

UNIDAD XOCHIMILCO

DIVISIÓN DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANIDADES

**MÁS ALLÁ DE *LAS BARRAS* DEL GÉNERO:
LA EXPERIENCIA DE GIMNASTAS
MASCULINOS Y LOS CÁNONES CORPORALES**

TRABAJO TERMINAL

PARA OBTENER EL GRADO DE:

LICENCIADOS EN PSICOLOGÍA

PRESENTAN:

CECILIA RUIZ MANDUJANO

IAN ISAI LEAL HEREDIA

ASESORA:

MAYLETH ALEJANDRA ZAMORA ECHEGOLLEN

LECTOR:

RAÚL EDUARDO CABRERA AMADOR

Agradecimientos

A mis padres y hermana quienes han sido un apoyo incondicional a lo largo de este arduo viaje académico, no me queda más que decir gracias.

*A mi familia que siempre estuvieron ahí para echarme porras, cuando más lo necesitaba.
A mi tía Ame que tuvo la paciencia para estar leyendo mis trabajos.*

A mi Ángel, mi abuelo, la persona que creyó en mí incluso cuando yo dejaba de hacerlo; quién, a pesar de no estar físicamente presente, sus recuerdos y enseñanzas siguen conmigo. No me queda más que decirte que tu creencia en mí ha sido una fuente constante de inspiración.

A mis amigos, quienes me acompañaron durante estos cuatro años y de quienes aprendí demasiado; especialmente al Team Mr. Taco quienes no sólo aportaron discusiones teóricas increíbles si no que me regalaron momentos de mucha alegría.

A mi asesora, la Dra. Mayleth Zamora, quien se comprometió con su trabajo desde el primer momento; muchas gracias por siempre escucharme y orientarme en esos momentos en donde creía que no podía continuar.

Y finalmente, pero no menos importante a mi casa de estudios la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco, a la licenciatura en Psicología y a todos y todas mis profesoras que durante estos 12 trimestres me impartieron clases con tanto amor y dedicación.

Me gustaría cerrar diciendo que este logro no es sólo mío, sino nuestro. Cada uno de ustedes ha contribuido de manera invaluable a mi éxito, y este trabajo es tanto vuestra como mía. Gracias por ser mi red de seguridad y mi motivación constante.

Con gratitud eterna,

Cecy Ruiz

ÍNDICE

Introducción	4
Problematización	7
De la pregunta al problema: primeros enfoques.....	7
Nuevas perspectivas: revisión y replanteamiento del problema.....	13
Metodología	14
Trabajo de campo	15
Desencuentros y Vínculos: Experiencias en el Trabajo de Campo	24
Marco conceptual	26
Género	27
Cuerpo	28
Experiencia.....	30
Análisis	31
El camino de los hombres en la gimnasia artística: Desafíos sociales y normas de género.....	32
Expectativas de género y su influencia en la formación de identidades	33
Violencia Silenciosa: Estereotipos de Género en la Gimnasia Artística	38
Más Allá de los Movimientos: La Masculinidad en la Gimnasia y el Cuerpo	41
Reflexiones finales	47
Bibliografía	51
Anexos	57
Entrevistas a Abraham.....	57
Entrevista 1.....	57
Entrevista 2.....	66
Entrevista 3.....	74
Entrevistas a Manuel	81
Entrevista 1.....	81
Entrevista 2.....	93
Entrevista 3.....	106

Introducción

En la actualidad, el deporte se ha configurado como una institución, esto es, una red de relaciones simbólicas e imaginarias que producen aquellos referentes sociales necesarios para la comprensión del mundo deportivo y en otros espacios sociales (Álvarez González, et al., 2023). Como resultado, han proliferado una variedad de actividades físicas y deportes: fútbol, volibol, atletismo, natación, etc. No obstante, es del interés de este texto, ahondar sobre la gimnasia artística, que a primera vista puede parecer un deporte donde únicamente se ve una gran destreza física y se desafía la gravedad, además de la gracia y elegancia de sus movimientos, empero, es un fenómeno mucho más complejo.

La práctica de la gimnasia artística varonil está basada en la ejecución de rutinas sobre 6 aparatos: piso, caballo con arzones, anillos, tabla de salto, barras paralelas y barras fijas. En estas rutinas, es necesario que los gimnastas incluyan elementos acrobáticos y gimnásticos, mostrando siempre fuerza, flexibilidad, equilibrio, estética y una perfecta coordinación (FMG, s.f; GAM, 2020). Sin embargo, entretejido a estas formas de expresión artísticas, se dejan entrever una serie de dinámicas sociales harto-interesantes, en este caso particular, sobre el género.

Si bien, nos interesamos en la gimnasia artística como campo de estudio y sus interlocuciones con el género, en un primer momento de esta investigación, teníamos el supuesto que, la gimnasia, al ser un deporte donde existe una estética corporal particular -perfeccionista-, creíamos que los jóvenes gimnastas establecían ciertas relaciones con la comida -restricciones, obsesiones, purgas-. En ese primer supuesto, establecimos como objetivo de investigación: conocer la experiencia de los jóvenes varones practicantes de gimnasia artística en torno a la obtención de una imagen corporal “ideal” y las implicaciones alimentarias que trae consigo.

Sin embargo, al observar más de cerca nuestro campo de estudio, es decir, al realizar un acercamiento teórico y metodológico al campo y a los sujetos inmersos en éste, nos dimos cuenta que la gimnasia contenía una historia fascinante y que trascendía aquellas preconcepciones relacionadas a lo alimentario. Con ello, durante el proceso de la investigación nos percatamos que los estudios hechos sobre esta disciplina hablaban mucho

más desde un enfoque cuantitativo (cuántos gimnastas “padecían” trastornos alimenticios y/o conductas alimentarias de “riesgo”; qué “trastornos” alimenticios tenían; cuáles eran las características de estos trastornos), pero poco se hablaba de lo que realmente se imprime en las experiencias de los gimnastas, especialmente de los hombres que practican este deporte.

Ya que lejos de ser una simple demostración de habilidad física y perfeccionismo corporal, la gimnasia artística se convierte en un microcosmos en donde el cuerpo pasa a ser un lugar de resistencia; un sitio en el cual se desafían las nociones convencionales de masculinidad y que da paso a un entramado donde fuerza, elegancia y expresión artística convergen, revelando así la riqueza y diversidad que la identidad masculina puede tener.

Es por ello que, en esta investigación intentamos “dar cuenta de eso”, de aquello que es “poco dicho” por los autores de estos estudios, adentrándonos así, en la intersección entre cuerpo, inscripción cultural y resistencia que se da en el contexto de la gimnasia artística varonil. En suma, este propósito se inscribe desde el enfoque de la psicología social aquella que se plantea dar cuenta de los procesos de subjetivación desde diversos referentes teóricos como son: la antropología, la filosofía, la sociología, el psicoanálisis y la psicología.

Teniendo esto en mente, nuestro objetivo general es “Conocer la experiencia de los varones practicantes de gimnasia artística en torno a la construcción de un cuerpo ‘ideal’”. Asimismo, y de manera más específica, buscamos I) conocer de qué manera se ve interpelado el cuerpo de los gimnastas varones por el género e II) identificar la manera en que el cuerpo se ve atravesado por los discursos externos e internos respecto a cómo tiene que lucir.

En consecuencia, decidimos hacer uso de una metodología cualitativa, ya que esto nos permitirá dar cuenta de las experiencias de nuestros entrevistados. Además, se hizo uso de la entrevista a profundidad como herramienta de intervención ya que esta técnica nos permite ahondar en los discursos de manera singular proporcionando un panorama sólido sobre las experiencias de nuestros entrevistados lo que nos proporciona el material idóneo para llevar a cabo nuestros objetivos.

Por otra parte, hicimos uso de las categorías de género, cuerpo y experiencia para construir nuestro marco conceptual; apartado que en un primer momento se tenía pensado usar únicamente como guía para la redacción del apartado de análisis, sin embargo, después de

pensarlo detenidamente se optó por agregarlo al trabajo final con el fin de darle a nuestros lectores una pequeña introducción sobre los referentes teóricos que se usarán en el análisis y que pueden quedar un poco desdibujados en el transcurso de este.

Continuando con el apartado de análisis, este se compone de cuatro subapartados, que si bien en un principio se tenía en mente que cada uno diera cuenta de una categoría en específico; una vez que se inició con dicho análisis nos percatamos que esto no sería del todo posible, por lo que dentro de cada apartado se puede vislumbrar en mayor o menor medida dichas categorías, es este capítulo donde se intenta dar cuenta de cómo se gesta en los gimnastas la masculinidad y cómo es que se intercepta el cuerpo, la inscripción cultural y la resistencia en sus subjetividades.

Al finalizar, se podrá encontrar las reflexiones finales en donde se trata de dar cuenta de los aprendizajes e incógnitas que llegaron a quedar pendientes una vez que se concluyó con la investigación. Asimismo, ponemos en manifiesto las vicisitudes que se hicieron presentes duran el año en el que trabajamos en esta investigación, con esto tratamos de presentar un panorama más sincero de lo que es hacer una investigación cualitativa y los altibajos que esta puede presentar. Finalmente, en el apartado de anexos de este escrito se pueden encontrar las transcripciones completas de las entrevistas realizadas.

Problematización

En este apartado, como su nombre lo indica, abordamos la problemática de nuestra investigación. Sin embargo, es importante destacar que durante este proceso identificamos dos momentos clave. Por lo tanto, decidimos dividir este apartado en dos subapartados con el fin de brindar a los lectores una comprensión más detallada de cómo se desarrolló este proceso.

En el primer subapartado, titulado "De la pregunta al problema: Primeros enfoques", exploramos los puntos de partida de la problemática, que incluyen aspectos iniciales y datos recopilados, así como las primeras delimitaciones del problema y algunas preguntas iniciales. Esto nos proporciona una visión general de la situación.

En el segundo subapartado, llamado "Nuevas perspectivas: Revisión y replanteamiento del problema", cuestionamos nuestras suposiciones iniciales y redirigimos completamente el enfoque de nuestra investigación, lo que nos lleva a establecer nuevos objetivos.

Ambos momentos desempeñaron un papel crucial en este proceso, ya que nos permitieron abordar el tema de manera más precisa y efectiva.

De la pregunta al problema: primeros enfoques

El cuerpo siempre ha sido usado como el principal instrumento para expresarnos y relacionarnos con la sociedad, no obstante, será hasta finales del siglo XX y principios del XXI que éste comienza a tomar mayor relevancia puesto que comienza a dejar de ser demonizado y pasa a estar en lo que Le Bretón (2002) llama una ilusoria liberación del cuerpo. De este modo, “el cuerpo se convierte en algo a reivindicar, a mostrar, algo que es cuidado con esmero, un objetivo en sí mismo” (Aries y Duby citado en Esteban, 2013, p. 72). Con ello, es aquí donde se inicia una nueva forma de disciplinar el cuerpo en donde se busca cumplir con las exigencias de una determinada sociedad para así alcanzar la perfección (Esteban, 2013).

En nuestros días esta regulación es llevada a cabo a través de un doble juego, de potenciación del consumo, pero también de fomento del autocontrol y la disciplina. Consumo y control que se ejerce específicamente en relación con cuatro grandes áreas: alimentación, ejercicio físico y deporte, cuidado estético y sexualidad (Esteban, 2013, p. 72).

Así mismo cuando, Michel Foucault (1986) habla sobre la reflexión moral respecto al comportamiento sexual, rescata la importancia de la regulación y autocontrol que se tenía sobre los cuerpos, a través de la medición de aspectos como la alimentación o el ejercicio, haciendo rechazo a todo tipo de exceso o comportamiento que se saliera de esa línea:

Entre los ejercicios, se distinguen aquellos que son naturales (caminar, pasear) y los que son violentos (la carrera, la lucha), y se decide cuáles son los que conviene practicar y con qué intensidad, en función de la hora del día, del momento del año, de la edad del sujeto, del alimento que ha tomado [...] Las evacuaciones -purgas y vómitos- habrán de corregir la práctica alimenticia y sus excesos (Foucault, 1986, p. 111).

Foucault (1986) señala que las regulaciones en el ejercicio y la alimentación tenían una relación intrínseca con las prohibiciones sexuales, por lo que tenían preceptos religiosos. Al mismo tiempo, es evidente que la ejercitación y cuidado del cuerpo, así como el rechazo de las enfermedades, comienzan a tener relación con el cuidado del alma y una mayor firmeza moral, y esto se ejemplifica a través de la gimnasia:

El Sócrates de Jenofonte destaca bien esta correlación cuando recomienda a los jóvenes ejercitar regularmente su cuerpo mediante la práctica de la gimnasia. Ve en ella la garantía de que uno podrá defenderse mejor en la guerra, evitar, como soldado, la reputación de cobardía, servir mejor a la patria, obtener elevadas recompensas (y dejar así a los descendientes fortuna y posición); de ello espera una protección contra las enfermedades y los achaques del cuerpo (Foucault, 1986, p. 111).

En la anterior cita se rescatan características de la masculinidad hegemónica, como la autodefensa, la guerra y la valentía, aspectos que Jenofonte concibe como valiosos y que se logran a través de un deporte del alto rendimiento como lo es la gimnasia. Por otro lado, si bien los trabajos de archivo de Foucault nos resultan de gran utilidad para dar a conocer un contexto histórico del problema de investigación. No obstante, también es importante explorar estudios recientes sobre el tema ya que para nosotros es totalmente claro que el contexto social de estas prácticas ha cambiado enormemente.

