



 Programas
Mujer y Deporte

boletín
octubre 2018





03 LAS GUERRERAS DE "LA ROJITA" Reportaje



02 LOIDA ZABALA Entrevista

01

04 MARÍA VICENTE Entrevista



05 SABÍAS QUE ...

06 MANIFIESTO

07 SUSCRIPCIÓN





EL BANQUILLO TAMBIÉN ES COSA DE CHICAS

Reportaje





EL BANQUILLO TAMBIÉN ES COSA DE CHICAS

Reportaje



¿Quién dijo que una mujer no podía entrenar a un hombre?
El banquillo también es cosa de chicas

Basta una simple búsqueda en Google para darse cuenta de que, en pleno siglo XXI, existen muy pocas técnicas españolas que tengan a su cargo el entrenamiento de deportistas o equipos masculinos. En algunos deportes, como el voleibol o el balonmano, la búsqueda arroja cero resultados. En otros casos, como el fútbol o el baloncesto, nos encontramos con luchadoras que han tenido que salir de España para alcanzar su sueño y lograr un reconocimiento o que están a la sombra de un hombre que actúa como entrenador principal. Valgan como ejemplo los casos de **Luri Sorroche**, que ha tenido que irse a la India para ejercer de seleccionadora del combinado masculino de fútbol de Gujarat, donde además entrena al equipo masculino sub 16, o **Anna Montañana**, que ejerce como entrenadora asistente del equipo masculino de baloncesto de Fuenlabrada.

Es curioso que a estas alturas de la vida nos parezca de lo más natural que un hombre entrene a una mujer o un equipo femenino y sin embargo, nos chirría el hecho de que una mujer haga lo mismo en un equipo masculino. Y eso a pesar de los excelentes resultados que las entrenadoras de equipos femeninos están logrando. Es más, hasta la Comisión europea ha hecho un llamamiento a la UEFA para que promueva la presencia de mujeres entrenadoras en los equipos de fútbol pero está claro que aún queda mucho camino por recorrer.



Foto: Antonio de la Torre





EL BANQUILLO TAMBIÉN ES COSA DE CHICAS

Reportaje



¿Qué está pasando? ¿Es esto reflejo de la sociedad patriarcal en que vivimos? ¿Viene dado por el hecho de que la mayor parte de las Juntas Directivas están formadas por hombres? ¿Es una cuestión de géneros y vestuarios, como apuntaba **Toni Nadal**, tío de Rafa Nadal, tras el anuncio de nombramiento de **Gala León** como entrenadora del equipo Nacional de Copa Davis?

Para debatir acerca de esta clara situación de desigualdad en los banquillos, nos hemos reunido con dos mujeres que se dedican a entrenar hombres: **Ana Salas**, tenista nº 1 del ranking mundial +45, con varios campeonatos de Europa, de España y del Mundo en su haber, entrenadora de Nivel 3 y que entrena a Daniel Carverzaschi, nº 13 del mundo de tenis en silla de ruedas, y **Marta García**, entrenadora de Nivel 3 que ha logrado situar al Club Segovia Futsal entre los 4 primeros equipos masculinos juveniles de fútbol sala de España. Tras 4 años en su puesto, **García** ha sido cesada. A partir de ahora será un hombre quien se encargue de entrenar a sus chicos, algo que ella achaca a *“una cuestión estadística, hay el doble de entrenadores que de entrenadoras. Así que, por probabilidad, suele ser así”*.

Salas y **García** tienen en común que comenzaron a ejercer como entrenadoras muy jóvenes, por lo que acumulan una amplia experiencia. **Ana Salas** empezó mientras aún estaba compitiendo en el circuito profesional. Después desempeñó el papel de Directora Técnica de la Federación de Tenis de Madrid *“y ahí es donde conocí a Dani pero mi bagaje como entrenadora empezó muy jovencita porque necesitaba dinero para poder competir y la forma de hacerlo era entrenar a gente”*. **Salas** señala que le encanta transmitir todo lo que día a día sigue aprendiendo, porque actualmente sigue compitiendo en el circuito senior. *“Me gusta mucho el papel de entrenadora, es muy gratificante, a veces un poquito injusto pero muy gratificante”*.

Marta García es entrenadora desde los 17 años, edad en la que se responsabilizó de un equipo de niños en el antiguo Caja Segovia *“y me gustó tanto enseñar y entrenar que empecé a sacarme títulos y a los 23 años ya tenía el Nivel 3”*, lo que la convierte en una de las entrenadoras más jóvenes de España en conseguir este nivel. Después le surgió la posibilidad de entrenar al equipo juvenil división de honor del Segovia Futsal y *“me pareció una oportunidad muy buena para demostrar que las mujeres podemos entrenar a hombres”*. Así que aceptó.

Ambas coinciden también en que han tenido que hacer frente a muchos **prejuicios** como entrenadoras de hombres. Según **Salas**, el machismo en el deporte es inconsciente, un reflejo de la sociedad, y está tan arraigado que no nos damos cuenta de los muchos micromachismos que rodean el tenis y el deporte en general. Afirma que queda mucho por hacer, mucho camino por recorrer. *“Incluso los padres de las niñas a las que entrenamos piensan que somos peores por ser mujeres, que tenemos menos fuerza, menos capacidad de enseñar”*. Insiste no obstante en que es un problema social, la mujer está menos valorada en general. *“En mi caso, tengo la suerte de la fe ciega que tiene Dani en mí, dice que solo yo le puedo llevar al número 1 y eso salva muchos obstáculos y prejuicios. Siempre que habla en prensa habla de ‘la jefa’ y dice que solo si está conmigo lo va a conseguir. Eso me ayuda mucho porque si no, la desconfianza te va memando. La sociedad te dice que cualquier hombre, aunque no tenga tu curriculum, es mejor que tú por el hecho de ser hombre. Ese hándicap que tenemos todas las mujeres, a mí me lo amortigua Dani”*, concluye **Salas**.





EL BANQUILLO TAMBIÉN ES COSA DE CHICAS

Reportaje



Para **García**, el primer año fue duro porque los jugadores venían de ser entrenados por hombres y al principio se les hizo raro que una mujer fuera a ser su referente durante un año. *“Pero luego los jugadores van confiando, van viendo que el trabajo sale, que los resultados son buenos, así que no he tenido ningún problema con ellos en los 4 años que he estado en el equipo”*. Aún así, **García** confiesa haber vivido situaciones incómodas al enfrentarse a algunos equipos, *“soy chica, les gano y hay gente a la que eso todavía le molesta”*, relata **García** con total naturalidad. También ha vivido situaciones incómodas en la grada, *“llama la atención que te insulten madres de jugadores pero creo que en esta liga se han acostumbrado a verme en el banquillo y, al conseguir tres títulos seguidos, muchos han terminado reconociendo que las mujeres también podemos estar ahí”*, afirma **García**.

