

# Tres torres de bronce

Por **Rudens Tembrás Arcia**, enviado especial

París. - **CON DOS** apuestas diferentes, pero comprensibles y respetables ambas, nuestras selecciones nacionales de lucha libre y clásica cumplieron sus principales propósitos en el Campeonato Mundial de Luchas, clausurado el sábado último en la Arena Accord Hoteles de esta ciudad europea.

Botín de tres preseas de bronce; el mérito de marcar en los medalleros de ambas justas, lo cual solo lograron 11 de las 83 delegaciones asistentes; extender a 27 (desde 1982) las ediciones en que nuestro país ha conquistado algún metal; y el reencuentro de los libristas con el podio, tras irse en blanco de Las Vegas 2015 y los Juegos Olímpicos de Río de Janeiro 2016, son razones para sentir satisfacción.

La tropa de Julio Mendieta viajó con su mejor arsenal y estuvo liderada por Alejandro Valdés (65 kg) y Yowlys Bonne (61 kg), ambos llegados al podio. El primero brilló de tal forma que no exageraría si dijera que estuvo en condiciones de reinar. El segundo probó que su veteranía no es todavía un impedimento para aportar a la causa nacional.

Yuriski Torreblanca (86 kg) se estrenó con un octavo lugar meritorio, que pudo ser mejor si no se hubiera "privado" en el instante cumbre de su última presentación. Y parecido le pasó a Reineris Salas (97 kg) en una categoría que aún no llena bien, y en la que los estelares suelen ser implacables.

El experimentado Liván López transitó por un "campo minado" y llegó hasta donde podía. Perdió con un rival ahora superior. Su séptimo lugar merece una evaluación positiva.

En este estilo dominó Estados Unidos (2-2-2) y Rusia se marchó sin corona. Apenas dos mandamases de Río 2016 ejercieron dominio, el iraní Hassan Yazdani Charati (86 kg) y el norteamericano Kyle Snyder (97 kg), este último airoso en la final más atractiva del evento sobre Abdulrashid Sadulaev (RUS), rey bajo los cinco aros en el peso inferior.

Jordan Burroughs (EE. UU./74 kg) y Frank Chamizo (ITA/70 kg) sumaron sus diademas áureas cuatro y dos, respectivamente.

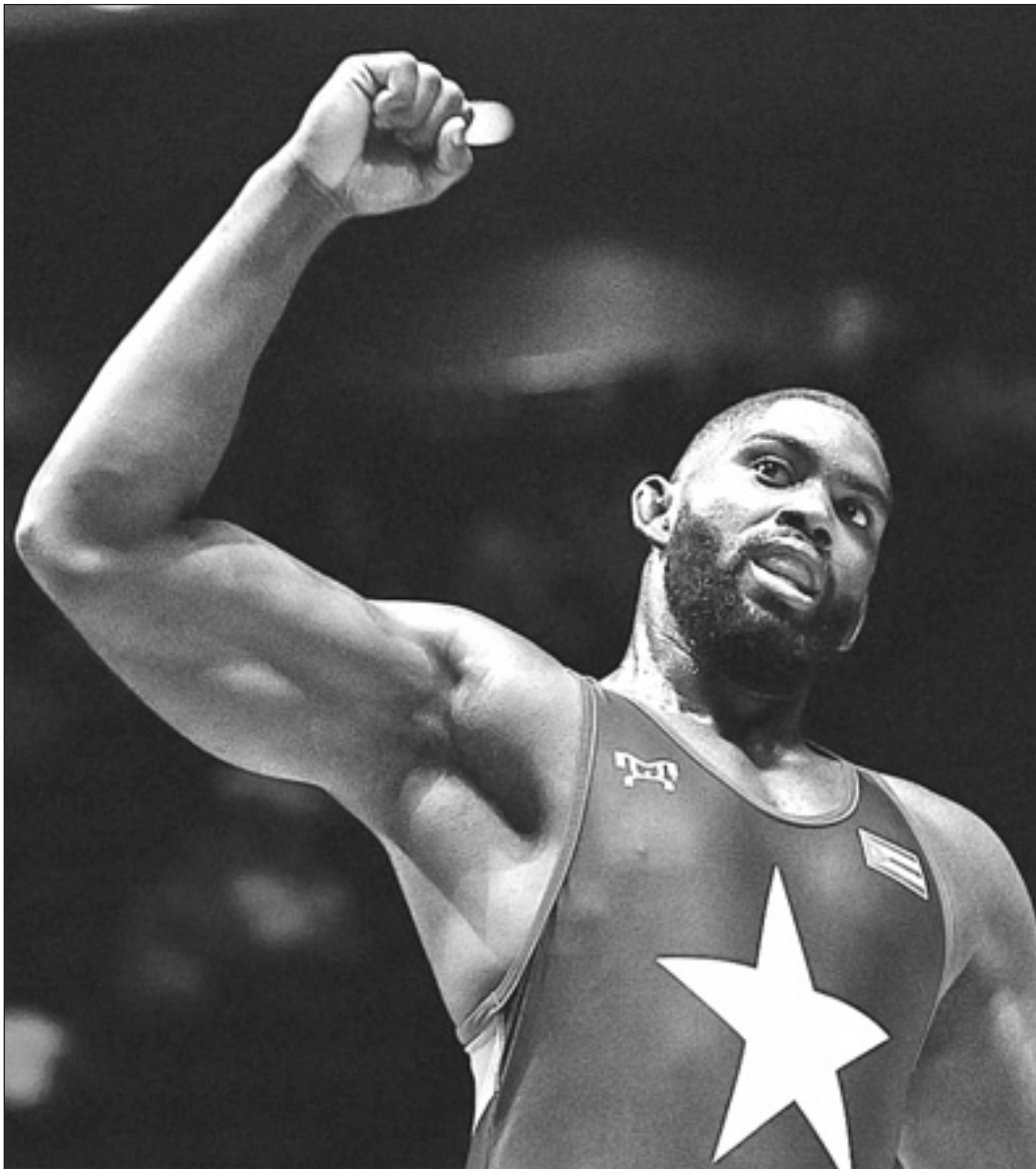
Nuestra selección grecorromana cumplió una loable actuación, tomando en cuenta que dejó en casa a sus monarcas olímpicos de Río: Mijain López (130 kg) e Ismael Borrero (59 kg), y al allí plateado Yasmani Lugo (98 kg).