Por lo que siendo la alimentación y el deporte las áreas en las que centramos este trabajo, iniciamos la búsqueda de investigaciones hechas con relación a las conductas alimentarias, esta se llevó a cabo en distintas páginas las cuales fueron “*el repositorio institucional de la UNAM*”, “*la colección de archivo histórico de la Biblioteca de la UAM-X*”, en el portal de difusión científica “*Dialnet*” y la biblioteca electrónica “*SciELO*”, para obtener resultados

más concretos de decidió hacer uso de 3 palabras clave las cuales fueron: *alimentación, imagen corporal y deporte.*

Al respecto se encontraron un total de catorce estudios relevantes, sin embargo, revisando detenidamente nos dimos cuenta de que todos están abordados desde una metodología cuantitativa y con enfoque biomédico, dato que es importante tomar en cuenta. Del año 2012 rescatamos dos investigaciones, las cuales fueron abordadas desde una metodología cuantitativa: Toro Alfonso, Walters Pacheco y Sánchez Cardona (2012) en su investigación “*El cuerpo en forma: Masculinidad, imagen corporal y trastornos en la conducta alimentaria de atletas varones universitarios*” llevaron a cabo la aplicación de un cuestionario a 385 atletas masculinos en Puerto Rico, los cuales en su mayoría presentaron una moderada adherencia al modelo de masculinidad, en relación con esto el 15% reportó problemas de conductas alimentarias.

Por su parte en España, Díaz Ceballos (2012) llevó a cabo una investigación con 233 deportistas de los cuales 117 eran hombres y 116 mujeres, para ello elaboró un cuestionario de 30 preguntas divididos en 4 ejes, el cual arrojó como resultados que las deportistas mujeres presentan más factores de riesgo para desarrollar un Trastorno de la Conducta Alimentaria¹ (TCA) que los deportistas hombres. Asimismo, Díaz de León (2013) realizó una investigación sobre las conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción corporal con alumnos de primer trimestre de la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco a los cuales les aplicó varios cuestionarios arrojando que en esta población existe un gran porcentaje de insatisfacción corporal que es más notorio en mujeres, así como la inexistencia de una relación entre esta insatisfacción y la prevalencia de Conductas Alimentarias de Riesgo² (CAR´s).

¹ Los trastornos de la conducta alimentaria se definen como alteraciones específicas y severas en la ingesta de los alimentos, observadas en personas que presentan patrones distorsionados en el acto de comer y se caracterizan, bien sea por comer en exceso o por dejar de hacerlo (Méndez, Vázquez-Velazquez, García-García, 2008, p. 580).

² Las CAR'S son entonces alteraciones que se presentan tanto en la alimentación como en la regulación de ésta, las cuáles siguen un patrón parecido a las denominadas TCA (trastornos de la conducta alimentaria); tal y como lo expresan Altamirano, Vizmanos y Unikel en su artículo Continuo de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de México, "las CAR´S son la parte intermedia de un continuum: en donde en un extremo está la conducta alimentaria normal y en el otro los trastornos de dicha conducta" (2011, p. 401).

Simultáneamente en México se realizó una investigación sobre la imagen corporal en varones y su relación con alimentación y ejercicio la cual se abordó desde un enfoque mixto usando como herramienta los cuestionarios y los grupos focales; en esta se observó que uno de los principales motivos para cambiar los hábitos alimenticios es un mayor rendimiento deportivo (Rodríguez Cano, 2013).

Otro estudio sobre la masculinidad y la alimentación se llevó a cabo por Magallanes (2013) en donde se aplicó tres pruebas relacionadas con la búsqueda de musculatura y los hábitos alimenticios a 624 estudiantes varones de psicología. Los resultados obtenidos en estas pruebas mostraron que los hombres con una puntuación alta en masculinidad presentan menor preocupación alimenticia.

Por otra parte, Portos y Patow (2013) en su investigación *“La gimnasia, la gimnasia artística y la gimnasia rítmica: Semejanzas semánticas, diferencias conceptuales y teóricas. Análisis de los discursos de estas prácticas”*, llevaron a cabo la recolección de programas de gimnasia artística para la formación como profesores de educación física, los cuales fueron analizados encontrando una relación estrecha entre saber médico y deporte.

Por el contrario, en México se dio un auge en los temas relacionados a la imagen corporal y las TCA. Cervantes Luna (2015) realizó un estudio a 146 varones adolescentes en 3 meses en donde se notó un alto índice de insatisfacción corporal, la cual se ha identificado como una de las principales causas de TCA. Por su parte, Cortes Servín, Figueroa Tolentino y León Solano (2019) realizaron una investigación cuantitativa mediante dos cuestionarios a 425 participantes, estos cuestionarios identifican las conductas alimentarias de riesgo e insatisfacción corporal donde el 90.4% de la población presentó satisfacción por su figura corporal y un 65.4% reflejo no presentar indicios de CAR's volviendo a manejarse una relación satisfacción corporal-conductas alimentarias. De igual manera, Moreno (2019) realizó un análisis estadístico mediante la aplicación de dos testes a los alumnos de nuevo ingreso del Bachillerato 2, el cual arrojó como conclusión la inexistencia de una relación entre la percepción corporal y el desarrollo de CAR's.

Aunado a lo anterior, otro concepto que ha sido foco de múltiples investigaciones relacionadas con la conducta alimentaria ha sido el deporte.; entre estas se encuentra la de

Baldó Vela (2019) quien llevó a cabo un estudio descriptivo-analítico con 49 jugadores semiprofesionales de baloncesto, fútbol y rugby, los cuales contestaron 4 cuestionarios relacionados con sus hábitos alimenticios, en donde el 14% presentaron sintomatología de TCA.

De igual forma, Díaz Ceballos; Ramírez Molina; Navarrón y Godoy Izquierdo (2019) en su investigación “*Creencias, actitudes y conductas de riesgo de entrenadores en relación con el peso de sus deportistas*”, encuestaron a 127 entrenadores en relación con los factores de riesgo en la dualidad peso-alimentación en sus atletas, donde se mostró un alto nivel de creencias de riesgo que pueden suponer un factor en el desarrollo de CAR´s en los atletas. Así mismo, Teixidor-Batlle, Andrés y Ventura Vall-llovera (2019) aplicaron cuestionarios a ochenta deportistas femeninas de las cuales sólo en 12.5% presentaron sintomatología de TCA.

En los últimos tres años se ha visto que las investigaciones van dirigidas concretamente al campo de la gimnasia predominando el enfoque cuantitativo y la perspectiva médica como se puede ver con Martínez Rodríguez, Reche García, Martínez Fernández, Martínez Sanz y Martínez-Fernández (2020) quienes realizaron una valoración antropométrica, así como la aplicación de dos cuestionarios a 33 gimnastas mujeres, en donde sólo se detectaron dos casos de riesgo de presentar TCA. Por otro lado, Cirternas-Bustos, Donari-Muñoz, Mahncke-Valenzuela, Retamal-Muñoz, Pérez-Courbis, Fuentes-Vilugrón, Lagos-Hernández (2020) optaron por un enfoque mixto por lo que realizaron la aplicación de los cuestionarios EAT-26 y BSQ y grupos focales; se convocó a cincuenta y tres gimnastas de elite, las cuales en su mayoría no presentaron preocupación al respecto de su imagen corporal, así como no mostraron riesgo de CAR´S.

Fue después de esta búsqueda y con la ayuda de uno de nuestros informantes que logramos encontrar una investigación referente a nuestro tema de interés que era hecha desde una metodología cualitativa, la cual le pertenecía al mismo informante, este estudio analizaba “el vínculo entre el conflicto psíquico y la práctica de la gimnasia artística en mujeres de 15 años” (Álvarez Gonzales *et al.*, 2023, p. 106).

Gracias a la bibliografía revisada pudimos observar que durante la última década las conductas alimentarias y su relación con la imagen corporal han sido objeto de estudio de las hegemonías de saber (medicina, biología, estadística y psicología clínica), las cuales se centran únicamente en los aspectos cuantificables, basados en resultados estadísticos, dejando de lado las experiencias de los sujetos que son partícipes de estos estudios. Encasillando además en un problema que se presenta únicamente en las mujeres o en el género femenino lo que ha traído como consecuencia una invisibilización de los hombres respecto al tema. Aunado a esto podemos ver que los múltiples estudios que se han realizado han sido enfocados a mujeres deportistas de alto rendimiento.

Con base en lo anterior, decidimos que era necesario mover el enfoque de estos estudios, es por ello por lo que planteamos esta investigación desde una perspectiva cualitativa, enfocada en la experiencia de deportistas masculinos que sean o hayan sido practicantes de gimnasia. Decidimos como campo de estudio esta disciplina ya que creemos es uno de los deportes que la mayoría de las veces es clasificada como “deporte de mujeres”. Esto nos llevó a establecer en un primer momento como objetivo general el “Conocer la experiencia de los jóvenes varones practicantes de gimnasia artística en torno a la obtención de una imagen corporal “ideal” y las implicaciones alimentarias que trae consigo”.

El motivo por el cual queríamos conocer estas discusiones, era debido a nuestras propias ideas y presupuestos que teníamos relacionadas con la gimnasia artística femenil, ya que pensábamos que al ser un deporte en donde la estética corporal debe de transmitir una sensación de perfección, a la mujer se le exigían altos estándares corporales, los cuales para lograrlos era necesario sacrificar su propia salud alimentaria siendo este el primer motivo por el cual nos interesamos en la gimnasia artística. A su vez el motivo por el cual surgió un interés por decantarnos hacia los hombres gimnastas, no fue simplemente por el hecho de que ya existieran diversas investigaciones referentes a la mujer, sino también a la idea de que esto no es algo exclusivo que sufren las mujeres, ya que creemos que los mismos hombres silencian los discursos referentes a su alimentación todo esto causado por las ideas machistas presentes en la sociedad en donde al hombre no se le permite expresar lo que siente, siendo estos los motivos por los cuales nos interesamos en el tema.

Así mismo y de manera más específica, buscábamos conocer qué discursos influyen en el proceso de subjetivación de los jóvenes gimnastas en relación con su imagen corporal; identificar de qué manera se disciplinan los cuerpos y la alimentación de estos; así como la relación que existe entre los discursos médicos en torno a los TCA y las rutinas de entrenamiento de gimnasia artística. De igual manera buscamos contrastar el discurso interno que tienen sobre el cuerpo los gimnastas con el discurso médico hegemónico, esto con el objetivo de desnaturalizar el diagnóstico de las TCA.

Con esto en mente hicimos una guía de entrevista³, en la cual nos apoyamos para realizar las primeras dos entrevistas a cada entrevistado; fue durante estas entrevistas que nos percatamos de que nuestra problemática daba por hecho que los gimnastas masculinos presentaban problemas alimenticios como las CAR's o TCA, por lo que era necesario hacer un replanteamiento de este.

Nuevas perspectivas: revisión y replanteamiento del problema

Por otra parte, optamos por ampliar el enfoque de la investigación, por lo que decidimos mover el ángulo de la imagen corporal al cuerpo, ya que esto no sólo nos permite un análisis más rico y detallado de la experiencia de los gimnastas masculinos, sino que también se acerca más hacia el propósito de esta investigación. Así mismo, con esta nueva perspectiva se busca dar voz a los hombres que practican este deporte, el cual algunas veces llega a ser altamente influenciado por las normas de género y las construcciones culturales del cuerpo.

Por lo que nuestro objetivo general se modificó a: “Conocer la experiencia de los varones practicantes de gimnasia artística en torno a la construcción de un cuerpo ‘ideal’”.

Así mismo y de manera más específica, buscamos conocer de qué manera se ve interpelado el cuerpo de los gimnastas varones por el género e identificar la manera en que el cuerpo se ve atravesado por los discursos externos e internos respecto a cómo tiene que lucir.

Teniendo en mente estos objetivos planteamos las siguientes preguntas:

- ¿De qué manera los gimnastas responden al ideal de cuerpo masculino?

³ Esta se puede encontrar en el apartado de metodología p.22

- ¿De qué manera los discursos respecto a la construcción del cuerpo se edifican en la subjetividad de los gimnastas?
- ¿De qué manera se perpetúan los estereotipos de género?

Metodología

Decidimos hacer uso de una metodología de corte cualitativo, ya que como lo explica Vilar (2019) esta posee gran flexibilidad en cuanto a métodos y perspectivas para abordar un mismo problema, lo que nos permite adentrarnos por un conocimiento flexible sobre la realidad que posibilita la comprensión en lugar de la explicación. En suma, Creswell, la describe como “un proceso interpretativo de indagación basado en distintas tradiciones metodológicas –la biografía, la fenomenología, la teoría fundamentada en los datos, la etnografía y el estudio de casos– que examina un problema humano o social” (citado en Vasilachis, 2006, p. 24) por lo que la consideramos ideal para estudiar fenómenos sociales.

La metodología cualitativa también sirve para estudiar los fenómenos de índole fenomenológico, ya que “su esencia se encuentra en la subjetividad misma, la cual está demarcada por el significado particular que el sujeto le confiere al objeto” (De los Reyes Navarro *et. al*, 2020, p. 212). Lo que implica una constante reflexión y reconstrucción de la investigación a través de la flexibilidad, la cual Guber (2005) señala que es necesaria para que el investigador se plantee la forma de conocer a aquellos que por principio metodológico desconoce; esto a partir de ellos mismos, es decir, dejar que el campo hable por sí solo.

En cuanto a las herramientas de intervención en un primer momento decidimos hacer uso de la entrevista grupal ya que como Vilar (2019) expone, esta técnica da paso a las representaciones sociales y la cultura a partir de las narrativas de un pequeño grupo, lo que hace que el material recabado este lleno de significaciones; con esto esperábamos poder acceder a un discurso construido a partir de las subjetividades de cada uno de los sujetos que nos proporcionará un panorama más diverso sobre cómo se construye el ideal corporal de los hombres estando atravesados por la gimnasia artística. Así mismo decidimos valernos de otros métodos de intervención ya que como señala Orti:

[...] técnicas tan difusas como el grupo de discusión han de ser integradas necesariamente en un proceso investigador mucho más amplio, dónde han de converger con otras técnicas y perspectivas. y todo ello porque cuando se investigan problemas tan complejos como el imaginario y las actitudes de la gente ante un hecho concreto, la capacidad de estas técnicas se ve desbordada por la abundancia de significados y la proliferación de objetos simbólicos, lo que nos lleva de nuevo a la complementariedad como solución metodológica (citado en Amezcua, 2003, p. 113).