Pasamos a un tema que hizo mucho ruido mediático, la polémica que se desató tras las declaraciones de **Toni Nadal**, tío de Rafa Nadal, cuando conoció el anuncio de nombramiento de **Gala León** como entrenadora del equipo Nacional de Copa Davis. Nadal hizo en ese momento referencia a lo extraña que podía resultar la presencia de una mujer en un vestuario donde los deportistas pasan muchas horas con poca ropa.

En este aspecto, **García** se muestra rotunda: *“Para mí no ha supuesto ningún problema y llevo cuatro años entrando en un vestuario de hombres, porque se puede decir que son hombres, ya tienen entre 17 y 19 años”*. Para **García** es una cuestión de normalidad y profesionalidad, igual que cuando entra un hombre en un vestuario de mujeres: *“Hay muchos entrenadores hombres que entran a vestuarios femeninos y no pasa nada, pues al contrario tampoco pasa nada. Solo hay que tomárselo con la misma normalidad. Es trabajo, es profesionalidad”*. **García** señala que los jugadores tienen su tiempo para cambiarse a solas y que cuando ella entra en el vestuario, los jugadores se lo toman con la misma normalidad que cuando entra un hombre. *“Los jugadores saben que hay cosas que no pueden hacer si estoy yo delante pero, una vez que se acostumbran, no hay problema. Cuando yo entro ellos ya están cambiados, hay que verlo con la misma normalidad que cuando entra un entrenador en el vestuario”*.





EL BANQUILLO TAMBIÉN ES COSA DE CHICAS

Reportaje



Foto: Ana Salas

Por su parte, **Salas** cree que esas declaraciones fueron desafortunadas pero también se sacaron de contexto. *“Toni no hizo esas declaraciones con intención de dañar, no creo que fuera a meter el dedo en la llaga de la mujer en el deporte, fueron declaraciones muy inconscientes e inocentes que, sin embargo, hicieron daño”*. Dejando esas declaraciones al margen, para **Salas** fue una pena que al final no hubiera entendimiento entre las partes porque Gala León podría haber desempeñado el papel perfectamente. *“también es verdad que todo el proceso podría haber sido más realista porque había personas, personas, no hombres o mujeres, que podrían haber asumido ese papel a la perfección. Todo ese proceso fue muy desafortunado y perjudicó mucho a las mujeres porque se nos vio como queriendo coger una cuota que no nos correspondía, en lugar de verlo como una posibilidad de avance para nosotras”*. Aún así, **Salas** se alegra de que una mujer abriera la brecha porque *“esas son las cosas que nos abren camino”*.

Pasamos ahora a hablar del tenista **Andy Murray**, que ha declarado que contrató a **Amelie Mauresmo** como entrenadora porque necesitaba una presencia femenina en su preparación. En opinión de nuestras protagonistas, ¿qué puede aportar de especial una entrenadora femenina al rendimiento de un deportista?

Ambas coinciden en señalar la **empatía** como un factor diferenciador. Según **García**, las mujeres controlan muchos más los detalles en un equipo masculino, tanto en la relajación del entrenamiento, como durante la realización del partido. *“Somos más detallistas y detectamos si ha cambiado el estado de ánimo de un jugador. Tenemos otra visión con respecto a los hombres, que son más simples. No lo digo a modo de crítica, es que si ven que uno está enfadado o le pasa algo, piensan que ya se le pasará. Nosotras somos mucho más empáticas y eso importante a la hora de gestionar un grupo”*. Para **García**, la presencia femenina puede ayudar bastante a un jugador a gestionar sus emociones a la hora de jugar.





EL BANQUILLO TAMBIÉN ES COSA DE CHICAS

Reportaje



Salas considera que la mujer no es peor ni mejor que el hombre, es diferente, y aporta un punto de empatía y de sensibilidad pero también de dureza porque *“estamos acostumbradas a luchar contra viento y marea y tener que demostrar mucho más que cualquier hombre. Esa etapa de Murray con Mauresmo seguro que le aportó muchísimo de empatía, psicología, de sensibilidad y dureza. A veces se nos tacha de sensibles pero esa sensibilidad, junto con la dureza de la competición, es muy positiva”*. **Salas** aprovecha para comentar que muchas veces la visión de una mujer queda excluida del deporte, por ejemplo, hay pocas mujeres comentaristas que hagan partidos de hombres. **Salas** reivindica que *“las mujeres somos espectadoras muy valiosas, con una visión distinta a la que ellos tienen. Podemos aportar lo mismo que cualquier hombre pero con un matiz adicional”*.

Hay otro aspecto en el que **Salas** y **García** coinciden completamente y es en afirmar que el **nivel exigencia y presión** que soporta una entrenadora, en cuanto a preparación y rendimiento, es mayor que el que sufre un entrenador.

Salas no deja lugar a dudas: *“Absolutamente. Es presión por parte del entorno. Eres más vigilada, mas cuestionada”*. **Salas** cree que es algo que sufren todas las mujeres en sus puestos de trabajo, ya sean entrenadoras, doctoras o periodistas, es fruto de una sociedad machista en la que la desigualdad no es algo que se haga adrede pero que está ahí, en todos los ámbitos. Sin embargo, se muestra optimista a la hora de vislumbrar un cambio, gracias a la mayor concienciación de la gente. **Salas** nos cuenta una anécdota muy ilustrativa de cuando compartía la dirección técnica de la Federación de Tenis de Madrid con el tenista Tati Rascón: *“Tati y yo teníamos el mismo despacho. Un día entró el padre de un jugador a preguntar algo, no estaba Tati y le atendí yo. Cuando volvió Tati, el hombre dio por hecho que yo era su secretaria, cuando en realidad estaba a su mismo nivel directivo. Le saqué de su error, el hombre se disculpó y pasó muy mal rato. Hay que cambiar esa idea de que el hombre toma las decisiones y la mujer es secretaria o azafata”*.

