

Estado actual del área de mediofondo y fondo en Venezuela; sin bitácora y en un mar en brava.

Tradicionalmente Venezuela no ha sido un referente en el ámbito internacional en el área de carreras de medias y largas distancias.

Aún así, en el ámbito de suramericana y centroamericana siempre se ha contado con figuras individuales que han enaltecido el gentilicio patrio al colarse en podios de diversos eventos, especialmente en las categorías menores.

En la máxima categoría, además de uno que otro título alcanzado en el pasado, las actuaciones de William Wayke, durante los años 80 y principios de los 90 en la distancia de 800 metros, así como los dos triunfos panamericanos en los 3.000 metros con obstáculos, en las piernas de Néstor Nieves y José Peña, la participación en la final de los 1.500 metros en los campeonatos mundiales de atletismo en la ciudad de Daegu en el año 2011, a cargo de Eduar Villanueva, un décimo quinto lugar por equipos en el campeonato mundial de cross country en Portugal en el año 2000, las actuaciones de José López en el ámbito latinoamericano, y las de nuestros destacados maratonianos, Rubén Maza y Carlos Tarazona en la década de los años noventa, y algunas actuaciones individuales, como las de las hermanas Brea, nuestro país no ha contado con un gran protagonismo internacional en esta importante área del atletismo, y por lo que se vislumbra, el futuro de esta especialidad no es el más halagador.

Más allá de pretender buscar culpables por el estado de abandono que esta área presenta en la actualidad en el ámbito nacional, más allá de pretender señalar responsables del evidente estancamiento en que se encuentra, no solo a nivel de marcas técnicas, sino además del reducido número de participantes en las distintas pruebas, desde los 800 hasta los 10 mil metros en los campeonatos nacionales, y por ende un descenso en la participación en eventos internacionales, más allá de la inocultable falta de liderazgo en esta área, la intención de esta reflexión es en primer lugar señalar las posibles causas de la deserción de los corredores de resistencia, el deterioro técnico en las marcas y los pocos resultados obtenidos a la hora de tomar parte en eventos internacionales, en segundo lugar, también es señalar algunas acciones que se hace necesario emprender a fin de que podamos contar con una cantera de jóvenes corredores, quienes a mediano y largo plazo nos permitan posesionarnos internacionalmente a un nivel más alto que el que en la actualidad tenemos, y así reeditar logros como los antes señalados.

Entre las principales causas por las cuales se observa la situación antes descrita, podría citar:

- Falta de una política coherente, sistemática y permanente de parte de la Federación Venezolana de Atletismo para desarrollar el área de mediofondo y fondo en el ámbito nacional.
- Falta de un programa de apoyo permanente de parte del Ministerio del Deporte y la Juventud, que permita que aquellos corredores que llegan al alto rendimiento puedan enfocarse principalmente en sus entrenamientos y estudios, y de esa manera poder alcanzar un mejor rendimiento en las pruebas a las que se dedican.
- No existe una planificación a mediano y largo plazo, tendente a contar con una generación de jóvenes corredores que puedan conformar la preselección y selección nacional de cara al próximo ciclo olímpico.
- Por lo general, el nivel técnico de nuestros entrenadores en el área, y me incluyo es de regular a bajo, lo que por ende redundará en un deficiente nivel técnico en los resultados obtenidos. Paradójicamente, esto entra en contradicción con la muy aplaudible política de captación de nuevos talentos, ya que de qué vale contar con jóvenes talentos para el área de mediofondo y fondo, si no contamos con entrenadores con el mejor conocimiento para llevar a ese talento al mejor nivel competitivo?
- Históricamente ha habido falta de interés de parte de la Federación Venezolana de Atletismo en establecer la temporada anual de carreras tipo cross country, que, como es sabido, en todos los países con mayor nivel técnico que el nuestro, la temporada nacional de cross county es un elemento insustituible en su programación anual de competencias, dado los beneficios que esta actividad genera en el corredor de resistencia.
- Existe una marcada resistencia de parte de nosotros los entrenadores para no tomar parte en cursos de mejoramiento profesional, programas de actualización, así como a la aceptación de que a veces es necesario hacer ciertos cambios en los paradigmas que tenemos a la hora de entrenar a atletas, y así abrirnos a la posibilidad de aceptar otros métodos diferentes a los que tradicionalmente hemos usado.
- Inexistente, o muy deficiente inversión del estado en programas de investigación científica en materia de entrenamiento de corredores, las ciencias relacionadas con esta actividad y su adecuación y aplicación a las particularidades que en la actualidad se viven en el país, esto, aún cuando la carrera pedestre es la actividad física más estudiada en el mundo.
- Inexistencia de un programa sistemático de evaluaciones funcionales, bioquímicas y de seguimiento al proceso de entrenamiento y su posterior evaluación con los entrenadores, de manera de poder monitorear y hacer los ajustes necesarios en los programas de entrenamiento aplicados a los atletas.
- Precario programa de competición anual, el cual en la actualidad para la categoría adultos se limita a un campeonato nacional por especialidades, un

campeonato nacional absoluto y tres memoriales, que al realizarse en días consecutivos se transforman en una sola competición, lo cual lo cual limita el constante y adecuado fogueo de los atletas. En mi opinión, la manera más expedita para mejorar es compitiendo, pero si un atleta apenas compite en tres eventos al año, no solo ve limitada sus posibilidades de mejorar, sino además, si por alguna razón no puede tomar parte en alguna de esas competiciones, la posibilidad de decepcionarse son muy elevadas.