Teniendo esto en mente en un primer momento teníamos en mente hacer uso de las historias de vida como técnica ; ya que esta “nos permite conocer íntimamente a las personas, ver el mundo a través de sus ojos, e introducirnos vicariamente en sus experiencias (Shaw, 1931 citado en Taylor y Bogdan, 1992, p. 106). Además de que este método:

[...] trata de captar la ‘personalidad total’ a través del relato que un sujeto elabora sobre su propia vida; [...] en donde se cruza: a) el análisis de los diferentes determinismos que contribuyen a producir al individuo; y b) el análisis de la relación del individuo con esas determinaciones (Bonetti y De Gaulejac, 1988 citado en: De Gaulejac, 1999, p. 2).

Sin embargo, al analizar detenidamente los factores de tiempo y practicidad nos dimos cuenta que, aunque podría ser una herramienta que aportara gran información no era idóneo llevarla a cabo ya que a pesar de que los métodos de corte cualitativo tienen una gran flexibilidad, la historia de vida presenta ciertas características que la hacían poco pertinente para esta investigación entre ellas podemos destacar la duración de las sesiones y el número de estas ya que al ser demasiado largas y numerosas el tiempo con el que contábamos (un mes aproximadamente) nos hacía insuficiente , por lo que decidimos hacer uso de la entrevista a profundidad, técnica que de igual manera nos ayudará a profundizar en los discursos de manera singular proporcionando un panorama sólido sobre las experiencias de nuestros entrevistados pero sin consumir demasiado tiempo.

Trabajo de campo

Lo anterior nos llevó a pensar las técnicas cualitativas como las herramientas idóneas para construir nuestro campo, ya que nos ayuda a poner especial énfasis en los discursos que se hacen presentes debido a las experiencias particulares, centrando nuestra atención en las convergencias que resulten de estos. Una vez que decidimos enfocarnos en jóvenes gimnastas, se inició la construcción del campo, el cual Guber (2005) define como la interacción que surge entre el investigador(es) y los sujetos en la investigación de un estrato

social, con la finalidad de conocer su forma de ver la realidad y la manera en que se desenvuelven dentro de esta.

El campo es una cierta conjunción entre un ámbito físico, actores y actividades. Es un recorte de lo real que "queda circunscrito por el horizonte de las interacciones cotidianas, personales y posibles entre el investigador y los informantes" (Rockwell, 1986:17). Pero este recorte no está dado, sino que es construido activamente en la relación entre el investigador y los informantes (Guber, 2005, p. 47).

Fue en este punto donde se presentaron las primeras complicaciones, ya que no contábamos con una idea clara sobre con quien(es) se podría contactar para iniciar el primer acercamiento. Fue en este punto que se decidió pedir ayuda a nuestra asesora, quien fungió como primera portera, ya que al enterarse de la situación nos proporcionó el contacto de Abraham, estudiante de licenciatura en psicología, ex alumno de nuestra asesora y entrenador de gimnasia artística. Una vez conseguido el contacto de Abraham, agendamos una reunión con él para el lunes 20 de febrero del año en curso, con el objetivo de hablarle de los propósitos de la investigación.

A partir de esta reunión, Abraham comenzó a desarrollar el papel de nuestro segundo portero, es decir, aquel "que da indicios para descubrir los accesos a su universo cultural" (Guber, 2005, p. 32). Ya que nos propuso que podía pedirles a algunos de sus alumnos que nos apoyaran como sujetos en la investigación, fue a partir de este acuerdo que se dieron las condiciones para tener ingreso al gimnasio que se encuentra dentro del Centro de Desarrollo Comunitario Cafetales en donde se desempeña como entrenador.

La entrada a éste se llevó a cabo el 23 de febrero de 2023, para esto Abraham nos sugirió que llegáramos a las 6:00 pm (hora en la que llegaban al entrenamiento los chicos que nos ayudarían en la investigación), de igual forma nos solicitó que sólo se presentaran dos integrantes del equipo, ya que para poder entrar a dicho lugar era necesario solicitar informes sobre las clases de gimnasia artística. Una vez llegamos al lugar Abraham se acercó para comentarnos que ya había hablado con dos de sus alumnos (Ian y Josué) los cuales nos apoyarían en el trabajo de investigación, por lo que procedió a presentarnos con ellos para así poder comenzar a comentarles sobre el tema de la investigación de manera resumida.

Durante la conversación él entrenador principal se acercó a los chicos y a modo de burla les dijo “Ya díganles que sí. Aquí los vamos a aceptar si son homosexuales, no pasa nada, aquí los aceptamos así”. Comentario que nos tomó por sorpresa y logró incomodar un poco a los chicos; los cuales sólo atinaron a asentir y reírse algo incómodos, creemos que tal vez esta acotación se debió a que éramos unos desconocidos que se acercaban por primera vez al gimnasio a hacer una investigación, y la predisposición que hay sobre que la mayoría de la gente piensa que la gimnasia artística es un “deporte de niñas”, sin embargo, no pudimos ahondar más sobre esto.

Después de hablarlo por unos minutos, llegamos al acuerdo de encontrarnos el domingo de esa misma semana. De igual manera se propuso que durante el transcurso de la semana se confirmaría la reunión por medio de *WhatsApp*.

Después de esta pequeña presentación, nos surgió la duda sobre qué tipo de herramienta sería la más adecuada para iniciar la recolección de datos. Sabíamos que teníamos que ser bastante acertados respecto a la técnica que ocuparíamos, ya que estas "son las herramientas del investigador para acceder a los sujetos de estudio y su mundo social" (Guber, 2005, p. 56). Tomando en cuenta lo anterior, optamos por la entrevista grupal como primera técnica, ya que de está “trasciende la individualidad para dar cabida a las representaciones sociales, la historia, la ideología, la cultura” (Vilar citado en Vilar, 2019, p. 23), lo que nos puede llevar a un material discursivo lleno de significaciones, emociones y experiencias.

Decidimos optar por esta técnica a pesar de que el grupo de sujetos en la investigación era muy pequeño (sólo dos personas), bajo la creencia de que esta herramienta podía ayudar a generar un ambiente de mayor confianza con los entrevistados, ya que pensábamos que podían sentirse más cómodos si estaban juntos. Así mismo, recordemos que en la investigación cualitativa “las técnicas son flexibles en el sentido de que su empleo se amolda a la dinámica de la relación con los informantes y el campo” (Guber, 2005, p. 57).

Fue así como se acordó con los chicos que la primera entrevista sería el martes 7 de marzo de 2023, la cual se llevó a cabo con los tres miembros del equipo presentes, y dado que la reunión con los gimnastas sería a las 8:00 pm, decidimos iniciar la búsqueda de un espacio adecuado para la actividad alrededor de las 7:40 pm. Sin embargo, la búsqueda no fue

fructífera, por lo que adaptándonos a la situación optamos por interactuar con los muchachos justo afuera del centro de desarrollo.

Durante el transcurso de este encuentro pudimos notar que Josué estaba un poco nervioso e inquieto, durante sus participaciones volteaba a ver a Ian constantemente como si buscara algún tipo de aprobación, lo que de cierta forma presentaba un inconveniente para la entrevista. Fue en este momento que nos dimos cuenta de que la técnica empleada tal vez no era la mejor, ya que como apunta Varela (2004) “aunque siempre atravesado por las determinaciones socio-institucionales, lo grupal posee su propia fantasmática en tanto encuentro de subjetividades singulares” (p. 220), y en este caso fue demasiado notorio que, aunque Josué les daba voz a sus pensamientos, estos se veían influenciados en gran medida por las reacciones de Ian.

Respecto al contenido de la entrevista, la intención fue conocer un poco de su vida para tener un contexto más amplio sobre la vida de los entrevistados fuera de ser gimnastas. De igual manera con esto se esperaba generar un *rapport* que nos serviría para una mejor comunicación en las entrevistas anteriores, por lo que nos enteramos de que Ian actualmente estudia en el Liceo Europeo, y que lleva once años practicando la gimnasia artística y hasta el momento es la única actividad extra que lleva a cabo. Mientras que Josué estudia en el Bachilleres #4 y practica gimnasia desde hace ocho años debido a que un profesor se lo recomendó por ser muy activo, y al igual que Ian, no practica ninguna actividad extra.

La entrevista tuvo una duración aproximada de 20 minutos, esto a causa del lugar y la hora en donde nos encontrábamos, aunado a que los chicos nos comentaron que no viven en las cercanías del lugar, posteriormente nos despedimos y acordamos mantenernos en contacto. En este punto nos dimos cuenta de que había sido un desatino realizar una entrevista grupal por lo que decidimos valernos de otro método para la intervención en campo.

Es por ello por lo que decidimos usar la entrevista a profundidad como siguiente herramienta para esta investigación, ya que como señalan Taylor y Bogdan este tipo de entrevista va dirigida “hacia la comprensión de las perspectivas que tienen los informantes respecto de sus vidas, experiencias o situaciones, tal como lo expresan con sus propias palabras” (1992, p. 101).

Por lo que esta técnica nos ayuda a profundizar en los discursos de manera singular, dándonos un panorama más sólido sobre las experiencias de nuestros entrevistados, panorama que nos ha ayudado a visualizar las temáticas más relevantes para nuestra investigación.

Teniendo esto en cuenta le propusimos a los chicos realizar una entrevista individual para el siguiente encuentro, oferta que fue aceptada en un principio, por lo que agendamos que la entrevista a Josué sería el domingo 12 de marzo, fecha que podría ser cambiada según la disponibilidad de horario del entrevistado. Por otro lado, la fecha para la entrevista con Ian quedo pendiente ya que no estaría disponible durante el fin de semana pues saldría de la ciudad, razón por la que quedamos en ponernos en contacto con ellos para confirmar el horario para las entrevistas, y fue aquí donde comenzaron los problemas. En esta ocasión y debido a los problemas de comunicación que habíamos tenido ya que al integrante encargado de ello se le llegaba a olvidar mandar los mensajes para confirmar las citas o lo hacía demasiado tarde; decidimos que cada entrevistador se pondría en contacto con su entrevistado esto en un intento de llevar una comunicación más directa.

Sin embargo, los chicos nunca respondieron los mensajes, por lo que en equipo decidimos que Pablo⁴ volviera a enviarles mensaje, pero tampoco recibió respuesta, lo que para nosotros significó un gran desencuentro en campo, y aunque sabíamos que era una posibilidad ya que como apunta Valera (2004) “la entrada al terreno se constituye hoy como el lugar privilegiado para la ocurrencia de circunstancias fallidas que desorientan respecto de la tarea y que desorganizan al grupo” (p. 221).

Era claro para nosotros que teníamos que apresurarnos a volver a construir nuestro campo, ya que nos encontrábamos a mitad del plazo para entregar el avance del trabajo de campo y sólo teníamos la pequeña entrevista con Josué e Ian, por ello decidimos volver a contactar a Abraham, esta vez con la intención de pedirle una entrevista, en la cual nos enfocaríamos en su experiencia como gimnasta, además de que al finalizar la entrevista le pediríamos nuevamente si nos podía contactarnos con alguien para continuar con las entrevistas ya que

⁴ Integrante que estaba encargado de la comunicación en un comienzo

después de pensarlo detenidamente llegamos a la conclusión que lo mejor sería continuar con la técnica de entrevista a profundidad por los motivos que mencionamos anteriormente.

Con lo que no contábamos es que esa misma semana la UAM Xochimilco entró en paro en solidaridad con UAM Cuajimalpa por razones de violencia de género, situación que pensábamos iba a generar un nuevo desencuentro en campo ya que recordemos que Abraham es alumno de la UAM-X al igual que nosotros, afortunadamente no fue así ya que en cuanto Pablo (quien sería el encargado de realizar la entrevista) le envió el mensaje para concretar la cita, Abraham respondió muy amablemente que nos daría la entrevista, sólo que debido a la situación que se estaba llevando a cabo en las instalaciones de la universidad nos pidió que la entrevista se realizará por medio de alguna plataforma.

El 16 de marzo de 2023 se realizó la primera entrevista a Abraham a la 1:30 pm, a través de la plataforma virtual *Meet*, pues como se mencionó anteriormente, no contábamos con un espacio idóneo debido a la toma de instalaciones de la UAM. En esta actividad Abraham dio a conocer algunas experiencias que muestran su relación con otros hombres respecto a ser practicante de gimnasia artística, señalando que desde la primaria ha recibido diversas burlas, estigmatizaciones y comentarios ofensivos, tales como “la gimnasia es de putos”, no obstante, él dice son cosas con las que ha aprendido a lidiar.

Al finalizar la entrevista con Abraham, le preguntamos si tenía amigos o conocidos que practican o han practicado gimnasia artística, y de ser así, si era posible pasarnos su contacto para poder comunicarnos con ellos y pedirles su participación como entrevistados, esto nos facilita la construcción de nuestro campo, ya que se hace uso de:

[...] el sistema bola de nieve, [...] el cual consiste en que cada informante recomienda al investigador una o más personas de su círculo de conocidos; estos informantes derivados proceden, por lo general, de los núcleos de confianza de quien los deriva (Guber, 2005, p. 85).

Fue así que nos pasó el *Instagram* de Manuel con la finalidad de poder contactarlo para comentarle sobre el tema de nuestra investigación y ver si quería participar en ella como entrevistado, propuesta que fue acertada por Manuel. Después de hablarlo entre el equipo, decidimos que Ceci realizaría la entrevista y fue así como pactamos la hora y fecha de esta,

la cual se llevaría a cabo el jueves 23 de marzo de 2023 a las 3:00 p.m por medio de *Meet*, debido a que Manuel actualmente reside en Jalisco.