García también lo tiene claro: *“Sí, yo creo que sí. De hecho, el primer año no es que se pase mal pero sí que estás presionada porque sabes que si no salen bien las cosas o a la gente no le gusta lo que ve, lo va a achacar a que eres mujer y a que no estás tan preparada como lo está un hombre”*. **García** afirma haber vivido esa doble presión de tener que demostrar constantemente su valía y sus conocimientos para entrenar: *“Yo lo tengo claro, se presiona más a una entrenadora que a un entrenador, sobre todo en un equipo masculino. Se presiona más que si el equipo fuera femenino”*.





EL BANQUILLO TAMBIÉN ES COSA DE CHICAS

Reportaje



En otro orden de cosas, los **cursos de entrenador** están ahí y son igualmente accesibles para hombres y mujeres. A ninguna de nuestras dos protagonistas le ha costado formarse más que a un hombre. Sin embargo, *“hay pocas mujeres porque abrirse camino como técnico es muy duro para ellas, por eso se forman tan pocas”*, afirma **Salas** . *“Somos cada vez más pero subimos muy despacito porque luego tenemos las puertas muy cerradas a la hora de conseguir un puesto”*, añade. **Salas** considera que es muy difícil mantener un equilibrio entre hacerte respetar y que no te consideren histérica. Supone un esfuerzo tan brutal que eso reduce el número de mujeres que quieran luchar por esos puestos, la mayoría tiene la inteligencia de buscar puestos donde no sea necesario tanto esfuerzo. *“Yo lucho por modelos como Serena Williams, que tiene su bebé y sigue jugando y dando ejemplo. Eso es lo que va hacer cambiar las cosas. He sido la única mujer en muchos foros y sé lo que es tener la necesidad extra de creer en ti y hacer que te respeten con normalidad y por eso, insto a todas las niñas y mujeres a que emprendan su camino profesional, a que luchen con equilibrio, fuerza e inteligencia por el puesto que realmente desean, sin techos ni límites”*, concluye **Salas** .



Foto: Ana Salas

García afirma que no le ha costado formarse, que ha tenido las mismas opciones que sus compañeros y que nunca ha vivido situaciones machistas en los cursos. *“Los compañeros siempre me han ayudado. En el nivel 3 era la única chica que había y no he tenido ningún problema, me han ayudado y me han tratado igual que si fuera un chico”*. **García** cree que hay menos chicas haciendo estos cursos porque aún existe ese miedo a ser entrenadora: *“Es verdad que cada vez va habiendo más casos pero sí que cuando yo lo saqué, las chicas sacaban solo el nivel 1 para entrenar a niños y todavía no se atreven a dar el salto para entrenar un equipo superior o será que las directivas no se atreven a contratar una mujer como entrenadora”*. **García** ve con optimismo que cada vez haya más casos *“no de entrenadoras principales pero sí de ayudante o segunda entrenadora, que están luchando porque haya presencia femenina en los banquillos”*.





EL BANQUILLO TAMBIÉN ES COSA DE CHICAS

Reportaje



Foto: Ana Salas

Para concluir, preguntamos a nuestras entrevistas qué creen que hace falta para que veamos **más entrenadoras femeninas en deportes colectivos masculinos**.

García, como siempre, se expresa con total claridad: *“Mentes abiertas. Hacen falta mentes abiertas que piensen que da igual que sea hombre o mujer, que su trabajo es igual de válido, que va a trabajar lo mismo, que se va a esforzar lo mismo que el hombre”*. **García** hace hincapié en que los clubes no deben contratar un técnico por el hecho de ser hombre o mujer, sino por el trabajo que está haciendo e insiste en que hay que dar oportunidades a las mujeres que lo merecen porque lo están luchando *“y si lo merecen por su trabajo, ¿por qué no ponerlas al frente de un equipo masculino?”*

Por su parte, **Salas** considera que tenemos que evolucionar mucho como sociedad para conseguir eso. *“Para que una jugadora de élite de baloncesto, por ejemplo, alcance ese puesto, tiene que haber un presidente que confíe en ella, un equipo técnico que respalde esa decisión y unos jugadores que le den su confianza y su apoyo. Tienen que abrir su mente y dar su apoyo 40 personas, que casi siempre son hombres”*, reflexiona. Para **Salas** es muy importante que esa mujer esté capacitada, *“no hay que darle el puesto por ser mujer, no hay que forzar la máquina, solo hay que darle apoyo si está capacitada, hace falta una decisión valiente y dejar que fluya”*. Para **Salas** se necesitan modelos que rompan estereotipos al ritmo que marca la sociedad, *“si queremos romper con eso de golpe, lo que puede suponer un empujón, se puede convertir en retroceso”*, finaliza la entrenadora.

Tras una charla de esas que dejan huella, nos despedimos de ambas. **Marta García** volverá en septiembre a su puesto de maestra en un colegio y quizá vuelva al banquillo en lo que describe como un año sabático, ayudando a algún entrenador principal con su equipo. **Ana Salas** tiene el objetivo de sacar adelante su siguiente reto profesional *Teambepro*, un programa que facilita herramientas de entrenamiento deportivo y formación académica en España, complementado con opciones de servicios, acción social y oportunidades laborales. A ambas les deseamos todo el éxito del mundo.





LOIDA ZABALA

Entrevista





LOIDA ZABALA

Entrevista



Entrevista a Loida Zabala, halterófila paralímpica

“El deporte me ha enseñado que el día a día puede ser increíble”

Loida Zabala es una mujer que lo supera todo. A los 11 años una enfermedad la tuvo postrada durante meses en la cama de un hospital. De ahí pasó a la silla de ruedas pero plantó cara al lado amargo de ante la vida y empezó a ganar campeonatos de halterofilia. En 2017 ganó la medalla de oro en el Campeonato del Mundo de Hungría y logró el primer puesto en el de España. En 2018 se ha alzado con el bronce en el Europeo y el oro en el Campeonato de España. En su haber tiene, además, 3 diplomas olímpicos, varios records de España en distintas categorías y numerosos premios más pero, sobre todo, tiene una humildad que la hace aún más grande que sus victorias.

Loida, ¿qué significa para ti el deporte?

Para mí significa todo porque el deporte me ha dado una personalidad que antes no tenía. Me ha demostrado que cualquier meta que nos podamos proponer, si estamos en ella y somos constantes, podemos conseguirla. también me ha enseñado que el día a día puede ser increíble, que no se trata de necesitar una recompensa por conseguir una meta, sino que hay que disfrutar del día a día con lo que haces.

¿Qué te llevó a elegir la halterofilia?