- Falta de un programa de asistencia socio económica dirigida al atleta de preselección y selección nacional, que evite la participación de estos en aquellas carreras de calle no planificadas, con su consabido efecto en las resultados en las competiciones en pista.
- No se le hace seguimiento a los convenios internacionales en materia del deporte, de manera que nuestros corredores de mediofondo y fondo no precisen tener que estar prácticamente a la deriva cuando viajan a otras latitudes, ya sea por competir o por entrenamiento.
- No existe la voluntad política de parte de los entes responsables del uso de las pistas de atletismo en el territorio nacional, de manera que dichas instalaciones puedan ser utilizadas racionalmente por los practicantes de las actividades deportivas del atletismo y del fútbol, sin perjudicar el desempeño y desarrollo de la práctica del atletismo, ya que la manera como desde hace algunos años se ha estado realizando se asemeja a “convenios leoninos” que benefician a solo una actividad deportiva en menoscabo de la otra en todo el territorio nacional.
- No existe la voluntad política para acercarse al empresariado privado para llegar a acuerdos de apoyo económico de este sector, de manera que cada una de las empresas contactadas pueda sufragar los costos de permanencia en el programa de al menos uno o dos de los atletas preseleccionados.

Acciones sugeridas a fin de mejorar, tanto el número de participantes en los eventos de aliento en el país, así como a elevar el nivel técnico de nuestros corredores a la hora de tomar parte en eventos internacionales:

- Conformar la preselección nacional de mediofondo y fondo 2023 – 2028, compuesta por un máximo 11 atletas de la categoría adultos, cuya escogencia, de acuerdo al criterio de la actual Comisión Nacional de Mediofondo y Fondo, la cual se conforma después de un consenso entre la Federación Venezolana de Atletismo y el Ministerio del Poder Popular para el Deporte, se fundamenta en la evaluación de los mejores registros técnicos en el año 2023, y los 7 mejores corredores sub 20, de acuerdo al mismo criterio.
- Establecer el cronograma de evaluaciones técnicas, funcionales, competencias preparatorias, evaluaciones bioquímicas de todos los atletas preseleccionados.
- Establecer el cronograma nacional de campamentos de entrenamiento, en los que además de entrenamientos grupales se hagan las evaluaciones funcionales

y bioquímicas de acuerdo a los más avanzados protocolos utilizados en el ámbito internacional.

- Propiciar la participación de los atletas preseleccionados en al menos 5 carreras tipo cross country por año, más el campeonato nacional de la especialidad.
- Incrementar el número de competiciones anuales en el ámbito nacional.
- Elaborar el plan de asistencia socioeconómica para los atletas integrantes de la preselección y selección nacional, así como los entrenadores responsables de esta preselección.
- Establecer el programa anual de cursos, talleres y clínicas orientadas a la actualización de los conocimientos del cuerpo técnico responsable de la preselección nacional y otros entrenadores en el ámbito nacional en las siguientes especialidades: Planificación de entrenamiento, masaje médico, fortalecimiento físico, fisiología y bioquímica, metodología, entre otras, en busca de un criterio unificado en el ámbito nacional para la preparación de corredores de medias y largas distancias.
- Iniciar a la brevedad las acciones necesarias para conseguir el apoyo económico de parte de las empresas públicas y privadas para la sustentabilidad a largo plazo de este programa.
- Restablecer los convenios internacionales en materia de deporte y establecer nuevos convenios para auspiciar la inserción de los corredores en las distintas casas de estudio, tanto nacionales como internacionales.
- Normar el uso de las instalaciones deportivas destinadas a la práctica del atletismo en todo el territorio nacional.

Indudablemente que la puesta en marcha de las acciones sugeridas no significa que sea la panacea que de manera mágica va transformar el estado que en la actualidad se tiene en cuanto al mediofondo y fondo nacional, pero si significa un gran paso hacia la consecución de esos objetivos.

En situaciones de crisis y de dificultades, existen dos posibilidades, o se permanece inmóvil a ver qué pasa, o se actúa para que las cosas pasen.

Eduardo Navas Rodríguez. Entrenador Nacional.