Al ser la primera entrevista con él, se trató principalmente de conocer un poco el contexto del entrevistado, así como su inicio en la práctica de la gimnasia artística sin ahondar demasiado en el tema, ya que lo que se quería era crear cierto *rapport* para los siguientes encuentros. Por ello la entrevista no duró más de 30 minutos, en los cuales hubo algunos pequeños problemas con el audio ya que se distorsionaba por los ruidos exteriores, fuera de esos pequeños detalles la entrevista salió bastante bien, lo que nos dio pauta a que Manuel aceptara otra entrevista.

Aunque en la entrevista no se profundizó demasiado sobre ningún tema en particular, si hubo ciertas partes del discurso que llamaron más la atención que otras, por ejemplo, durante su discurso Manuel solía repetir constantemente que la gimnasia artística es un deporte en el que se buscaba la perfección, y es por ello que era un deporte que exigía mucho ya que no solo es tener fuerza, una buena postura o bastante flexibilidad, sino que es necesario alcanzar la perfección.

Por lo que la gimnasia artística es considerada un deporte para “mujeres” ya que tal parece que el ser hombre no te permite ser elegante, lo que creemos es un punto importante para la investigación. Después de una exhaustiva investigación de archivo sobre las tesis que se habían escrito en lo referente a las categorías de alimentación, deportes e imagen corporal nos vimos en la necesidad de volver a replantear la investigación, tanto la problemática como los objetivos.

Lo cual nos llevó a formular como objetivo general lo siguiente: Conocer la experiencia de los jóvenes varones practicantes de gimnasia artística en torno a la obtención de una imagen corporal “ideal” y las implicaciones alimentarias que trae consigo.

Teniendo nuestro objetivo principal en mente decidimos realizar una guía de entrevista, ya que al realizarse una “investigación en equipo, la guía proporciona un modo de asegurar que todos los investigadores exploren con los informantes las mismas áreas generales” (Taylor y Bogdan, 1992, p. 119). Además de proporcionarnos un esbozo sobre los ejes temáticos claves

de nuestra investigación dejando claro que ésta “no es un protocolo estructurado. Se trata de una lista de áreas generales que deben cubrirse con cada informante” (Taylor y Bogdan, 1992, p.119). Fue así como estructuramos la siguiente guía:

GUÍA DE ENTREVISTA	
GIMNASIA	
➤ Inicio	¿A qué edad y cómo iniciaste en la práctica de gimnasia? ¿Qué fue lo que te llamo la atención desde el inicio?
➤ Entrenamientos	Recuerdas ¿cómo eran los entrenamientos y cada cuando eran? ¿Durante estos entrenamientos que aparatos ocupaste? ¿Nos puedes hablar de ellos?
ALIMENTACIÓN	
➤ Rutina alimentaria	▪ Horarios ¿Tienes horarios establecidos para comer? ▪ Ayuno ¿Has tenido ayunos de forma voluntaria? En casa no tenerlos ¿cómo lo has compensado? ▪ Tiempos de comida ¿Cuántos tiempos de comida haces al día?
➤ Tipos de alimentación	¿Llevas algún tipo de dieta? ¿Qué tipo de alimentos son los que consumes?
➤ Malestar	▪ Consumir o no ¿Durante tu tiempo como gimnasta, evitabas comer algún alimento en específico? ¿Tenías preferencia por algún tipo de alimentos? ¿En algún momento te ha resultado fastidioso seguir este tipo de regímenes alimenticios? ▪ Otras actividades ¿Has hecho uso de laxantes y/o diuréticos? ¿Has consumido sustancias para controlar tu alimentación?
IMAGEN CORPORAL	
➤ Ideal corporal masculino	Según tu criterio ¿Cuál sería el ideal corporal de un hombre? ¿Crees que hay diferencias entre este ideal y los estándares para un gimnasta? ¿Te has sentido incomodo respecto a tu imagen corporal o una parte especifica de tu cuerpo?
➤ Percepción de sí mismo	¿Qué cambios has notado en tu físico desde que practicas gimnasia? ¿Cómo te hacen sentir? ¿Qué tan seguro te sientes de mostrar tu cuerpo en redes sociales?¿Qué tipo de fotos o poses sueles subir? ¿Has comparado tu físico con el de otros hombres?
➤ Masculinidad	Si tuvieras que describir que es para ti un cuerpo masculino ¿Cómo sería? ¿Qué relación hay para ti, entre fuerza e imagen corporal?¿Para ti cuál tiene más importancia? Para ti ¿qué es masculinidad? Y ¿Qué tanta importancia tiene para ti en la construcción de tu cuerpo? ¿Qué opinión tiene la gente de tu alrededor respecto a lo de ser masculino?

Fuente: Elaboración propia

Después de la elaboración de la guía procedimos a contactar con Manuel y Abraham para realizar las siguientes entrevistas, quedando agendadas ambas para el jueves 1 de junio de 2023 en distintas horas. La segunda reunión con Manuel se agendó a las 2:00 p.m por petición de él, ya que es el único horario que tiene disponible. Esta entrevista se realizó con la finalidad de profundizar más en su discurso referente al disciplinamiento que existe dentro del ámbito de la gimnasia, el ideal de la imagen corporal que hay dentro de esta disciplina, así como la alimentación misma. Dicha entrevista fue llevada a cabo por Ian, por medio de la plataforma virtual *Meet*, durante la entrevista no existieron grandes inconvenientes, salvo la ausencia de Manuel a mitad de entrevista por aproximadamente 1 minuto.

Lo más importantes a remarcar de la información obtenida de la entrevista es que no se encontró nada de lo esperado dentro del ámbito de la alimentación, ya que nosotros teníamos el supuesto de que la gimnasia artística al ser un deporte de gran estética y elegancia tenía ciertos parámetros sobre lo que se debía y no comer, así como las cantidades en las que se debía hacerlo.

Pero al preguntarle a Manuel sobre si seguía alguna dieta durante sus días como gimnasta, él respondió que no, simplemente evitaba comer carnes rojas en demasía, de igual manera al preguntarle si esto le causaba una molestia, nuevamente hubo una negativa y en cambio remarcó que lo único molesto, era encontrar lugares en donde pudiera encontrar algo para comer. La entrevista terminó pasados unos 38 minutos, quedando de mantener el contacto con Manuel para una futura entrevista, al igual que se le pidió el número de su amigo para poder contactarlo y ver si es posible realizarle una entrevista igual a él.

Por su parte, la entrevista a Abraham se llevó a cabo por Pablo a las 2:30 p.m, esta se realizó de manera presencial dentro del centro comunitario donde Abraham enseña gimnasia, la entrevista tuvo una duración de 26 minutos, donde hubo complicaciones muy mínimas, como la petición por parte de Abraham de pausar la grabación para decirle algo a una de las entrenadoras, así como las voces de los que iban llegando al lugar. En esta ocasión se consideraron las preguntas de la alimentación que se encuentran en la guía, debido a que es un ámbito del que se habló muy poco en la primera entrevista, por lo que buscábamos profundizar un poco más.

Después de hablar entre todo el equipo sobre si sería necesario un siguiente encuentro con cada entrevistado, llegamos a la conclusión de que primero Pablo e Ian realizarían las transcripciones de sus entrevistas respectivamente para ver si sería pertinente realizar otra más, ya que “Bogdan y Taylor (1975) recomiendan que [...] la recopilación de información se realice de manera incremental, comenzando por visitas breves de manera de no verse inundado por datos que luego, fuera del campo no se podrán ordenar” (Varela, 2004, p. 234-235).

Después de revisar detenidamente el material el equipo creyó pertinente realizar una última entrevista a ambos sujetos en la investigación esta vez enfocada al tema de la percepción del cuerpo, por lo que procedimos a contactar con nuestros entrevistados quedando agendadas las entrevistas con Abraham y Manuel para el 31 de agosto y el 1° de septiembre respectivamente; durante las entrevistas además de abordar el tema del cuerpo se platicó sobre cuál sería la devolución que les daríamos a ambos por su apoyo durante el trabajo de investigación. Después de hablarlo un poco, se llegó al acuerdo de que una vez terminada esta investigación se les haría entrega de una copia del escrito a cada uno.

Desencuentros y Vínculos: Experiencias en el Trabajo de Campo

Debido a los múltiples desencuentros que tuvimos durante el trabajo de campo y lo que esto provocó, es que creemos pertinente hacerlos explícitos como un apartado de la metodología. Para comenzar creemos pertinente explicar dos puntos importantes para desarrollar este apartado, el primero de estos sería la concepción que tenemos sobre lo que es el campo, esto visto desde la idea que plantea Guber sobre que el campo es la “conjunción entre un ámbito físico, actores y actividades” (Guber, 2005, p. 47). Con esta idea, entendemos que el campo va más allá de ser simplemente un lugar físico (un parque, una escuela, un hospital, etc.) son también aquellas interacciones que surgen entre los investigadores y los sujetos que forman parte de la investigación, se podría decir que es el tipo de vínculo que forjamos con las personas por medio de nuestras interacciones.

Sin embargo, el campo no sólo se limita a dar resultados positivos, ya que muchas veces, al momento de construir nuestro campo nos podemos encontrar con varios tropiezos que creemos afectan a nuestra investigación y nos van frenando, no obstante estos también no

dejan de ser parte fundamental del desarrollo de campo, ya que como si se tratase de un ensayo a prueba y error, es por medio de estos encuentros y desencuentros que vamos ganando un poco más de experiencia para poder ir fortaleciendo y/o creando nuevos vínculos (algunos más fuertes que otros) con nuestros sujetos de investigación.

Retomando lo anterior, el segundo punto que creemos importante explicar es lo que entendemos por desencuentros siendo estos “los inconvenientes en la presentación del investigador, obstáculos en el acceso a los estudiantes, intentos de superar sus prevenciones y lograr la aceptación o resistencia en la asignación de roles” (Guber, 2005, p. 51).

A partir de esta definición podemos decir que nuestro trabajo de campo en un inicio estuvo plagado de desencuentros, los cuales, se iniciaron desde el primer encuentro con Ian y Josué, puesto que más allá de no poder crearse un vínculo⁵, esté más bien no se pudo fortalecer en gran medida, ya que para ese momento no teníamos claro lo que esperábamos de los chicos como sujetos en la investigación, y ellos tampoco sabían qué esperar de nosotros haciendo que la comunicación sea interrumpida ya que como señala Pichón-Rivière:

Para que se establezca una buena comunicación entre dos sujetos, ambos deben asumir el rol que el otro le adjudica. En caso contrario, si uno de ellos no asume el rol que el otro le adjudica se produce un malentendido entre ambos y se dificulta la comunicación. Cuando uno de los dos no acusa el impacto del otro, es decir, no asume el rol adjudicado o, en especial, no se informa de la adjudicación, reproduce la indiferencia y en ese caso la comunicación se interrumpe (1985, p. 115).

Esto pudo deberse al lugar de enunciación⁶ de los sujetos involucrados, en este primer encuentro donde Abraham toma dos lugares el primero como par con nosotros (los investigadores) ya que es estudiante de psicología al igual que nosotros; mientras que es colocado en un lugar de poder-saber con Ian y Josué ya que es su entrenador; colocando a los chicos bajo el lugar de obediencia (alumnos), esto pudo hacer que fuéramos colocados en un lugar de supuesto saber por Josué e Ian, rol que no supimos desempeñar.

⁵ La manera particular en que un sujeto se conecta o relaciona con el otro o los otros, creando una estructura que es particular para cada caso y para cada momento y que llamamos vínculo (Pichon-Rivière, 1985, p. 22).

⁶ El lugar desde el cual se habla (Fraga, 2015, p. 179).

Lo que generó que hubiera varios desatinos⁷ en la comunicación, que trajo como consecuencia que no diera un buen *rapport* el cual Guber (2005) define como “un estado ideal de relación entre el investigador y los informantes, basado en un contexto de relación favorable, fundado en la confianza y la cooperación mutua que viabiliza un flujo, también ideal, de información”(p.163).

Todos estos desencuentros generaron en el equipo un ambiente de ansiedad que, si bien se creyó que en su momento fue superado, siguió creando un malestar continuo hasta que llegó a un punto insostenible que trajo como consecuencia la fragmentación del equipo ya que como afirma Devereux (1976):

[...] el estudio científico del hombre causa ansiedad y por ende reacciones transferenciales, las cuales, o bien se eluden -convirtiéndose así en fuentes de distorsión incontrolables- o, por el contrario, se asume que «la existencia y las actividades del observador debidamente aprovechadas, son las piedras angulares de una verdadera ciencia del comportamiento y no - como suele creerse- contratiempos deplorables» (Baz, 1994 p. 143).

Si bien a pesar de todos los contratiempos que tuvimos durante el inicio del trabajo de campo, fueron resueltos en su mayoría y se aprendió de ello, el vínculo del equipo no pudo soportarlo y terminó por romperse.

Marco conceptual

Teniendo en mente el objetivo de esta investigación el cual es: Conocer la experiencia de los varones practicantes de gimnasia artística en torno a la obtención de un cuerpo “ideal”, dimos paso a la creación de este breve marco conceptual, si bien en un principio se había pensado ocupar dicho apartado únicamente como guía para iniciar el análisis de las narraciones, durante la culminación de este trabajo se optó por agregarlo al trabajo final. Esta decisión se tomó principalmente al cuestionamiento que nos hicimos sobre ¿A qué tipo de lectores queríamos dirigir la investigación?

Queriendo que esta investigación sea fácil de leer para cualquier persona que esté interesada en el tema, tenga o no una formación en psicología o alguna área a fin, teniendo esto en mente

⁷ Estos derivaron principalmente a que Pablo no les escribía a los chicos en un horario adecuado, o luego olvidaba avisarles de los encuentros con anticipación.

nos decantamos por qué este apartado estuviera presente, ya que consideramos puede ser de gran ayuda para orientar mejor al lector sobre los temas que se abordarán en el análisis.

Pensando en los conceptos de este estudio se decidió dar una pequeña introducción de los conceptos más relevantes los cuales son género, cuerpo y experiencia nociones que serán abordadas desde diversas disciplinas.