La apuesta del colectivo técnico por figuras jóvenes salió de maravillas con Oscar Pino, bronce en la división mayor, un mensaje tranquilizador de cara al lógico relevo de nuestro triple rey olímpico y cinco veces del orbe.

Daniel Grégorich (85 kg), también debutante en estos predios, firmó un destacado séptimo lugar, que pudo ser mejor si los jueces hubieran penalizado como debían al alemán Denis Kudla (a la postre subcampeón) en la pelea de octavos de final.

Fogoso, rápido, inteligente y capaz de superar la tensión de eventos de este tipo, el capitalino ratificó posibilidades de grandes resultados en el cuatrienio que recién comienza.

Reiniel Díaz (98 kg) recibió el encargo mundialista a "última hora" y no pudo con la



presión que ello implicó, de ahí su ubicación en el escaño 21. Salió ganando su pelea inicial, pero su pensamiento táctico se trastocó poco después. Sin embargo, a merced de sus 23 años de edad conviene foguearlo para disponer de dos hombres fuertes en esta categoría.

Yurisandi Hernández (75 kg) y Miguel Martínez (66 kg), con más edad y experiencia, protagonizaron las actuaciones más endebles: escalones 33 y 24, respectivamente. Sus errores técnicos y tácticos fueron evidentes y eso exige pensar en variantes ahora que comienza el ciclo hacia Tokio 2020.

En términos generales, lo más importante para Cuba estuvo en figurar en una tabla de 17 países liderada por Turquía (2-0-1), y confirmar la supremacía a nivel continental, más allá de que Chile lograra igual botín (0-0-1) a través del cubano Yasmani Acosta (130 kg). Estados Unidos no se acercó al podio.

Los hechos memorables de la lid clásica estuvieron en que Rusia se marchó sin oro, algo que no sucedía desde 1911; la séptima medalla lograda por Riza Kayaalp (130 kg/TUR) y su tercer título; y el tricampeonato rubricado por el armenio Artur Aleksanyan

(98 kg), único monarca olímpico capaz de reinar en la Ciudad del Amor.

La fiesta de las féminas tuvo sabor a sushi nuevamente, pues las japonesas mandaron con cuatro coronas, un metal plateado y otro bronceado. De esa forma elevaron a 82 el total de premios áureos alcanzados desde la edición de Martigny 1989. Se trata de las dueñas absolutas de esta modalidad y ya lo veremos mejor en Tokio 2020.

Tres campeonas olímpicas mantuvieron el linaje: las japonesas Sara Dosho (69 kg) y Risako Kawai, está última bajando de 63 a 60 kg; y la estadounidense Helen Maroulis, subiendo de 53 a 58 kg.

Otros detalles imposibles de obviar fueron que Colombia logró su primera medalla a este nivel, gracias al bronce de Yackeline Rentería en los 63 kg; y que Nigeria y Túnez ubicaron finalistas y festejaron metales plateados, algo sin precedentes para representantes de África en este estilo.

Pero el certamen parisino también trascendió en los salones de reuniones, pues la Unión Mundial de Luchas (UWW) aprobó modificaciones en las divisiones a partir del 2018.

