de POLIDEPORTES, se publicó el 2 de julio de 2020 y cuenta con material multimedia que usted podrá disfrutar escaneando el siguiente código QR.

<https://polideportes.poligran.edu.co/2020/07/02/el-dia-mundial-de-los-periodistas-deportivos/>

POLIDEPORTES

se puso a servicio del público el 12 de octubre de 2017. Con motivo del tercer aniversario de su creación se realiza la compilación de los mejores reportajes que se han publicado durante este trienio. Los contenidos que usted va a disfrutar en estas páginas corresponden a una versión de texto del trabajo que han realizado los periodistas; al final de cada contenido encontrará un código QR que lo llevará a contenido multimedia referente a la temática de la cual está leyendo; pódcast, videos, fotografías, infografías y material de redes sociales complementan esta experiencia transmedial que le brinda información deportiva y, más allá de informar, le permite aprender de deporte paralímpico y de otros cuya práctica no es la más mediática en Colombia.