Género

De acuerdo con Pierre Bourdieu (2000), Marta Lamas (2002), Judit Vidiella Pagès (2007), Paul Preciado (2008) y Silvia Federici (2022), el género es descrito como el conjunto de ideas que cada sociedad y cultura tiene con respecto a la diferencia sexual, trayendo consigo una serie de normas que se le atribuyen a las personas, las cuales delimitan y establecen “expectativas sociales sobre los papeles, las conductas y los atributos de las personas a partir de sus cuerpos” (Lamas, 2002, p.52). De igual manera esto es “el resultado de un largo proceso de disciplina y que se mantiene no solo mediante la imposición de "normas" sino a través de la organización y división del trabajo, la creación de mercados laborales diferenciados y la organización de la familia, la sexualidad y el trabajo doméstico (Federici, 2022, p.53)

Dando a entender que simples acciones que realizamos como lo son: el caminar, la postura que tomamos, nuestra forma de hablar, de pensar, de actuar, etc. En realidad, están moldeadas debido a que “El mundo social construye el cuerpo como realidad sexuada y como depositario de principios de visión y de división sexuales” (Bourdieu, 2000, p. 22).

El género es el conjunto de ideas sobre la diferencia sexual que atribuye características «femeninas» y «masculinas» a cada sexo, a sus actividades y conductas, y a las esferas de la vida. Esta simbolización cultural de la diferencia anatómica toma forma en un conjunto de prácticas, ideas, discursos y representaciones sociales que dan atribuciones a la conducta objetiva y subjetiva de las personas en función de su sexo. Así, mediante el proceso de constitución del género, la sociedad fabrica las ideas de lo que deben ser los hombres y las mujeres, de lo que es «propio» de cada sexo (Lamas, 2002, pp. 57-58).

De acuerdo con Preciado, es con la aparición del género que mujeres y hombres pasan a ser agentes biopolíticos bajo las denominaciones femenino y masculino, son estas las encargadas de darle al sujeto las primeras pautas sobre cómo debe verse, comportarse, qué debe desear, etcétera, proporcionándoles así los roles sobre lo que la sociedad espera de ellos, es gracias a esta idea que compara al género con un programa operativo.

A través del cual se producen percepciones sensoriales que toman la forma de afectos, deseos, acciones, creencias, identidades. Uno de los resultados característicos de esta tecnología de género es la producción de un saber interior sobre sí mismo, de un sentido del yo sexual que aparece como una realidad emocional evidente a la conciencia: que actúan como núcleos biopolíticos y simbólicos duros en torno a los cuales es posible aglutinar todo un conjunto de prácticas y discursos (Preciado, 2008, p. 89).

Como se menciona anteriormente dentro de la lógica del género, el cuerpo juega un papel muy importante, debido a que “El género es «la repetición estilizada del cuerpo, un conjunto de actos repetidos en un marco estrictamente regulador que va cuajando a lo largo del tiempo para producir la apariencia y la sensación de algo natural, permanente»" (Butler citando en Vidiella Pagés, 2007, p. 85).

Cuerpo

La palabra cuerpo viene del latín *corpus* que se refiere a un conjunto de sistemas independientes que constituyen otro principal (Anders, s. f), si bien puede que para las ciencias con enfoques biomédicos esta interpretación sea más que suficiente, para la psicología social es mucho más que eso. Tal como lo expresa Sabino Ramos “el cuerpo no es sólo un conjunto de órganos, músculos, células y mecanismos bioquímicos, además está constituido por el Sentido que se le asigna socialmente y por su misma capacidad de producir Sentido” (2013, p. 24). Siguiendo esta lógica el cuerpo puede ser comparado a “una especie de página en blanco, un medio en el que se inscriben los valores culturales” (Padilla Lavín, 2017, p. 714).

Es de esta manera que se inicia la construcción corporal la cual tiene como objetivo no sólo:

[...] gestionar las potencialidades de un cuerpo y mantener una jerarquización de poder, sino realizar una conexión o vínculo en las acciones mismas de un sujeto, es decir, que el cuerpo de un sujeto se adecue a las estructuras rígidas que con el paso del tiempo hace de sujeto obediente a las órdenes que se le entregan y útil en su quehacer (Herrera Urizar, 2019, p. 106).

Dándole así al cuerpo lo que Bourdieu denomina *sentido práctico*, sentido que “posibilita que aquello que hacemos con el cuerpo de cuenta de la sociedad y sus jerarquías sin siquiera cuestionarlo” (Sabido Ramos, 2013, p. 38), creando así “un sujeto obediente, un cuerpo al que se le prohíbe, se vigila y se muestra especialmente dócil bajo efectos de poder dentro de la institución educativa” (Águila & López, 2019, p. 2).

De tal forma que el cuerpo es solamente una estructura imaginaria que surge como consecuencia del deseo, cuya estrategia es tal, en el sujeto deseante, que éste no tiene reparo en realizar una especie de transfiguración de su cuerpo, modificándolo para adaptarse al deseo del cuerpo deseado: queda así claro que para Butler el cuerpo no es una materia estable y definida, sino un constructo del discurso y de la ley (Butler, 2012 citado en: Padilla Lavín, 2017, p. 715).

Es de esta manera que la misma sociedad mediante la cultura nos proporciona las pautas para experimentar la vida lo cual determina en gran medida “nuestra forma de estar y entender el mundo a través de nuestro cuerpo” (Wright citado en Águila & López, 2019, p. 5), ya que “una característica peculiar del cuerpo es que éste es una condición básica de la experiencia, lo vivimos y somos con él diariamente en el mundo” (Sabido Ramos, 2013, p. 23). Por lo que “debemos prestar mucha atención al tipo de trabajo corporal que fomentamos y las formas de encarnación que producimos” (Wright citado en Águila & López, 2019, p. 5). Dado que:

el cuerpo no sólo es asequible desde un discurso como el del saber biomédico, sino que el cuerpo y lo que le sucede, se transforma históricamente y por ello no es algo evidente en sí mismo sino construido social y culturalmente (Synott, 1992; Le Breton, 1995; Le Goff y Troung, 2005 citado en Sabido Ramos, 2013, p. 24)

Ya que como:

David Le Breton afirmaba que «en el fundamento de todas las prácticas sociales como mediador privilegiado y pivote de la presencia humana, el cuerpo está en el cruce de todas las instancias de la cultura, es el punto de imputación por excelencia del campo simbólico» (Le Breton. 2002 citado en: Martí, 2010, p. 107).

Por lo que “la presentación social del cuerpo viene codificada según criterios como los de rol, estatus y evidentemente situaciones que regulan los posibles intercambios” (Martí, 2010, p.115).

Cada cuerpo resulta así, el producto de los micropoderes que han actuado sobre él, de las instituciones que viabilizan las estrategias de control, de la normativización y la socialización, de los vínculos grupales en los que se jugó, de su lugar social, de su capacidad de resistencia (Baz,1993, p. 119).

Todo esto da a entender que el cuerpo se construye en base a “una suerte de metáforas de la sociedad a la que pertenecen” (Torras, 2015, p. 20), con la finalidad de reproducir un ideal del cuerpo perfecto como una forma de control para cada identidad; de esta forma se da paso a la imagen corporal.

Experiencia

La experiencia debe entenderse como un conjunto de significaciones sociales, a partir de las cuales el sujeto construye su propia historia, cuyo proceso de singularidad se diferencia al de los demás.

La experiencia, en tanto *saber de lo singular* (Benjamín, 1995), es constituida en una aproximación del mundo mediante la resignificación del pasado y la anticipación del futuro, construcciones que se dibujan y desdibujan en un dinamismo incesante. La experiencia se configura mediante una dualidad que, por una parte, es continuidad (el sujeto recuerda y se recuerda) y por otra es proyección de sueños y deseos hacia un espacio de realización (Baz, 1998, p. 173).

La experiencia en torno a la construcción del cuerpo a través del ejercicio físico debe entenderse a través de aquellas cosas que hacen singulares cada experiencia. Cada sujeto tiene razones distintas para exponerse a dietas y entrenamientos rudimentarios. Sin embargo, un error sería particularizar cada caso, puesto que los hábitos, costumbres y prácticas están enlazados a factores culturales, económicos y psicosociales, ahí la importancia de diferenciar entre lo particular y lo singular.

Baz (1998) señala que la experiencia es descrita como proyección de sueños y deseos hacia un espacio de realización. No obstante, precisamente habría que cuestionar esa realización en base al proceso de construcción del cuerpo de los hombres, ya que, cómo se mencionó en el apartado de Imagen corporal, el cuerpo está estrechamente relacionado a una dicotomía entre el placer y la frustración, por lo cual cabe preguntarse: ¿Toda experiencia implica tener una instancia de realización o ésta sólo es una ilusión impuesta por el contexto económico mercantilista y consumista? No hace falta irnos tan lejos, basta con ver los cientos de casos de sujetos que han hecho de su cuerpo una imagen artificial, debido a las exigencias sociales.

En trabajos anteriores hay ejemplos de cómo el cuerpo masculino pasa a ser un objeto más de consumo. Guerra Hidalgo, A. y Rodríguez Chávez, A. (2013) en su tesis acerca del fisicoconstructivismo dan a conocer sus discursos respecto a la masculinidad, así como la necesidad de ser observados y reconocidos socialmente.

Como mencionamos al comienzo de este apartado, pretendemos que este pequeño marco conceptual proporcione a los futuros lectores una pequeña introducción a los conceptos que

se abordan en los apartados de análisis, y que de esta forma puedan tener una lectura más sencilla sobre el tema.

Así mismo, en primer lugar, decidimos hacer uso de diversas teorías basándonos en un enfoque multidisciplinario ya que de esta forma se puede tener un panorama más íntegro lo que nos facilita abordar un tema tan complejo como lo es la experiencia. Por otra parte, decidimos hacer uso de autores como Martha Lamas, Silvia Federici, Margarita Baz, Paul Preciado, Olga Sabino, Judit Vidiella, María de los Angeles Padilla entre otros, ya que proporcionan una lectura muy completa y a la vez fácil de entender.

Análisis

En un principio, pensábamos usar categorías teóricas para el análisis como Conductas Alimentarias de Riesgos y Trastornos de Conducta Alimenticia, masculinidad, imagen corporal, experiencia y disciplinamiento. Sin embargo, después de entrar al campo nos percatamos que estas categorías no serían útiles para nuestro análisis por lo que volvimos a replantearnos los conceptos con los que trabajaríamos para el estudio de los datos obtenidos.

Teniendo esto en mente en primera instancia planteábamos abordar únicamente las nociones de masculinidad, imagen corporal y disciplinamiento, decisión que se tomó pensando en el tiempo con el que contábamos para concluir con esta investigación. No obstante, después de leer con mayor detenimiento las entrevistas optamos por seleccionar las categorías de gimnasia, género y cuerpo. Es importante dejar en claro que la selección de estas categorías se basó en los discursos de los entrevistados, debido a que se hacía mucho hincapié sobre las mismas durante las entrevistas, al mismo tiempo que son las más acertadas para explicar el campo de manera teórica.

Otro punto que queremos mencionar es que dichas categorías se enlazan entre sí por lo que si bien se intentó darle un apartado específico a cada categoría una vez iniciado el análisis nos dimos cuenta de que esto no sería del todo posible por lo cual dentro de cada apartado se puede vislumbrar en menor o mayor medida cada una de las categorías propuestas anteriormente.

El camino de los hombres en la gimnasia artística: Desafíos sociales y normas de género

Hoy en día en la sociedad contemporánea el deporte se ha posicionado como una institución⁸ a causa de la gran influencia que ha tomado en números aspectos de la vida pública; esto como resultado de la gran proliferación de diversos deportes que existen hoy en día como el fútbol americano, basquetbol, natación, artes marciales entre otros.

Aunque en la última década ha habido más apertura en cuanto a la diversidad de género en los deportes, es decir, se han creado ligas femeniles en deportes que se consideraban exclusivos de hombres, aún sigue habiendo algunos deportes donde aún proliferan estos estereotipos de género, tal es el caso de la gimnasia artística, esto puede ser debido a que es un deporte en donde se realizan movimientos acrobáticos que buscan ser altamente estéticos y elegante; además de ser “*un deporte que atina a la perfección*”(Manuel, Entrevista 1, 23 de marzo de 2023) por lo que se llega a decir que es un "deporte femenino" ya que como menciona Scharagrodsky (2006) “el ideal femenino está vinculado con [...] la gracia, el recato, la delicadeza y la elegancia en los movimientos” (p. 84).

De tal manera que:

La actividad [...] deportiva se convierte [...] en un dispositivo a través del cual se enseñan y modelan las naturales y complementarias identidades masculina y femenina, y sus correspondientes modelos corporales: el varón es (ha de ser) fuerte, vigoroso, activo, etc., y su sexualidad no es sino una extensión y afirmación de dichas cualidades... La mujer es (ha de ser) armonía, gracia, virtud, etc. tiene que ocultar su sexualidad ya que la iniciativa y el deseo merma su atractivo (Vidiella Pagés, 2007, p. 85).

Lo que ha dado paso a la proliferación de ciertas ideas con respecto a la forma en que deben actuar, moverse y vestirse de acuerdo a los cánones de género, por lo que al no seguir dichas normas estos son clasificados fuera de lo que se considera “normal”, en el caso particular de los hombre llega a pasar “*que si tú de repente haces punta, eres elástico o elegante o caminas de alguna forma pues ya eres homosexual*” (Manuel , Entrevista 1, 23 de marzo de 2023);

⁸ Son las encargadas de grabar nuestros cuerpos, codificándolos y marcándolos, genera hábitos de comportamiento ni siquiera pensados, reflexionados, a fin de que el cuerpo responda automáticamente; es así como se logra internalizar el sometimiento a un poder abstracto: la norma, a aquello que es considerado por la sociedad y la cultura como normal, válido y aceptable (García Canal, 2002).

esto al decir de nuestros entrevistados son situaciones que se viven muy frecuentemente en el ámbito de la gimnasia artística.