A los 12 años empecé a hacer mancuernas para poder ser independiente, ya que había pasado varios meses en el hospital. Seguí haciendo mancuernas hasta los 18 años y un chico me dijo que si tanto me gustaban las pesas, que por qué no hacía halterofilia paralímpica. Yo no sabía lo que era, me informé, empecé a competir en un campeonato de España y ya hasta hoy, que han pasado 12 años y sigo queriendo practicarlo porque me encanta.



Foto: proporcionada por Loida Zabala





LOIDA ZABALA

Entrevista



Foto: proporcionada por Loida Zabala

¿Cómo es un día en tu vida?

Pues está prácticamente todo dedicado al deporte. O casi. Me levanto, desayuno, entreno, me ducho y descanso. En las comidas intento comer lo máximo de hidratos, proteínas y demás para poder recuperarme bien para el día siguiente. Y ya el resto del día está dedicado más a redes sociales, actualizar la web, ir a eventos, conferencias...

¿En qué consiste tu entrenamiento?

Pues es que depende del día. El ejercicio principal es el press de banca, que es el que realizo de lunes a sábado, pero dependiendo del día y de la temporada en la que esté, hago bíceps, tríceps, espalda, brazos... de todo un poco.

Has conseguido diplomas en los Juegos de Londres, Pekín y Río, ¿qué te falta para llegar al podio?

Pues en Río he estado más cerca que nunca. Si el último movimiento, en vez de dos luces rojas, hubieran sido dos blancas, habría sido medalla de bronce. Eso me dio mucha motivación de cara a los Juegos de Tokio.

Hablando de ese tema, ¿cómo te ves para Tokio 2020?

Yo me veía súper motivada para Río y estaba preparada para conseguirlo pero la técnica es súper estricta y tiene que ser muy perfecta. Así que he tenido estos cuatro años para seguir perfeccionando. Actualmente estoy dentro de la clasificación y en cuanto pueda estar dentro de esa lista confirmada por mi país, por la Federación española, lo daré todo como lo he dado en estas tres últimas olimpiadas.





LOIDA ZABALA

Entrevista



También tienes una vida más allá del deporte, impartes conferencias sobre resiliencia, ¿qué te ha aportado la halterofilia para ser resiliente?

Las conferencias suelen ser, más bien, motivacionales con herramientas de coaching y sí que ahí demuestro en varias ocasiones por qué soy resiliente. El deporte me ha ayudado en muchas situaciones que a nivel personal han sido muy complicadas. Me ha demostrado que si me centro en algo que me apasiona, como una competición u otro objetivo o meta, poco a poco me olvido de lo que me está sucediendo a nivel personal. Me ha hecho ser mucho más fuerte de lo que era antes de practicarlo.

De hecho, has luchado en muchos frentes, has superado todos los obstáculos que se te han puesto en el camino y has llegado a declarar que no eres una víctima, ¿qué te hace tan fuerte?

Pues, realmente, lo veo con tanta normalidad que ni siquiera es que me sienta fuerte o débil, me siento normal. He pasado por muchas situaciones en la vida en las que, quizá, si hubiese sido otro tipo de persona, me hubiese hundido. Pero he adquirido la capacidad de poder controlar mis emociones y de poder centrarme en las cosas positivas para poder salir de cualquier caída emocional que me pueda plantear la vida. también el hecho de haber pasado varios meses en un hospital, en una cama, me hace valorar todo lo que tengo a día de hoy. Quizá la gente no valore tanto el hecho de que hay personas que desde una cama no pueden notar la brisa en la cara o los rayos del sol en la piel o el olor del café cada mañana. Son cosas básicas que damos por hecho pero, en realidad, hay muchas personas que no pueden disfrutar de esos momentos.



Foto: proporcionada por Loida Zabala





LOIDA ZABALA

Entrevista



Para terminar, ¿qué papel quieres jugar en el deporte femenino?

En realidad, no veo distinciones entre hombres mujeres o entre un deporte individual y otro colectivo. Yo me siento como una persona normal que disfruta de todo lo que hace. Aparte del deporte, me estoy empezando a dedicar a la interpretación para ser algún día actriz. Mi vida se basa en eso, en identificar aquello que me apasiona, trabajar en ello y disfrutar de cada día de trabajo.



Foto: proporcionada por Loida Zabala





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje



Las guerreras de “La Rojita” conquistan los medios de comunicación y el corazón de España

Este verano España entera ha contenido la respiración mientras seguía, con el alma en vilo, la evolución de “La Rojita”, la selección femenina de fútbol Sub-20. Las jugadoras de la versión juvenil de “La Roja” han hecho historia y no una, sino varias veces. Su **primer hito** fue situar a la selección en la **semifinal** del Mundial Sub-20 tras vencer a Nigeria por 2-1, algo que no había sucedido nunca, con goles de **Aitana Bonmatí** y **Patri Guijarro**.

Su **segunda hazaña** fue llevar a la selección a la **final** del Campeonato, tras vencer a la selección francesa en la semifinal con un tanto de **Patri Guijarro**, máxima goleadora del combinado “rojito” durante este Mundial.

Su **tercera cita con la historia** tuvo lugar al caer derrotadas frente a Japón en la final por 3-1. Las guerreras de “La Rojita” perdieron el Mundial, sí, pero abrieron los informativos de las televisiones y coparon las portadas de los principales diarios deportivos del país, una hazaña sin precedentes en un país en el que la visibilidad en los medios del fútbol femenino, en particular, y del deporte femenino, en general, es escasa.

Todo esto sin mencionar a los españoles que, quizá por primera vez, vibraron en sus casas con los goles y jugadas de un equipo femenino. No ganaron, es cierto, pero rompieron su techo y está claro que, a veces, merecer un premio vale lo mismo que obtenerlo.



Foto: proporcionada por UEFA





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje



Para valorar la importancia de la intervención de “La Rojita” en el Mundial hemos charlado con **Toña Is**, seleccionadora Sub-16 y Sub-17, que vivió en primera persona la trayectoria imparable de este equipo de luchadoras, como segunda de a bordo del seleccionador, **Pedro López**. También charlamos con dos de las titulares de la selección, **Eva Navarro** y **Laia Alexandri**.

Eva Navarro es una futbolista de técnica tan perfecta y depurada que, a sus 17 años, los expertos la comparan con Leo Messi y con Cristiano Ronaldo, especialmente a partir del gol que marcó en el Europeo Sub-17 y que ha sido elegido por la UEFA como el tercer mejor tanto de la temporada. Para Navarro, ser comparada con dos ídolos del fútbol internacional es una sensación que nunca podrá explicar. Actualmente es delantera del Levante U.D.

