

---

**Variables para radiografiar al campo y pista cubano**

11/01/2017



Mucho he aprendido de las conversaciones con Lázaro Betancourt y Enrique Figuerola, otrora estrellas del campo y pista cubano. Lo cierto es que nuestro atletismo necesita de todos los saberes, para intentar tener un 2017 mejor que el año olímpico, en el cual dejaron mucho que desear, pues con una legión de 32 efectivos, solo sacaron la presea de bronce de la discóbola Denia Caballero (65.34 metros) del estadio Joao Havelange.

El análisis no pasa solo por esa presea, sino además por la cantidad de finalistas que logramos insertar en ese concierto excelso: apenas cinco pruebas. Hablamos de los multiplistas Leonel Suárez (8 460 puntos-sexto) y su homóloga Yorgelis Rodríguez (6 481-séptima); la también discóbola Yaimé Pérez (sin marca en la definición); y el relevo del 4x400 masculino (2:59.53 minutos-sexto). Mención especial para los 45 flatts del cuatrocentista Yoandys Lescay, pese a no haberse incluido entre los ocho más rápidos.

Desde este lado de la pista intentaremos pautar variables que consideramos importantes radiografiar, en aras de llegar al Mundial de la disciplina en Londres, Reino Unido, en las mejores condiciones posibles.

De hecho, el deporte Rey antillano inició el ciclo con una revolución hacia lo interno, que incluyó la baja de varios exponentes distantes de rendimientos estables, otros en edad avanzada y sin muchas perspectivas de afrontar el

ciclo, mejorar marcas y constituir piezas claves de cara a Tokio 2020; así como también la sustitución de entrenadores.

Todo esto aderezado con una inyección de sangre joven (41 nuevos ingresos en su mayoría en edad cadete y juvenil. Por cierto, a juzgar por la incursión de nuestros 14 miembros en la cita universal juvenil de Bydgoszcz, Polonia (tres oros y dos platas), la cantera cuenta con potencialidades para romper la inercia e intentar salir del declive en la categoría élite.

Con esa nueva hornada se fijaron en 136 los miembros de la preselección nacional, con la fe depositada, como ha sucedido históricamente, fundamentalmente en las áreas de saltos y lanzamientos.

Mencionamos cinco variables. La primera de ella y ante la inminencia de la gira invernal, a la cual aún no se ha determinado si acudiremos con uno o varios representantes, es la asociada con realizar las mejores marcas en la competencia fundamental:

Sí, mejores marcas y competencia fundamental destacados. Sucede que desde hace buen tiempo y salvo contadas excepciones, el fantasma de registros cimeros fuera de la hora cero nos golpea. Betancourt y otros gurúes aseveraron que ese fenómeno está asociado fundamentalmente con el factor planificación: "Nuestros atletas por razones económicas que todos conocemos, necesitan competir y probarse internacionalmente. Eso significa que para poder inscribirse en la temporada veraniega y recibir invitaciones a mítines de prestigio, generalmente realizan cotas de relieve en las confrontaciones domésticas como la Copa Cuba (marzo), y otros test de control internos. Entonces, amén de que la estructura de los diversos macro ciclos esté diseñada a tono con esa realidad, resulta casi imposible tener dos y en ocasiones hasta tres picos de rendimiento óptimo en un periodo menor a seis meses, y mucho menos sostener uno de ellos por más de cuatro semanas", explicó Betancourt, otrora entrenador de varias generaciones y muy vinculado a estas dinámicas.

De hecho, la élite del orbe del atletismo en la actualidad, no se rige por largos períodos de entrenamiento. En su lugar preparan estructuras cortas de puesta en forma, según la temporada en cuestión y el resto lo adquieren en competencia. Así, si se trata de eventos con presencia en etapa invernal, pugnan entre dos y cuatro veces; mientras en verano su hoja de servicios exhibe de cinco a siete exámenes, incluido el de mayor rigor.

Cabe decir que algunas de nuestras principales figuras, están atemperadas con esos rangos.

Pasamos a otra variable: las pésimas condiciones y sobreexplotación de la pista del Estadio Panamericano, acompañado con la urgencia de salir hacia áreas exteriores para cumplimentar los entrenamientos, fundamentalmente en etapa general y parte de la especial.

No es secreto que entre la acción del salitre, la pobre o casi nula política de mantenimiento, la estrechez de recursos y la ausencia de irrigación el cuartel general de nuestros atletas y la pista, primordialmente los carriles uno, dos, siete y ocho, además de las líneas de impulso para los saltos, están sumamente deteriorados.

Desde hace casi dos temporadas se está manejando la posibilidad de la reposición de la pista, incluso el propio Alberto Juantorena ha estado mediando con fuerza en ese proyecto, en el cual también logró la cooperación de la marca deportiva Puma, pero aún no se ha concretado.

Cierro con un indicador de actualidad: Recientemente se inauguró el Centro de Investigaciones del Deporte Cubano. Me consta, que Omar, un buen amigo físico y su equipo, han realizado varios estudios biomecánicos. Entonces ¿hemos puesto ese conocimiento en función de elevar los rendimientos de nuestros atletas? ¿Por qué, si antes de los 90 los velocistas jamaicanos y del resto de los países caribeños soñaban con ganarnos, ahora lo hacen con tanta naturalidad y a nosotros nos cuesta tanto cuajar en esa área? ¿Acaso no tenemos características bio-morfológicas similares?

Tanto entrenadores como protagonistas necesitan actualizar sus dinámicas de preparación, estudiar las investigaciones sobre perfeccionamiento de la técnica, optimización de parámetros físicos, como fuerza, velocidad, explosividad, su debida conjugación con parámetros biológicos como volúmenes de grasa, concentración de astato, capacidad láctica, aerobia y anaerobia...

Parece algo así como construir una de las pirámides de Egipto, pero en lo personal, apuesto por la redimensión, evolución y retorno a los puestos de prestigio que siempre hemos ostentado. El talento está. Denia, Yarisley Silva, Pedro Pablo Pichardo, Yaimé, Adriana Rodríguez, Santiago Ford, Maykel Massó, Lázaro Martínez, Roberto Skyers, Reynier Mena, Arialis Gandulla, Leonel, Yorgelis, Lescay, y compañía.

Termómetros para comprobar la efectividad o el éxito del trabajo siempre habrá. Febrero acogerá el comienzo de las confrontaciones nacionales, marzo la Copa Cuba, abril el certamen universal de relevos (22-23 en Bahamas), y mayo el Memorial Barrientos.

La cita del planeta para cadetes será en Nairobi, Kenya, del 12 al 16 de julio, y la de mayores se anunció entre el 4 y el 13 de agosto en la capital británica.

Parafraseando una de las esencias del atletismo. Tiempo de correr, saltar, lanzar e impulsar.

---