[...] un señor papá de uno de nuestros chavitos me dice este “profesor yo no le voy a comprar el uniforme a mi hijo” – señor uniforme de competencia- “que no, no, pero es que esto es un chiste es una burla hacia él, lo que eso, eso es de mujeres, que no es de ellos” (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023).

Estas situaciones se vuelven reiterativas día a día gracias a la cultura la cual a partir de la diferencia anatómica de los cuerpos crea un conjunto de prácticas, ideas, discursos y representaciones que atribuye una determinada conducta al sujeto en función de su sexo constituyendo así lo que es “propio” y “correcto” en hombres y mujeres (Lamas, 2002), dando paso así a ciertos prejuicios como: *“que los que hacen gimnasia pues, pues eran gay, pues eran niñas o femeninos, por lo mismo de que, pues si podían tener un cuerpo muy acá pero eran elegantes y al caminar la postura se te nota sabes” (Manuel, Entrevista 2, 1 de junio de 2023).*

Son estos mismos prejuicios los que se encargan de generar ciertos estigmas alrededor de la gimnasia artística y los hombres que llegan a practicarla ya que constantemente se escucha que este es un deporte para niñas. Idea que incluso alguna vez llego a tener uno de nuestros entrevistados antes de que se adentrara a este deporte *“cuando entre si tenía ese choque inicial porque por lo mismo que no conocía el deporte más allá de ‘es un deporte para niñas’ (Abraham, Entrevista 3, 31 de agosto de 2023),* lo que llega a ocasionar cierto tipo de burlas o comentarios ofensivos hacia los gimnastas masculinos. Pero ¿de qué manera exactamente se llega a poner en juego el cuerpo y el género en la gimnasia artística?, ¿Cuáles son los retos sociales que tienen que pasar los hombres que practican este deporte? y de ¿Qué manera se internaliza la normatividad del género?

Expectativas de género y su influencia en la formación de identidades

Partiendo de la internalización del género como normativa podemos decir que esta comienza en la familia ya que como Mabel Burin (1998) comenta esta pasa a ser la principal reproductora de los discursos sobre la sexualidad ejerciendo un poder-saber sobre esta misma, volviéndose la encargada de enseñar al individuo el cómo debe ejercer su sexualidad basándose en la dicotomía hombre-mujer. De tal manera que en el caso particular de los hombres *“desde chiquito se les enseña [...] en casa, en la escuela, en la calle, en todos lados*

que, pues tienen que ser fuertes, más valientes” (Abraham, Entrevista 2, 1 de junio de 2023).

Así mediante estos discursos a lo masculino:

[...] se le reprime y enseña a reprimir la afectividad y el interés por todo aquello que sea relativo al orden doméstico y privado (emoción, prudencia, reposo, cuidado, protección, etc.). Se le fomenta en cambio el interés a todo lo público (organización y mando, liderazgo, competitividad, agresividad, audacia, movimiento, tenacidad, objetividad, racionalidad, etc.). (Gallegos, 2012, p. 713).

Son estas enseñanzas las que hacen que la conciencia sea habitada por un discurso social (Lamas, 2002) que es “asimilado y funciona como *amor fati*⁹, inclinación corporal a realizar una identidad constituida en esencia social y transformada, de ese modo, en destino” (Bourdieu, 2000, p. 68) generando en los sujetos una idea determinada del cómo ser porque es lo que se espera de ellas y ellos, y que se hace presente en todos los estratos de su vida:

[...] los varones en general tienen esta mentalidad muy aventada ¿Sabes? Es como una tendencia aquí, sobre todo, no es todos los gimnasios pasa, pero en este son, mm me gusta decirles que son como kamikazes, o sea, porque si les dices: “Aviéntate de cabeza”, - Sabiendo que no se van a lastimar, obvio- pues se... Van y se avientan, entonces en ese entonces yo les ponía ese tipo de retos, este. “. ”¿Sabes qué? Muy padre, ya te salió tu mortal, vamos a ver quién los hace más alto, tú o ”yo” ah no, y ya me ponía a jugar ¿No? Al principio, cuando todavía podía con ellos. Ya después fueron avanzando, me van dejando atrás (Abraham, Entrevista 2, 1 de junio de 2023).

Esto llega a generar en los sujetos lo que Bourdieu (1995) denomina *habitus* el cual es un aprendizaje que es adquirido de manera inconsciente y no intencional a través de las prácticas y valores sociales que adquieren la categoría de innato o “natural” (Sánchez Dromundo, 2007, p. 8), por lo que se convierte en una obligación. En el caso de los hombres como mencionamos anteriormente se le imputa el liderazgo, la tenacidad y la valentía, es decir, “estar a la altura de la posibilidad que se le ofrece de incrementar su honor buscando la gloria y la distinción en la esfera pública” (Gallegos, 2012, p. 715). Son estos esfuerzos exigidos los responsables de sentimientos como la angustia y el miedo al fracaso o incluso algunas dificultades afectivas en los hombres (Gallegos, 2012).

⁹ Significa «amor al destino», y que Nietzsche utiliza para significar la actitud del superhombre ante la vida y el suceder cósmico; no sólo se acepta el destino como necesario, sino que se ama esta misma necesidad (Herder Editorial, 2017).

[...] sin ser muy repetitivo de lo que te había comentado la vez pasada¹⁰, a mí me afectaba mucho y me frustraba mucho, a tal nivel de llorar de coraje, tanto así que la única vez que he ido al psicólogo, o sea no quiero decir que (inaudible) está bien, pero la única vez que he ido ha sido por la gimnasia, porque mi mente no me dejaba hacer las cosas, de que yo estaba traumando, o sea era un trauma tal cual, entonces a mí me daba mucho, mucho coraje y mucha frustración sobre todo, porque yo sabía que mi cuerpo podía, la gente me lo decía y hasta me molestaba que me lo dijeran, era como “ya sé que puedo” este por ejemplo, mi hermana siempre tuvo mucha capacidad corporal y... nos apellidamos Valladares ¿no?, entonces siempre nos hacían así la burla los profesores “ay lo Valladares, es que tienen todo pero son bien miedosos” (Manuel, Entrevista 3, 1 de septiembre de 2023)

Sin embargo, estas normativas no sólo rigen el “como ser” de los sujetos, sino que también dan la pauta del “cómo lucir”, para este punto “la indumentaria cumple un papel esencial puesto que marca y refuerza las fronteras de las identidades de género binarias e inscribe significados culturales sobre los cuerpos” (Zambrini, 2011, pp. 138-139), de tal modo que la ropa pasa a formar parte del dominio del género.

Así, para el siglo XIX:

[...] la ropa femenina comenzó a denotar el sentido de la seducción de las mujeres; y por otro lado, dicho sentido tenía que estar ausente en los atuendos masculinos (Dutra é Mello, 2007). Los trajes femeninos se tornaron más complejos en cuanto a sus confecciones, las telas y los bordados utilizados. En cambio, los trajes masculinos sufrieron el proceso inverso debido a la simplificación de los modelos que los despojó de casi todo elemento decorativo (Zambrini, 2011, p. 139).

Aunque se puede decir que hoy en día existe “más libertad” para usar determinadas prendas, algunas personas aún tienen ciertos prejuicios sobre lo que hombres y mujeres pueden o no ponerse:

[...] te dicen “eres niña” ah “eres niña” no, no, no soy niña, pero pues si tú lo ves así, “no que es que usan su ropa bien pegada” y no sé qué, yo digo “pues sí, sí la verdad es que sí se nos ve pegado” pero pues nos vemos fuertes, o sea, ya realmente no tengo problemas con vestirme así yo o sea yo les decía. (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023)

¹⁰ Este ejercicio que era el *flait* en barra fija como te comentaba tienes que moverte como péndulo y al salir, una de las salidas era que cuando vas hacia enfrente y estas justamente en la posición de acostado tenías que soltarte en el aire; tu acostado viendo hacia el cielo o hacia el techo y agruparte o sea hacerte bolita para hacer un mortal atrás pero haz de cuenta que si no te soltabas en el momento y te agrupabas tus pies se estrellaban contra la barra, digo no pasaba de un golpecito en las espinillas o en los empeines pero para mí representaba un gran temor y mi mente no me dejaba y me bloqueaba y no me soltaba (Manuel, Entrevista 1, 23 de marzo de 2023).

También hay que mencionar que no siempre se trata de los prejuicios, es cuestión de la incomodidad que puede producir el mostrar el cuerpo ya que la ropa considerada femenina “tiende a marcar la silueta y las formas de los cuerpos” (Zambrini, 2011, p. 140).

Pasa también en la gimnasia este, por los uniformes este yo te cuento, el uniforme de varonil, el de competencia o ahora sí que se llama butagás y esos uniformes son como los leotardos de las niñas o sea en cuanto al corte, o sea no, no tiene mangas y el corte de abajo es igual el corte inglés, entonces este uniforme y un short, pero pues mucha gente que no sabe o cuando vas a empezando pues si te sacan de onda y te da incluso un poquito de pena (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023).

[...] sí me daba un poco de pena cuando traía mis shortcitos, porque pues si usas poca ropa y está todo pegadito, entonces a mí si me daba como que pena que vieran como que se me marcar algo o así, o que vieran que uno tiene las piernas peludas y las axilas y ellas así todas bonitas y depiladas (Manuel, Entrevista 3, 1 de setiembre de 2023).

Teniendo esto en mente podemos decir que el cuerpo actúa como *locus*¹¹ de la cultura y los procesos sociales (Butler, 2007 y Lamas, 2002) de tal forma que el cuerpo pasa a convertirse en un “cuerpo social”, esto:

[...] «se refiere a los usos representacionales del cuerpo como símbolo de la naturaleza, la sociedad y la cultura» (Scheper-Hughes y Lock 1987). Estos usos remiten a las representaciones y discursos hegemónicos que circulan en nuestra sociedad, y con los que los sujetos tienen que negociar a diario, operando a modo de espejo-reflejo con el que aprender a identificarse o desidentificarse (Vidiella Pagés, 2007, p. 84).

Es bajo esta simbolización cultural del cuerpo (Lamas, 2002) en donde se espera que los hombres muestren una imagen de virilidad, rudeza y fuerza (Bourdieu, 2000).

[...] que muchos hombres atinen a estar, así como de inflados ¿no? de hecho hay muchos, incluso bromas de repente de que “ay es que estoy en volumen” y pues volumen es como que comer un chingo, no sé, para que incrementes tu volumen y masa corporal sabes (Manuel Entrevista 2, 1 de junio de 2023).

De esta forma el cuerpo pasa a ser “una especie de página en blanco, un medio en el que se inscriben los valores culturales. Sin embargo, para significar esa inscripción, el medio debe destruirse, debe ser transvalorado a un nuevo campo de valores sublimado” (Padilla Lavín, 2017, p. 714), por lo que el cuerpo “surge como consecuencia del deseo, cuya estrategia es tal, en el sujeto deseante, que éste no tiene reparo en realizar una especie de

¹¹ De origen latino *locus* significa lugar (Anders, s. f.-b)

transfiguración de su cuerpo, modificándolo para adaptarse al deseo del cuerpo deseado” (Butler, 2012 citado en: Padilla Lavín, 2017, p. 715). De tal manera que en el interior de cada sujeto se instaura un ideal, el cual es conformado a partir de la influencia de los círculos sociales a los que pertenece el sujeto (familia, amigos, educadores, etc.) (Freud, 1986).

En el caso de Manuel cuando lo interpelamos sobre ¿cuál era su ideal corporal?, él nos relató que su ideal era el siguiente:

[...] mi ideal corporal era, el cuerpo del gimnasta me gusta mucho porque no está ponchado o hinchado como los, fisio ¿cómo se llaman los que hacen este? fisico, fisicul, fisico culturistas este, entonces mi ideal primeramente era tener el abdomen marcado (Manuel Entrevista 2, 1 de junio de 2023).

Con este fragmento de la segunda entrevista de Manuel podemos ver qué en su caso particular su ideal responde a conseguir un cuerpo que sea útil para realizar los ejercicios que demanda la gimnasia artística y que a su vez también avala parte del ideal masculino occidental; es en este punto donde se vuelve más clara la analogía del cuerpo como página en blanco, en el cual se va dibujando a partir de una determinada inscripción, la cual es dada por la sociedad mediante la producción y reproducción de ciertos discursos que dictan el cómo se debe lucir para poder ser aceptado.

Sin embargo, como Michel de Certeau (1984) lo dijo:

La ley se inscribe en el cuerpo. Esto se puede interpretar de dos maneras: 1) en las interacciones cotidianas entre los cuerpos se inscriben las desigualdades estructurales del sistema y sus instancias de poder, y 2) las personas introyectan de tal manera la ley social que la hacen parte de su cuerpo (Cit. en Lamas, 2002, p. 83).

Es de esta forma, que durante las narrativas de Abraham y Manuel se hace muy presente esta ley de género, la cual es respaldada por actos como las constante burlas en donde eran feminizado y comentarios despectivos solo por querer practicar gimnasia artística; incluso como mencionamos anteriormente la vestimenta juega un gran papel en el amparo de esta ley teniendo como ejemplo nuevamente el caso que nos comentaba Abraham sobre un padre de familia que se encontraba reacio a la idea de que su hijo usara el uniforme de gimnasta ya que para el señor esto significaba una ofensa y una burla hacia si hijo; ya que a sus ojos ese

uniforme era hecho para mujeres por el tipo de prenda¹² que se ocupa, exponiendo nuevamente el carácter machista de la sociedad en donde se pone en juego la masculinidad, si no cumple con las características sociales que se designan para “ser hombre”.