Laia Aleixandri, de 18 años, es central del Atlético de Madrid. Laia empezó en el Barcelona pero, ante la falta de oportunidades, se vio obligada a cambiar de equipo. Ahora se ha revelado como una de las jugadoras más contundentes de la selección femenina. Jamás desperdicia una oportunidad. Es “el muro” de “La Rojita”.



Foto: Eidan Rubio





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje



Formando equipo, formando piña

Es indudable que la selección sub-20 se ha revelado como un gran equipo, fuerte y cohesionado, pero formarlo no ha sido fácil, según **Toña Is**. Aunque Pedro López y ella llevan tiempo trabajando con las chicas y ya las conocen ampliamente, *“cuesta elegir a 20 chicas de toda España y acertar para que el grupo esté unido y funcione. No es nada fácil, la verdad es que no”*, nos revela la seleccionadora.

Toña continúa explicando que, a la hora de formar el combinado, se valora mucho el juego pero también se las valora como personas, *“es muy importante que hagan grupo, que hagan equipo”*.

Y lo han logrado, porque **Is** describe el equipo como una **piña** y destaca las ganas con las que las jugadoras han afrontado este Mundial y el trabajo que han hecho durante ese mes y medio, primero en la preparación y luego durante todo el campeonato. *“Vivían cada día como si fuera el último que iban a estar juntas, con mucha intensidad, siempre muy atentas, siempre preguntando. Ha sido un grupo, la verdad, extraordinario”*.

Laia Aleixandri cree que el equipo disfruta y hace disfrutar con su juego, pero elige la **lucha** como factor característico de la selección y recurre a su grito de guerra: Jugar, luchar y ganar. *“Luchamos por cumplir nuestros objetivos y con la calidad no es suficiente, así que creo que la lucha es lo que nos caracteriza. Y luego está el premio, que es lo importante, ganar”*.

Sin embargo, **Navarro** coincide con **Is** en ver ese sentimiento de equipo como un factor clave para el éxito de la selección. Para ella, su trayectoria en el Mundial se ha debido a que han formado una **piña**, otra vez ese concepto, y se han apoyado en todo momento. *“Ninguna se ha salido del camino y eso es lo que nos ha hecho grandes y nos ha llevado hasta la final.”*

Los medios de comunicación, la gran conquista de la selección

Decíamos antes que España entera ha vibrado este verano al ritmo que ha marcado “La Rojita” pero ¿cómo han vivido las jugadoras la presión de tener a todo el país pendiente de ellas?

Toña Is dice no encontrar esa presión por la repercusión en ninguna categoría. Para ella, si había presión era por el partido o en los vestuarios pero *“en realidad no era presión, eran esos nervios previos al partido, para que todo saliera bien y pudiéramos salir adelante en este Mundial. Eso es algo que sí que las caracteriza porque son niñas que vienen con muchas ganas, que quieren hacer las cosas bien y eso se nota”*, puntualiza.





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje



Is afirma que al principio no eran conscientes de la repercusión que estaba teniendo en España el Mundial. Se fueron enterando gracias a la prensa que, según iban ganando partidos, les contaban cómo se estaba viviendo esto en nuestro país, pero puntualiza que las jugadoras *“se olvidan de todo cuando salen al campo. Lo que quieren es jugar al fútbol y hacerlo bien, ganar los partidos, hacerlo lo mejor posible”*.

Alexandri habla más bien de una sensación de aislamiento. Según ella, todas las compañeras, el cuerpo técnico, todo ese grupo que hizo algo grande en el Mundial estaba en su burbuja. *“Ni te llegas a imaginar la repercusión que puede estar teniendo en tu país. No eres consciente del todo”*, añade.

A estas alturas sí que son conscientes de haber conseguido un hito histórico. Para **Eva Navarro**, este Mundial ha sido muy especial y muy emotivo. La selección Sub-20 nunca había llegado una semifinal, por lo que *“llegar a la final fue increíble y que encima fuéramos portada y que saliéramos en los medios de comunicación fue un lujo”*.

Navarro añade que empezaron el Mundial con muchas ganas y con intención de empezar a sonar. Según avanzaban los partidos e iban ganando terreno en los telediarios y en las portadas, iba naciendo en ellas un sentimiento de orgullo por que el fútbol femenino *“fuera creciendo mucho más y que todo el mundo lo pudiera ver. Que en la final hiciéramos record de audiencia nos hace sentir muy orgullosas”*.

Toña Is recalca: *“Para ellas eso ha sido súper importante, estaban muy contentas”*. Y añade: *“Ya era ahora de que, por primera vez, fuéramos portada de muchos periódicos y se abrieran los deportes de los telediarios con esa noticia”*. Para **Is** esto ha sido una alegría inmensa-, ha supuesto un avance muy importante. *“Por fin la mujer ha conseguido esa repercusión, ¿no? La mujer en el deporte puede conseguir lo que quiera, igual que un hombre”*, concluye.



Foto: proporcionada por Laia Alexandri





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje



Laia Aleixandri pasó del dolor por la pérdida de la final al orgullo de haber alcanzado un gran logro. *“Acabas la final y es bastante duro porque sientes que se te ha escapado pero, al pasar los días, lo fuimos valorando mucho más y dijimos que era algo que nos iba a quedar para siempre. Queda algo histórico para nosotras y para el fútbol femenino”, afirma Aleixandri.* Y continúa: *“sabíamos que había mucha gente pendiente de nosotras, que nos empujaban desde casa y la verdad es que es increíble que una Sub-20 femenina, como muchas otras masculinas, pueda salir en portadas, abrir telediarios,... Estamos muy orgullosas de haberlo logrado”.*



Foto: proporcionada por Eva Navarro

El futuro de “La Rojita”

El futuro inmediato de “La Rojita” pasa por el Mundial Sub-17, que se jugará en Uruguay a partir de mediados de noviembre.