El estilo libre se mantendrá tal cual hoy, con el agregado de las categorías no olímpicas de 79 y 92 kg. En el femenino la distribución varía de la siguiente manera: **50-53-55-57-59-62-65-68-72-76** kg, marcándose en negritas las disputables bajo los cinco aros. Y en la grecorromana sucede similar: **55-60-63-67-72-77-82-87-97-130** kg.

También se acordó que la clasificación hacia Tokio ocurrirá en el certamen del orbe anterior (6 plazas), los clasificatorios continentales (8) y un abierto mundial (2), para completar las 16 plazas de cada peso.

Fin de este capítulo y mucho trabajo por delante. ☐

LA COLUMNA  
DEL EXPERTO



## Resiliencia

Por **Wilfredo Díaz García\***

**LA RESILIENCIA** puede definirse como la capacidad que tiene una persona o un grupo de personas para sobreponerse a eventos traumáticos de la vida cotidiana, como un accidente, la pérdida de un ser amado o las limitaciones económicas.

Se trata, básicamente, de recuperarse frente a la adversidad y mirar al futuro de forma optimista, asumir con flexibilidad situaciones límite y superarlas.

En psicología se puede agregar que gracias a la Resiliencia no solo somos capaces de afrontar los períodos de crisis o momentos extremadamente aciagos, sino que también podemos salir fortalecidos de ellos.

La resiliencia implica reestructurar nuestros recursos psicológicos y ponerlos al servicio de las circunstancias emergentes y de nuestras necesidades.

Mirándolo desde esta óptica, las personas resilientes no solo son capaces de vencer lo negativo que les ha tocado vivir, sino que avanzan un poco más y utilizan esos obstáculos para germinar y desarrollar al máximo sus potencialidades. Quienes cuentan con este recurso coinciden en afirmar que no existe una vida dura, sino momentos difíciles.

Varios estudiosos del tema señalan que los individuos resilientes poseen las siguientes características: son conscientes de sus potencialidades y limitaciones; son creativos; confían en sus capacidades; asumen las dificultades como una oportunidad para aprender; practican la conciencia plena; ven la vida con objetividad, pero siempre a través de un prisma optimista; se rodean de personas que tienen una actitud positiva; no intentan controlar las situaciones; son flexibles ante los cambios; son tenaces en sus propósitos; afrontan la adversidad con humor y buscan la ayuda de los demás y el apoyo social.

En la historia del deporte cubano abundan los ejemplos de atletas que han puesto de manifiesto una admirable resiliencia, escribiendo páginas memorables que han perdurado en el tiempo y se recordarán en los años por venir.

La inigualable Ana Fidelia Quiros logró sus mejores actuaciones luego de sobreponerse a un desgarrador percance doméstico que puso en peligro su existencia. Mientras admiradores y profesionales aunaban voluntades para reintegrarla a la vida, ella manejaba seriamente la idea de regresar a las pistas, y regresó.

Comenzó ganando la medalla de plata en los Juegos Centroamericanos y del Caribe de Ponce 1993. Luego vendrían dos preseas áureas consecutivas en campeonatos mundiales y un deslumbrante subtítulo en los Juegos Olímpicos de Atlanta 1996, mejorando el bronce de Barcelona 1992.

Todas esas actuaciones ocurrieron en la carrera de 800 metros, su distancia estrella, donde estampó el tercer mejor registro mundial de todos los tiempos (1:54.44) y casi diez años después volvió a correr por debajo de 1:55. Tal hazaña fue conseguida en una época de mucha rivalidad, en la que María de Lourdes Mutola y sus "amiguitas" europeas le aguaban la fiesta a cualquiera.

Driulis González, una de las máximas exponentes del judo a nivel internacional, se lesionó seriamente poco antes de Atlanta 1996. La fractura cervical sufrida puso en peligro su asalto al Olimpo y la consagración definitiva.

Mas sus ansias de triunfo se impusieron. Con un collarín salió al tatami y ganó todos los combates, logrando de paso la única medalla ausente en su palmarés. Fue su ippon al infortunio.

Para nuestro beneplácito contamos actualmente con varios deportistas de probada estirpe.

Yunidis Castillo, por ejemplo, incursiona en los óvalos de cualquier latitud y vuela como el viento... La gacela ha hecho del atletismo un estilo de vida, una filosofía que le ha permitido mitigar las secuelas del trágico accidente en que perdió uno de sus miembros superiores y que le impidió convertirse en una renombrada judoca.

Ahora, desde sus múltiples victorias mundiales y paralímpicas, tributa un definitivo abrazo a la esperanza. ☐

\* **Especialista en Psicología. Exmarchista del equipo nacional y campeón mundial de Retro-running.**