Esto puede traer consigo una especie de conflicto interno dentro de los varones en donde tiene que decidir si deben de acatar a los estándares para poder satisfacer a la sociedad o a su propio deseo de como querer lucir, pero con la consecuencia de ser señalados por no cumplir con los estándares. Es debido a esto que a los sujetos les causa cierto tipo de malestar el no cumplir con el ideal que insta la sociedad sobre el cómo tiene que verse sus cuerpos:

[...] la verdad es que el cuerpo que uno tenía cuando entrenaba gimnasia a mí me gustaba mucho, yo me sentía muy satisfecho con ese cuerpo, obviamente yo quería más era como “ah ok ya estoy marcado pero quiero estar más este digamos como decirlo, tener un poco más de volumen” porque yo siempre he sido muy delgado y a mí me cuesta mucho generar músculo y aunque te acabo de decir que el cuerpo de gimnasta es delgado, también hay límites sabes y yo estaba como en los límites de los delgados, (Manuel Entrevista 2, 1 de junio de 2023)

[...] este cuando estaba en gimnasia lo percibía bien, me agradaba, pero no me, no me llenaba al 100 ¿sabes?, quería estar más este, como quien dice “quería estar más mamado”, este no me afligía, pero si era como de que “no, todavía puedo tener mejor forma” o mi compa que estaba más flaco y ves que los flacos se les marca más rápidos los cuadros y decía “madres a mí no se me marcan tanto como a ese vato” pero en general estaba bien, me gustaba, si, si lo presumía la verdad, cada que podía este, me tomaba una foto o algo así. (Manuel Entrevista 3, 1 de septiembre de 2023)

Violencia Silenciosa: Estereotipos de Género en la Gimnasia Artística

Se puede entender por violencia al proceso que, mediante el uso de una fuerza o de fuerzas combinadas (físicas, simbólicas, cognitivas, afectivas), persigue fines delimitados históricamente provocando una diferenciación donde no existía, la cual se ejerce y “vincula directamente con las relaciones de poder” (Inclán, 2018, p. 4).

De tal forma que “no hay poder sin violencia, por lo que toda forma de la violencia alimenta un poder o deviene un poder” (Inclán, 2018, p. 4), por lo que puede ejercerse desde el sector social más cotidiano, desde las relaciones afectivas y no afectivas en las cuales se puede ver integrado el sujeto. Teniendo en cuenta lo anterior, y para iniciar con este apartado creemos pertinente hacer un paréntesis para explicar la diferencia entre violencia de género y violencia

¹² el uniforme de varonil, el de competencia o ahora sí que se llama butagás y esos uniformes son como los leotardos de las niñas o sea en cuanto al corte, o sea no, no tiene mangas y el corte de abajo es igual el corte inglés (Abraham, E1, 2023)

sistemática, esto con el fin de dar un panorama más amplio sobre el tipo de violencia que será abordada por este trabajo.

Dicho lo anterior, podemos entender por violencia de género “todo acto de violencia basado en la pertenencia al [género] femenino, que tenga o pueda tener como resultado un daño o sufrimiento físico, sexual o psicológico para la mujer” (Economic and Social Council 1992, citado en Castro, 2016, p. 342), teniendo en cuenta que:

[...] su peculiaridad no reside en actos de fuerza desmesurados contra las mujeres, sino en la construcción de una jerarquía artificial en la que lo masculino (representado generalmente por los hombres) está por encima de lo femenino (representado generalmente por las mujeres). En la violencia de género no todos los actos son instrumentales, muchos de ellos sirven para alimentar un orden discursivo y una estética social, en la que lo masculino es siempre privilegiado sobre lo femenino, y en la que se genere estetización y anestesiamiento de las formas femeninas (Inclán, 2018, p. 12).

Mientras que la violencia sistemática se define como esa “violencia que demanda un comportamiento «correcto», que reproduzca la forma social concreta, para asegurar su continuidad, ya sea mediante procesos de transformación y adaptación o mediante procesos de clausura y conservación” (Inclán, 2018, p. 6); es importante decir también que ésta tiende a ser “amortiguada, insensible, e invisible para sus propias víctimas” (Bourdieu, 2000, p. 11-12).

Estas elaboraciones teóricas quedan mucho más claras en el discurso de los sujetos. En sus palabras:

“mis amigos quiera que no de repente sí había ciertas burlas, [...] de que ‘hay es que la gimnasia es para niñas’” (Manuel, Entrevista 1, 23 de marzo de 2023)

“un amigo mío en ese entonces ocurría que ‘no pues es que eres de gimnasia, eres joto, pinche puto, aparte estas bien flaco’” (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023)

Teniendo ambas definiciones en mente y para los fines de este trabajo en todo momento se hablará de violencia sistemática, ya que ésta como mencionamos anteriormente, será la encargada de reproducir una determinada estructura social como lo es la diferenciación sexual, la cual instaura un orden de “lo natural” de acuerdo con nuestro sexo; en donde el hombre debe mostrarse fuerte, activo y viril, mientras que por el lado de la mujer, debe

exhibir delicadeza, gracia y armonía; y a su vez ambos deben demostrar el valor de estas cualidades por medio de su cuerpo (Vidiella Pagés, 2007).

Dando paso a una dominación masculina la cual está construida y normalizada mediante una continua reproducción de discursos machistas como el de *“el típico tío machista que hacía comentarios de que el baile y la gimnasia eran para niñas”* (Manuel, Entrevista 2, 1 de junio de 2023), que de acuerdo con Hana Aoi (2018) implementan una concepción de normalidad que se ha encargado de delimitar lo que se encuentra dentro de lo “normal” dejando de lado todo aquello que no entre en esta estandarización, tachándolo de “extraño” permitiendo elaborar un discurso discriminador que busca la defensa de la construcción estereotipada de género y que toma como rehén a cualquier sujeto que no responda al modelo dominante de género (Menassé y Jarillo Soto, 2017). En palabras de uno de los entrevistados:

[...] me iba a jugar a echar la reta con ellos y demás, y así como de “no pues es que ese güey es marica”, “eres puto”, “eres gay” y dices pues güey qué pedo ¿no? entonces pues cómo es algo con lo que fui creciendo toda mi vida de gimnasta desde la primaria me decían “pues es que te gustan los niños o eres niña” (Abraham, Entrevista 3, 31 de agosto de 2023).

Según las narrativas de Abraham y Manuel estos comentarios eran muy escuchados por ellos cuando practicaban gimnasia artística, ya que en repetidas ocasiones eran cuestionados sobre su género y preferencias sexuales por otros hombres, esto pudo ser debido a los factores sistémicos de la sociedad, que están basados en un orden patriarcal y se le da un papel de gran importancia a la heterosexualidad. Lo que tiene fuertes repercusiones en la forma de concebir de la sociedad y que no solo se limita a los modos de actuar y pensar de las personas, sino que también en la forma de relacionarse entre sí; “Mujer, hombre, historia, cultura, ley, sexo... son conceptos implícitos en la heterosexualidad, que tiene en su base la «diferencia entre los sexos», como si fuesen dogmas que definen las personas y las relaciones humanas” (Curiel, 2013, p. 54).

Comentarios como *“ay es que estas flaquito y camina así, seguramente es gay”* (Manuel, Entrevista 2, 1 de junio de 2023) y *“«ah también eres puto como el Abraham», «ah ya eres joto como ese güey»”* (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023), son dichos constantemente en forma de críticas y burlas que tal vez nada tienen que ver con la persona

a la que van dirigidos y todo con la persona que lo dice quienes en su mayoría son hombres, ya que como lo dice Cortes (2002):

La imagen hegemónica de la masculinidad que se construye mediante la relación con otras masculinidades subordinadas y la oposición a las feminidades; está constituida como una imagen para la clase media blanca y heterosexual, y plantea una serie de elementos normativos, de roles y atributos que la conforman (citado en Vidiella Pagés, 2007, p. 89).

Es debido a este estándar de masculinidad que comentarios como “*‘aaay es que eres maricón, es que eres joto es que eres puto y así’*” (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023), son tan normalizados en nuestra sociedad que llegan a pasar desapercibidos ya que operan a través de un “acto de conocimiento y de reconocimiento práctico que se produce sin llegar al conocimiento y a la voluntad y que confiere su «poder hipnótico» a todas sus manifestaciones, conminaciones, sugerencias, seducciones, amenazas, reproches, órdenes o llamamientos al orden” (Bourdieu, 2000, pp. 58-59), de tal forma que se sigue repitiendo a través del tiempo “*volvió a pasar este discurso justo de «es que hace gimnasia eres puto», desde la primaria decían «ay eres niña»*” (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023).

Haciendo tanto a mujeres como hombres “prisioneros y víctimas de la representación dominante” (Bourdieu, 2000, p. 67), inscribiendo en el cuerpo:

[...] un conjunto de disposiciones aparentemente naturales, a menudo visibles en una manera especial de comportarse, de mover el cuerpo, de mantener la cabeza, una actitud, un paso, solidario de una manera de pensar y de actuar, un *ethos*, una creencia, etc. (Bourdieu, 2000, p. 67).

Más Allá de los Movimientos: La Masculinidad en la Gimnasia y el Cuerpo

De esta manera, se crea un discurso basado en la diferencia sexual el cual se encargará de dominar tanto a hombres como a mujeres bajo las rotulaciones de masculino y femenino para poder someter a los cuerpos bajo el orden del género, el cual puede ser entendido como:

[...] «la repetición estilizada del cuerpo, un conjunto de actos repetidos en un marco estrictamente regulador que va cuajando a lo largo del tiempo para producir la apariencia y la sensación de algo natural, permanente» (Butler 2001 [1990]: 33), es decir, que el género es una ficción cultural, un efecto performativo de actos reiterados (Vidiella Pagés, 2007, p. 85).

De esta forma “el cuerpo produce un tipo de Sentido particular, un “Sentido práctico” —lo denomina Bourdieu— que posibilita que aquello que hacemos con el cuerpo de cuenta de la sociedad y sus jerarquías sin siquiera cuestionarlo” (Sabido Ramos, 2013, p. 38).

En el caso de los hombres se “*busca como ser el macho dominante el que más luce, el más cabrón, él yo puedo, él soy todas mías*” (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023). Es por ello que los hombres se ven constantemente en la necesidad de probar que son los mejores. Tal como dice Abraham el más “macho”.

Ya que “socio históricamente se constituyen ciertas formas de sentir y percibir con el cuerpo que no son resultado exclusivo de las interacciones *in situ*¹³, sino de los procesos de socialización históricamente configurados que modelan día a día al cuerpo” [*sic.*] (Sabido Ramos, 2013, p. 38). Son estas configuraciones sociales las que han construido un ideal masculino, cuyas principales cualidades son la virilidad y la valentía; las cuales sólo pueden ser validadas por otros hombres (Bourdieu, 2000).

Es por ello que, los varones se ven constantemente en la necesidad de competir entre ellos mismos o cumplir con ciertos retos con el fin de demostrar que son “verdaderos hombres”, tal como relata Abraham en sus anécdotas de cuando estaba cursando la preparatoria.

[...] Justo ahí tengo una anécdota que me pasó también en la vocacional, [...] un amigo mío en ese entonces ocurría que "no pues es que eres de gimnasia, eres joto, pinche puto, aparte estas bien flaco" y que la verga, "ándale pues, lo que tú digas" y un día me invitó a un entrenamiento suyo, [...] él es tipo tosco o sea, grande tosco y demás, [...] me acuerdo que estábamos en la práctica y estábamos ay no me acuerdo como se le dice, literalmente cuando haces choque de jugador contra jugador, entonces [...] me pusieron con ese wey, lo pidió él, nada más lo vi correr directo hacia mí, porque es lo que él esperaba demostrar su dominio del macho tal cual, no hay otra expresión, viene corriendo hacia mí, nada más dije "ni de chiste lo voy a alcanzar a parar realmente" me acomode, me preparé y nada más sentí el fregadazo, él esperaba sacarme volando, porque hasta hizo el movimiento donde agachas el hombro para poder levantar el cuerpo del otro, pero como ya me lo esperaba lo alcancé a frenar, nos terminamos cayendo los dos, [...] o sea realmente yo pude haber dicho "no, cámbienme de persona" o él pudo haber dicho, este, o lo pudo haber dejado así, y ya, cuestiones de ego, cuestiones de "pues si puedo con este cabrón ya me voy a ganar el respeto" vuelvo al punto de "ah macho alfa, el macho más cabrón, tú puedes, yo puedo con todos y todos me la van a soplar" entonces ocurre eso (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023).

¹³ Del latín. En el lugar, en el sitio. (Asale, s.f)

En la vocacional teníamos este gimnasio al aire libre, entonces ya empezaban a llegar los weyes que justamente hacían pesas y ejercicio al aire libre, y justo estaban más ponchados, y [...] había un wey que era como crecido, un "todas mías" "yo puedo todo" y demás, y este me empieza a hacer comentarios, [...] con la intención de molestarte, de que escuchara "pinche wey flaquito ah que pinche güey flaquito" que no sé qué [...] un día me cansé y dije [...] "oigan este pues es que quería ver qué rutina hacen porque yo creo que están bien mamados para ver qué pedo, yo quiero ponerme así" y me hace una cara de pues "si me aguantas el ritmo; si puedes pues a ver pero cuidado no te vayas a lastimar por intentar algo que no sé qué" y yo de "ah sí chingon, voy a hacerlo con cuidado, gracias por el aviso". Pues empezamos a hacer sus rutinas toda fregada, nos aventamos como media hora, yo vi que ese wey ya estaba cansado, estaba así sudando [...] y fue así de "ah pues estuvo chido como calentamiento" pues mira ahí te va mi rutina. Yo aparte de todo esto que acabas de hacer a mí me ponen a hacer esto y ya se pone a seguirme, no me aguanto el ritmo, se estaba muriendo y justo él fue así de "ay güey qué pedo" a partir de esto cambió su actitud hacia mí "ay, estas bien cabrón" pero pues fue a raíz de esto; de que precisamente el estereotipo que se busca cuando haces ejercicio es inflarte y verte bien pinche manchadote, bien grandote (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023).

Aunque tal parece que no basta solamente con demostrar mediante acciones la masculinidad, sino que también el cuerpo tiene que dar cuenta de ésta, es decir, que "los contornos mismos de «el cuerpo» se determinan a través de marcas que procuran establecer códigos específicos de coherencia cultural" (Butler, 2007, p. 257), de tal manera que lo que se busca es que el mismo cuerpo de cuenta de esta masculinidad.