Aleixandri no estará convocada porque, al tener 18 años, no puede jugar con la Sub-17 pero tiene compañeras que irán a Uruguay y está segura de que *“lo van a luchar hasta el final. Ojalá lleguen muy lejos”.*

Por su parte, **Eva Navarro** derrocha un entusiasmo contagioso: *“estoy deseando empezar ese Mundial. Después de ser Campeonas de Europa Sub-17, llegar al Mundial y llevarnos una medalla sería un sueño para mí”.*

En **Navarro** se conjugan la emoción, la ambición y la entrega al deporte de los que hace gala cualquier gran estrella. *“No me pongo límites”, declara, “quiero conseguir todo lo que me propongo. Cuando empezó 2018 me propuse ganar todo y ya llevo el Campeonato de Liga, el Campeonato de España, el Campeonato de Europa, soy Subcampeona del Mundo Sub-20 y ahora, en el Mundial Sub-17, quiero conseguir algo”.* Y también como las estrellas del deporte, sabe valorar la aportación de sus compañeras: *“Con la ayuda del equipo puedo conseguir todos los objetivos que tengo, este año tenemos un proyecto muy grande. Creo que podemos hacer algo grande y llegar a lo más alto”.*





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje



Tampoco **Aleixandri** se queda corta en ambición y determinación: *“Después de lo vivido, ojalá algún día pueda repetir esa sensación de jugar una final de un Mundial con La Absoluta y poder llevarme el oro. Yo creo que sería uno de mis objetivos, entre los especiales que tengo”.*

Tanto ellas como sus equipos lo merecen.

Para **Toña Is**, sería algo histórico, algo que marcaría un antes y un después en el deporte femenino y, en este caso, en el fútbol. Cuando se pregunta sobre la posibilidad de ganar el Mundial Sub-17, **Is** declara: *“En ello estamos. Ojalá algún día podamos levantar esa Copa del Mundo tan ansiada. Yo creo que si seguimos trabajando así y las niñas vienen con esas ganas, quizá podamos verlas alzar dentro de poco esa Copa del Mundo, que se dice pronto ¿eh? Eso para España y para la mujer sería la bomba”.*

Indudablemente.

Una selección femenina al nivel de “La Roja”, nuevo bastión por conquistar

A la hora de hacer una valoración de futuro, es inevitable evaluar los avances conseguidos.

Navarro es optimista, cree que ahora al equipo femenino le están aportando mucho, y que en un futuro, aunque sea poquito a poco, puede llegar a ser considerado como el de los chicos. *“Poco a poco, vamos siendo conscientes de todo lo que hemos hecho, de la repercusión que hemos logrado. Ahora el fútbol femenino lo va a ver muchísima más gente, gente que lo va a apoyar en todo momento”.*

Así debería ser.



Foto: proporcionada por UEFA





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje



Foto: proporcionada por UEFA

Aleixandri, cree que la actuación de la selección en el Mundial le puede abrir muchas puertas: *“jugar un Mundial es lo máximo a lo que puede aspirar una jugadora. Está claro que una vez que estás jugando y compitiendo allí, se te abren muchas puertas en el mundo del fútbol, con clubes, con oportunidades en tu mismo equipo... Yo creo que es beneficioso para todas, para que tu juego mejore y para que el fútbol femenino crezca”*.

Ahora que se ha abierto una vía tan importante para la mujer en el mundo del fútbol, cabe preguntarse si algún día habrá una selección femenina que alcance el nivel de La Roja en todos los aspectos.

Toña Is tiene claro que habría que empezar porque los clubes se hicieran con un apartado femenino. *“Si los clubes profesionales tuvieran equipo femenino, todo sería mucho más fácil para nosotras, porque hay muchos equipos que sobreviven como pueden porque no tienen detrás un club profesional”*.

Pero no solo hace falta que los clubes apuesten por las chicas. La visibilidad también es clave y para eso es imprescindible la colaboración de los medios de comunicación. *“Es necesario que los medios lo hagan visible como hacen con los chicos, que no sólo sea portada por haber llegado a la final del Mundial o del Campeonato de Europa, que el fútbol femenino salga los periódicos igual que el masculino y que la gente lo pueda ver, que sepan que existe. Y si se puede llevar a las casas por medio de las televisiones, pues estupendo”, afirma Is*.





LAS GUERRERAS DE “LA ROJITA”

Reportaje



La seleccionadora cree que poco a poco se va consiguiendo. Se están televisando partidos de la Liga Iberdrola y los partidos de la selección son retransmitidos por varias cadenas. *“Vamos poco a poco pero creo que eso es lo que necesitamos. Eso y la ayuda de organismos e instituciones, al igual que se apoya al deporte masculino”.*

Pues ahí queda eso. Tras hacer vivir un verano lleno de emociones, no nos cabe duda de que “La Rojita” logrará congregarse ante los televisores a muchos aficionados que estarán deseando vibrar con la Copa Mundial Femenina de Fútbol Sub-17. ¿La cita? Del 13 de noviembre al 1 de diciembre de este mismo año. ¡No se la pierdan!





MARÍA VICENTE

Entrevista





MARÍA VICENTE

ENTREVISTA



Foto: proporcionada por María Vicente

María Vicente, atleta.

“Quiero dejar huella, que cuando alguien escuche mi nombre, recuerde quién soy”

Aún no ha cumplido 18 años y María Vicente ya ha batido records y se perfila como la gran esperanza española en las pistas de atletismo. Está especializada en pruebas combinadas y triple salto, disciplinas con las que ya ha llegado a lo más alto. En 2017, se alzó con el triunfo en el Mundial Sub-18 de heptatlón celebrado en Nairobi. Esto la convirtió en la primera atleta española, de cualquier categoría, en conseguir medalla en esta prueba. Pero eso no es todo, esta deportista acapara dos importantes records: el récord del mundo sub-18 de y el récord del mundo sub-18 en sala de pentatlón. Una trayectoria intachable que, a su edad, no ha hecho más que empezar.

Cuéntanos cómo te iniciaste en el atletismo.

Empecé con un engaño porque mi madre desde pequeña me había dicho que probase eso del atletismo, que se me iba a dar bien, pero a mí no me gustaba correr, así que nunca iba a probar. Un año mi tía quería probar con mi primo y entonces me engañaron, me dijeron que iba al cine y me plantaron en una pista de atletismo. Una vez ahí, probé y me gustó y ya al año siguiente me apunté.

¿Cómo compaginas los entrenamientos en el Centro de Alto Rendimiento de San Cugat con tus estudios?

La verdad es que bastante bien porque tengo el instituto allí mismo, en el Centro de Alto Rendimiento y tengo bastantes ayudas. Antes de llegar al Centro de Alto Rendimiento estaba en uno más pequeño, que es la Blume de Barcelona (el Centro Catalán de Tecnificación Deportiva), y era bastante parecido, así que llevo ya un tiempo con este método de trabajo y la verdad es que me va muy bien.





MARÍA VICENTE

ENTREVISTA



¿Ha habido un antes y un después de tu llegada al Centro de Alto Rendimiento de San Cugat?

