

# mano en el deporte universitario

**Coinciden en** que no es fácil compatibilizar estudios y deporte, pero también en que el apoyo es creciente



Adam Aguilera > La enfermedad le llevó a la natación y a estudiar Fisioterapia.



Carmen Avilés > La campeona de España sub 23 de 400 metros se prepara para profesora de Educación Física.

ria y luego poder disfrutar del deporte».

«Hasta el año pasado no se me hizo nada complicado, pero a partir de la temporada 2020/2023, con la universidad, la carrera, los exámenes post-competición, se me hizo muy difícil», destaca Adam Aguilera quien, no obstante matiza que «si sabes llevarlo todo bien y organizarte no es complicado, porque si algo te gusta sale solo adelante, hay días como todos que cuesta más, pero en general se lleva bien».

## Apoyo

Los cuatro estudiantes están satisfechos y agradecidos por el apoyo que les brinda la Universidad, aunque aún hay cosas que mejorar, especialmente, para quien practica deporte de alto nivel, como es el caso de Amanda Valero que no lo tuvo fácil cuando empezó. «El apoyo, aunque existía, era más limitado», indica la deportista que habría agradecido ayuda para compatibilizar y así no tener que alargar los estudios.

En lo que discrepan estos cuatro deportistas es en la valoración del deporte universitario. Mientras Adam considera que «se le da suficiente valor, se anima a la gente a hacer deporte, esto es lo prioritario, y a parte también el apoyo y la buena organización de la universidad», su compañero Adolfo cree que «no se le da la importan-

**El deporte universitario puede ser un trampolín para acceder al deporte profesional**

cia que podría tener. Por ejemplo, la selección de balonmano masculino de la universidad fue plata europea en 2016 y es algo que la mayoría de los estudiantes de la propia universidad desconoce, opina.

Por su parte, Amanda remarca que aunque «poco a poco se le da cada vez más valor y más importancia, está muchísimo menos valorado que en otros países. En la UCO tenemos la suerte de que se está tratando de hacer crecer este campo, pero es cierto que a nivel estatal tampoco tenemos planes que regulen o ayuden a las propias universidades a poder fomentarlo de mayor modo».

En esta línea, Carmen añade que «tiene poca repercusión mediática y a veces, los propios estudiantes, no son capaces de inscribirse a estas actividades por diferentes motivos».

El deporte universitario podría ser un trampolín hacia el deporte profesional, aunque España está aún lejos de otros países en este ámbito. «Creo que en España no hay cultura de deporte universitario como si la tienen otros países. Aquí el deporte es casi exclusivo de clubes y casi todos los deportistas universitarios ya pertenecen a un club, aunque hay algunas excepciones», menciona Adolfo. Más positiva es Carmen, «sobre todo ahora que además se retransmiten casi todos los campeonatos universitarios y ayuda a que los entrenadores puedan descubrir nuevos deportistas que quizá, si no hubieran competido en un campeonato universitario, no habrían conocido». ■

**E**ntrenar a deportistas universitarios es todo un lujo para un entrenador, ellos nos meten de lleno en conseguir sus objetivos que en muchos casos pueden ser sus sueños. Los imaginaron en la etapa escolar, y ya en la Universidad puede ser el periodo para perfeccionarse y conseguirlos. La dificultad principal que existe es compatibilizar el estudio con el progreso en sus marcas. He visto que lo resuelven con un gran trabajo y una organización perfecta del tiempo.

Buscamos tanto en los deportistas iniciales como en los de competición integrar los tres grandes ejes en los que la Organización Mundial de la Salud (OMS) basa su definición de la salud: el individual, el psicológico y el social, así como los valores que el pedagogo y pensador francés Pierre de Coubertin,

## Opinión

ANTONIO  
Bravo  
Bueno



La dificultad de compatibilizar el estudio con el progreso en las marcas

fundador del deporte amateur, destacó en el deporte: El valor social y el desarrollo de un sentido de autodisciplina en la mente y en el carácter de los alumnos. Por tanto, somos entrenadores-educadores, debemos seguir un proceso que incluya los tres grandes ejes de la persona: lo moral, lo intelectual y lo físico. En nuestro deporte no sobra nadie puesto que cualquiera puede tener condiciones para ser un corredor, un saltador o un lanzador.

Las marcas no son lo importante y sí el proceso de enseñanza en calidad, aplicando a la competición un carácter formativo.

¿Por qué nos atrae tanto el atletismo? Por la riqueza que tiene y porque se podría afirmar que constituye la base de muchos otros y que practicándolo de forma adecuada es el más completo.

**Bravo remarca que el entrenador debe incluir lo moral, lo intelectual y lo físico en el entrenamiento**

A nivel personal, por haber visto la construcción de grandes atletas que han seguido mis consejos de los que destacaría a Dolores Jiménez Guardado, por su tesón y el afán de superación; Belén Recio Cuevas, por la velocidad y la explosividad; Inmaculada Cantero Lozano, que es la fluidez y la elegancia en carrera, y Carmen Avilés Palos, por la fuerza y la coordinación. Estas atletas han conseguido grandes registros en campeonatos importantes, nacionales e internacionales). Otro motivo que atrapa hacia este deporte es la «dureza» para

estar en forma es preciso una continuidad en el entrenamiento y un nivel que en otros deportes no es tan indispensable. Como contrapartida, cuando se obtiene el resultado apetecido, esa marca que ha costado tantas horas de preparación, proporciona una satisfacción muy superior, que es algo difícil de explicar. Así, los atletas que entrenamos en relación a su edad y condiciones debemos intentar por todo los medios que lo pasen bien y que mejoren, para que sea una de las maneras que les permitan profundizar dentro del atletismo. El cronómetro y la cinta métrica marcan las posibilidades del deportista en cada momento y sus progresos, pudiendo ser vencidos por cualquiera que se proponga mejorar su marca personal. ■

\* Director de la Escuela Deportiva Los Cañales de la UCO