Sí, sí, sí. Primero por las instalaciones de entrenamiento porque yo estaba en una pista que era algo inferior, no teníamos gimnasio y era bastante dura, así que tenía más lesiones y eso lo he notado mucho. También por tener la pista de atletismo al lado de mi habitación. No tener que viajar 45 minutos en transporte público me ha ayudado bastante.

¿Has tenido que superar muchos obstáculos para llegar a donde estás?

Fácil no ha sido. He tenido muchas lesiones, tuve que cambiar de entrenador porque el que tenía (Pere Sunyer) falleció y lo pasé un poco mal pero intento quedarme siempre con las cosas positivas y, bueno, al final todo ha salido bien.

¿Cómo entrena una deportista de élite que aun está formándose físicamente?

Al hacer pruebas combinadas, que tengo que entrenar varias disciplinas, cada día tengo una prueba, como si dijéramos. Después los lunes y los miércoles tengo gimnasio pero tanto yo como otros chicos que también son de mi edad, lo hacemos diferente a los demás porque no tenemos tanta base y estamos empezando.

¿Cómo te ves para Tokio?

Considero que para Tokio todavía soy un poco pequeña pero si hago la mínima, voy e intentaré hacerlo lo mejor que pueda pero justo ese año es el Mundial Sub 20 que en el atletismo, y supongo que en todos los deportes, es muy importante y yo creo que ese año mi principal objetivo es el mundial. Pero, como te he dicho, si me hago la mínima para las olimpiadas y la federación quiere llevarme, voy encantada.

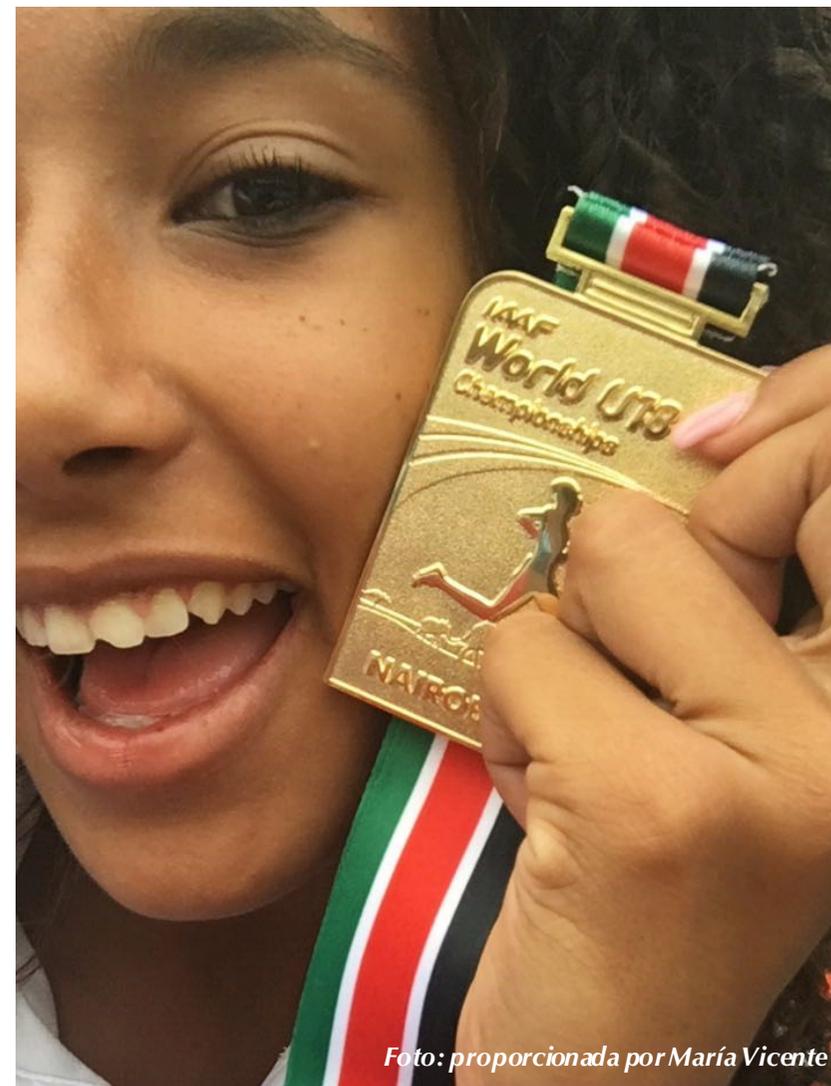


Foto: proporcionada por María Vicente





MARÍA VICENTE

ENTREVISTA



Foto: proporcionada por María Vicente





MARÍA VICENTE

ENTREVISTA



Foto: proporcionada por María Vicente

¿Qué se siente cuando todo un país pone su mirada en ti? Porque eres la gran esperanza

Estoy súper contenta de que la gente cuente conmigo y me apoye y que se empiece a involucrar con el deporte femenino y justo con el atletismo. Estoy súper contenta.

¿Sientes que por tu dedicación te estás perdiendo algo o esto te hace plenamente feliz?

Esto me hace plenamente feliz, no lo dudo, pero sí que a veces mis amigas de fuera del deporte, que eran de mi clase de antes, me dicen: “vámonos de fiesta o vámonos a dar una vuelta” y yo no puedo porque tengo competición o cualquier cosa. Privame, me privo pero yo creo que la recompensa es mayor, entonces no pasa nada.

¿Cómo te gustaría representar el papel de la mujer en el deporte?

Huy, nunca me lo había planteado. No sé, quiero dejar huella, que cuando alguien escuche mi nombre, recuerde quién soy.



Foto: banco de imágenes





SABÍAS QUE ...

Datos curiosos sobre deporte



05





SABÍAS QUE ...

Datos curiosos sobre deporte



La española Carolina Marín ha hecho historia en agosto de 2018 al vencer a la jugadora india Pusarla V. Sindhu por 21-19 y 21-10 en 46 minutos y convertirse así en la primera mujer en ganar tres mundiales de bádminton.





SABÍAS QUE ...

Datos curiosos sobre deporte



Foto: banco de imágenes

En 2017 la boxeadora Joana Pastrana batió el record de victorias en el ring, en la categoría de peso mínimo, al ganar 16 combates, 4 de ellos por KO.





SABIÁS QUE ...

Datos curiosos sobre deporte



Foto: Wikipedia

Laia Sanz hizo historia en el Dakar 2015 al quedar novena en la categoría de motos y convertirse en la 2ª mujer mejor clasificada sobre dos ruedas en la historia de la carrera. Acumula, además, 13 títulos mundiales y 10 europeos, entre otros.





SABÍAS QUE ...

Datos curiosos sobre deporte

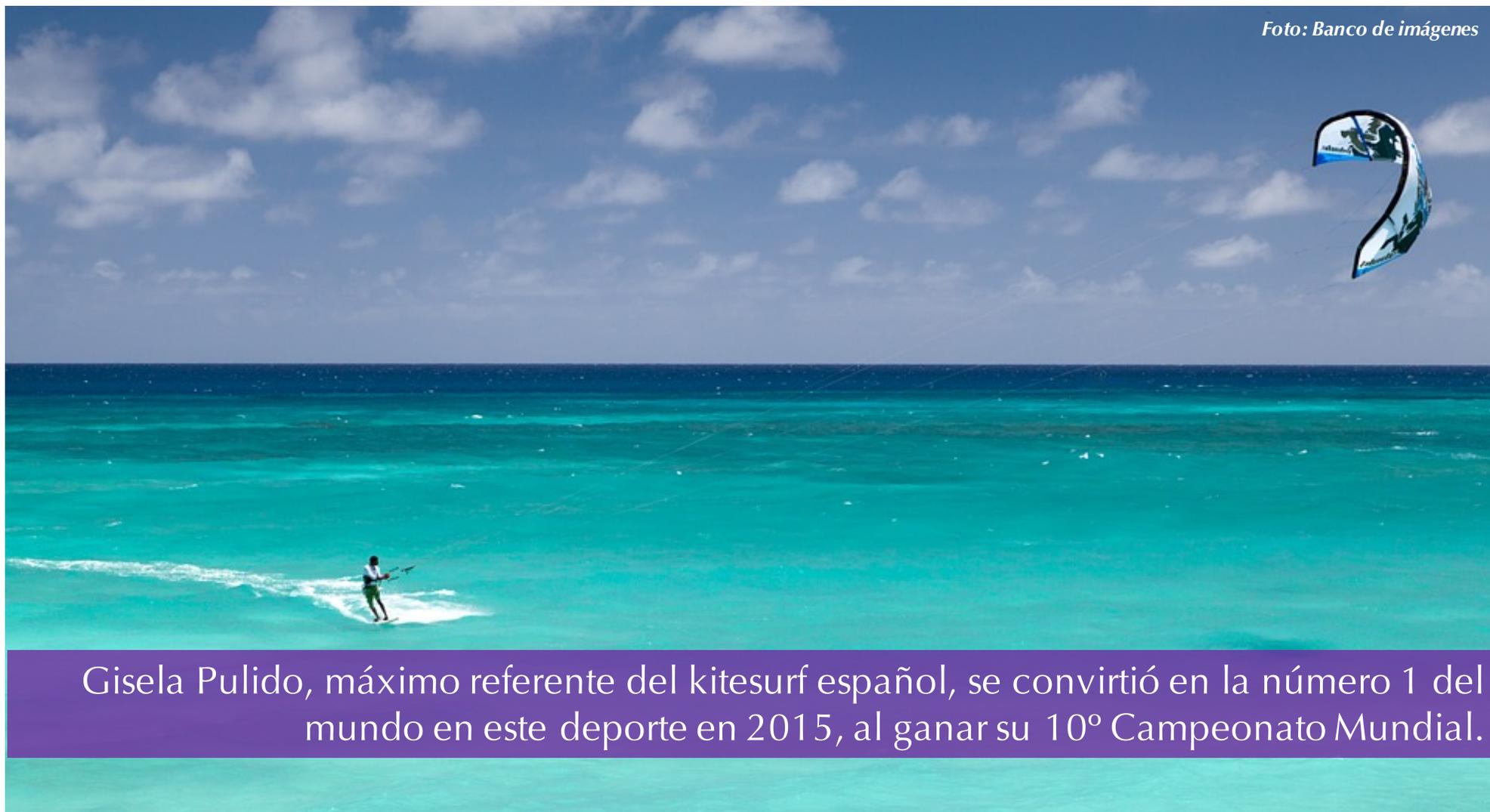


Foto: Banco de imágenes

Gisela Pulido, máximo referente del kitesurf español, se convirtió en la número 1 del mundo en este deporte en 2015, al ganar su 10º Campeonato Mundial.





SABÍAS QUE ...

Datos curiosos sobre deporte



Foto: banco de imágenes

La atleta argelina Hassiba Boulmerka, ha sido perseguida por correr con pantalón corto y camiseta de tirantes. Boulmerka, gran defensora de los derechos de las mujeres deportistas, fue la 2ª musulmana en obtener un oro olímpico, fue galardonada con el Premio Príncipe de Asturias en 1995 y tiene en su haber dos oros mundiales.





SABÍAS QUE ...

Datos curiosos sobre deporte



Foto: Proporcióna por TIWB

La española Susana Rodríguez marcó un hito en la historia del voleibol al convertirse en la primera mujer en actuar como primer árbitro en una final olímpica. Sucedió en los Juegos de Río de 2016.





MANIFIESTO

Declaración de Brighton





MANIFIESTO

Declaración de Brighton



El deporte femenino tiene que cambiar. Es importante y necesario que las deportistas reciban las mismas oportunidades e idénticos apoyos que los deportistas masculinos para poder alcanzar sus objetivos y desarrollar sus ambiciones. El artículo 4 de la **Declaración de Brighton** cubre este aspecto para fomentar la igualdad de las mujeres en el deporte.

4. DESARROLLO DE LA PARTICIPACIÓN

La participación femenina en el deporte está influida por la gama de actividades disponibles. Las personas responsables de la provisión de oportunidades y de programas deportivos han de proveer y promover actividades que respondan a las necesidades y ambiciones de las mujeres.

Texto íntegro





REGISTRO

Boletín Mujer y Deporte



07





Créditos

Boletín MyD N°27 octubre 2018

Publicación periódica online Programas Mujer y Deporte

© Consejo Superior de Deportes

Subdirección General Mujer y Deporte
c/ Martín Fierro, 5. 28040. MADRID
www.csd.gob.es

Coordinación

Natalia Flores Sanz

Redacción

Carmen Figueiras

Diseño y Maquetación

HiBooBoo your Friendly Agency

ISSN en línea

2174-3673

NIPO en línea

033-15-003-3

Catálogo general de publicaciones oficiales

<http://publicacionesoficiales.boe.es>

Suscríbete

Si no has recibido el boletín directamente desde mujerydeporte@csd.gob.es y deseas que te sea enviado periódicamente pulsa este enlace

Si no deseas recibir más el boletín comunícalo a mujerydeporte@csd.gob.es