De tal manera que la cultura pasa a dar ciertas pautas de cómo se tiene que ver el cuerpo para ser considerado masculino o femenino según sea el caso, haciendo que este pase de la esfera de lo privado a lo público, como si fuera "una carta de presentación", es decir, el cuerpo pasa a convertirse en algo que tiene que ser visto, para ser sometido a la evaluación del otro.

"Yo veía los resultados en mi cuerpo y decía no manches o sea tengo más cuadros que tú y estoy formado..." (Manuel Entrevista 1, 23 de marzo de 2023).

De esta forma, existe una "presentación social del cuerpo la cual viene codificada según criterios como los de rol, estatus y evidentemente situaciones que regulan los posibles intercambios" (Martí, 2010, p. 115); por lo que cumplir con ciertos criterios o estándares da mayor posibilidad de interacción con la sociedad, principalmente en cuanto a la atracción física.

Pues de allí los de futbol empezaron a notar uno que había chicas bonitas en el gimnasio, de, pues ya de la edad, que se estaban fijando en que estábamos fuertes y demás y dijeron "ah, pues sabes que, vámonos a gimnasia porque ahí te pones mamado, ahí conectas ligues y haces" (Abraham, Entrevista 3, 31 de agosto de 2023).

Este es mi punto, mi, lo que tengo que saber utilizar yo para pues poder conectar ¿no?, entonces es como lo que... como yo lo percibía, así yo lo percibía, más como pues sí es mi cuerpo yo soy gimnasta, este es el cuerpo de un gimnasta que si al final de cuentas no era la finalidad, no era la meta era un mega plus, entonces pues yo lo veía justamente como eso como un mega plus, así como... yo sabía que entre más fuerza tuviera... entre más, no necesariamente más marcado pero si mientras más musculo tuviera (Abraham, Entrevista 3, 31 de agosto de 2023).

De tal forma que el cuerpo pasa a ser un sistema de acción esencial para llevar a cabo las interacciones en la vida cotidiana (Sabido Ramos, 2013) aunque esto se da durante todas las etapas de la vida del sujeto toma mayor peso durante la adolescencia y juventud. Ya que en estas etapas se da un período de integración de la imagen corporal, donde la influencia de los padres y las personas de su entorno (principalmente los pares) es relevante ya que se busca principalmente ser considerado atractivo o atractiva por el sexo contrario (Cortez *et al.*, 2016).

Esa edad uno lo que busca es ser llamativo a las chicas y demás, pues justamente este estereotipo de que “ah sí estás mamado te la vas a poder ligar”; si estás fuerte si estás marcado, que además tienes un plus de que “ay mira yo me puedo aumentar un mortal” mira “me puedo parar de manos media hora” es como engrandecerte, como un poquito inflar más tu ego (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023).

Yo pues subía fotos sin playera en su momento a, a Facebook que era lo único que tenía o lo que más estaba de moda en ese entonces, incluso me paso que amigas mías, o sea como que me tomaban foto solo del abdomen, es que ya sabes que solo en Facebook se subía pura babosada sin sentido, entonces subían una foto de mi abdomen y me etiquetaban, este entonces, sí, si llegue a publicar fotografías en su momento o videos en los que entrenabas y obviamente uno entrenaba sin playera, era muy común entrenar en shortcito y pues uno los subía y los publicaba, sí para que vieran como que él, el ejercicio que estábamos haciendo, pero pues también como para presumir un poco el cuerpo la verdad. (Manuel Entrevista 2, 1 de junio de 2023)

De tal forma que:

[...] el «cuerpo externo», el «cuerpo visto», es un aspecto fundamental, y en el que influyen en gran manera los modelos ideales que se proyectan desde espacios como la publicidad y el diseño, los medios de comunicación o el mundo de la cultura, el arte o el deporte (Esteban, 2004, p. 78).

Es a partir de estos modelos que los sujetos construyen una identidad en donde se reafirma, se niega o se discute los ideales masculino y femenino (Esteban, 2004 y Herrera Urizar, 2019). Así, uno de los aspectos más importantes que se debe cumplir para encajar con el ideal masculino y demostrar que se es “un hombre de verdad” es tener una sexualidad abierta, es

decir, que entre más relaciones casuales se tiene, más hombre se es (Torres Quezada, 2007).

Tal como expresa Abraham:

[...] justamente empiezas a hacer ese tipo de tonterías de buscarte una chica y buscarte otra, de buscarte otra, o sea, en lugar de darle como una seriedad, porque estás justamente en ese punto en el que eres el hombre, entre comillas, o sea, eres el macho, el galán, el todas puedes y ¿cómo lo vas a demostrar? ah pues tengo que demostrarlo porque tengo un chingo de morras, tengo un montón de parejas, salgo con ella, salgo con la otra, mira que estoy fuerte, o sea “yo, yo soy” entonces este, pues sí es algo que he ido notando mucho que pasa con estos chicos, lo noto porque en su momento me sucedió a mí (Abraham, Entrevista 1, 16 de marzo de 2023).

Como se mencionó anteriormente, el medio para lograr el interés del sexo opuesto es un cuerpo que cumpla con los modelos y estándares de la cultura (Martí, 2010), de tal forma que el cuerpo es adecuado a una determinada estructura que le proporciona ciertos estándares (Herrera Urizar, 2019) para poder ser “aceptado” por la sociedad. Pero para lograr alcanzar estos ideales, el ser humano tiene que hacer uso de algunas herramientas, entre ellas el ejercicio.

Si bien nuestros entrevistados no tenían en mente conseguir una determinada constitución corporal al iniciar sus prácticas de gimnasia artística, fue algo que con el tiempo consiguieron y no sólo les resultó beneficioso para “ligar” sino que les terminó agradando. En palabras de Manuel:

[...] el cuerpo del gimnasta lo que yo note es que tenía así cada músculo se veía específicamente donde estaba, este eso es lo que más me gustaba, como tener un cuerpo, así como definido y el abdomen en ese entonces y sobre todo en la secundaria, o sea el vato que tenía cuadritos en el abdomen se la pasaba levantándose la playera y las niñas les tocaban el abdomen, entonces para mí eso era como, lo más padre de tener ese cuerpo. (Manuel Entrevista 2, 1 de junio de 2023)

Con esto podemos decir que “cada ser humano tiene una determinada noción de su cuerpo a través de la realidad social en la que vive, influenciada por un tiempo y un espacio” (Águila Soto y López Vargas, 2019, p. 414); Tal como en el caso de Manuel, quien después de experimentar como era y se veía el cuerpo de un gimnasta, para él se volvió el cuerpo perfecto.

Uy para mí el cuerpo perfecto es el del gimnasta, esté desde siempre, desde que empecé e incluso ahorita que sigo sin hacer gimnasia para mí es el cuerpo perfecto y si hoy pudiera tenerlo, me gustaría y ¿cómo es? como te comentaba para mí ese es el cuerpo perfecto, el que es básicamente bien delineado todos tus músculos, piernas, tríceps, cuádriceps,

hombros, espalda, pecho, abdomen todo, todo en sí, para mí el cuerpo ideal es el del gimnasta. (Manuel, Entrevista 2, 1 de junio de 2023).

Si bien “sociedad y cultura contribuyen a nuestro desarrollo como seres humanos” (Águila Soto y López Vargas, 2019, p. 414), son las propias experiencias las que terminan construyendo nuestra subjetividad, tal y como se puede ver en los casos particulares de Manuel y Abraham, quienes decidieron que no les importaba los comentarios de la gente que los juzgaba por practicar un deporte que la sociedad dice que “es para niñas”; si no que por el contrario demostraban que el género nada tenía que ver con el deporte en sí mismo.

Reflexiones finales

A lo largo de esta investigación nos pudimos dar cuenta de que el deporte se ha convertido en un dispositivo que enseña y moldea las identidades femeninas y masculinas, así como sus modelos corporales. En donde se espera que el varón sea fuerte, vigoroso y activo, mientras que se espera que la mujer sea armoniosa, grácil y virtuosa (Vidiella Pagés, 2007). Son estos modelos los que han dado paso al desarrollo de ciertas ideas con respecto a cómo debemos de actuar, movernos y vestirnos de acuerdo con nuestro género. Es decir, a partir de la diferencia anatómica de los cuerpos se crea un conjunto de discursos y representaciones, las cuales atribuyen una determinada conducta al sujeto en función de su sexo constituyendo así lo que es “propio” y “correcto” en hombres y mujeres (Lamas, 2002).

Los cuales se encargan de generar ciertos prejuicios alrededor de (en este caso) la gimnasia artística y los hombres que llegan a practicarla ya que constantemente se escucha que este es “un deporte para niñas”, lo que llega a ocasionar cierto tipo de burlas o comentarios ofensivos hacia los gimnastas masculinos, ya que sus movimientos tienden a ser muy estéticos y elegantes. Teniendo esto en mente podemos decir que el cuerpo actúa como *locus* de la cultura y los procesos sociales y que es bajo esta simbolización del cuerpo (Butler, 2007 y Lamas, 2002) que se espera que los hombres muestren una imagen de virilidad, rudeza y fuerza (Bourdieu, 2000).

Esto da paso a una dominación masculina la cual está construida y normalizada mediante una continua reproducción de discursos machistas que de acuerdo con Hana Aoi (2018) implementan una concepción de normalidad que se encarga de delimitar lo que se encuentra dentro de lo “normal” dejando de lado todo aquello que no entre en esta estandarización, tachándolo de “extraño”, lo que da pie a un discurso discriminador que busca la defensa de la construcción estereotipada de género y que toma como rehén a cualquier sujeto que no responda al modelo dominante de género (Menassé y Jarillo Soto, 2017).

Situación que según las narrativas de Abraham y Manuel era muy frecuente para ellos cuando practicaban gimnasia artística, ya que en repetidas ocasiones eran cuestionados sobre su género y preferencias sexuales por otros hombres, esto pudo ser debido a las estructuras sistémicas de la sociedad, que están basados en un orden patriarcal y se le da un papel de

gran importancia a la heterosexualidad. Lo que tiene fuertes repercusiones en la forma de concebir de la sociedad y que no solo se limita a los modos de actuar y pensar de las personas, sino que también en la forma de relacionarse entre sí, haciendo tanto a mujeres como hombres “prisioneros y víctimas de la representación dominante” (Bourdieu, 2000, p. 67), inscribiendo en el cuerpo una serie de disposiciones que se consideran naturales, las cuales llegan a ser visibles en la forma de mover el cuerpo, la actitud y la forma de comportarse (Bourdieu, 2000).

Esto da paso a la construcción de una identidad en donde se reafirma, se niega o se discute los ideales masculino y femenino (Esteban, 2004 y Herrera Urizar, 2019). Con esto podemos decir que “cada ser humano tiene una determinada noción de su cuerpo a través de la realidad social en la que vive, influenciada por un tiempo y un espacio” (Águila Soto y López Vargas, 2019, p. 414).

Si bien, podemos decir que los objetivos de nuestra investigación fueron cumplidos en su mayoría, durante el proceso de análisis surgieron otras vetas de análisis que, debido al tiempo que poseíamos para la investigación no fue posible resolverlas. Tal es el caso de la raza y el *status* económico (la clase). Si bien es cierto que gran parte de la gimnasia artística gira en torno del género como estructura social base de la interacción entre gimnastas y sociedad; esta disciplina también se ve atravesado por otras estructuras; en el caso de nuestros sujetos se hace manifiesto, aunque tenuemente la presencia del *status* económico y la raza.

El primero se hace visible cuando se le pregunta a Manuel y Abraham sobre el lugar donde iniciaron su entrenamiento, a lo que ambos respondieron que practicaban en un club deportivo privado en Satélite; fue este comentario el que nos hizo darnos cuenta de que para poder practicar este deporte es necesario contar con un alto poder adquisitivo. Así mismo, la cuestión de la raza se puede vislumbrar en sus referentes de ideal corporal, el cual en un primer momento se ve reflejado en los cuerpos occidentales y que más tarde es cambiado por los cuerpos más estilizados de los orientales.

Es curioso cómo aunque pareciera que estas estructuras son muy independientes una de la otra siempre convergen en algún punto, por lo que sería interesante ahondar en qué relación existe entre raza, género y clase social con el cuerpo y la gimnasia artística.

Sin embargo, como es bien sabido, en los procesos de investigación cualitativos siempre quedan elementos o cuestiones por analizar ya que al trabajar con las experiencias de los sujetos y no con datos duros, las líneas de análisis son interminables e inagotables.

Por otra parte, en cuanto a nuestra experiencia durante la investigación, podemos decir que, si bien, todas las investigaciones que hemos realizado a lo largo de estos cuatro años han sido difíciles de llevar a cabo, principalmente por el tiempo con el que contábamos, estamos de acuerdo en que ninguna se ha comparado a ésta. Ya que a este estudio no sólo le hemos dedicado tres trimestres de la carrera, sino que ha sido un año completo de trabajo, con sus altas y sus bajas.

Por último, queremos mencionar que esta investigación nos presentó retos que en su momento creíamos imposibles de superar y por los cuales muchas veces queríamos tirar la toalla, pero a su vez ha dejado enseñanzas en cada uno de los integrantes del equipo.

Desde los múltiples desencuentros con el campo, lo que nos generó múltiples angustias, situación que comenzó con la salida de Josué e Ian, momento en el que creímos que la oportunidad de entrar al campo se nos fue arrebatada, sin embargo esto era todo lo contrario, ya que esto generó que nos diéramos cuenta del error que estábamos cometiendo poniendo nuestra preocupación sobre qué hacer y lo que nosotros queríamos obtener del campo sobre la experiencia y lo que los sujetos de la investigación nos querían decir.

Fue hasta el momento de la ruptura de nuestro vínculo con Ian y Josué que nos dimos cuenta que nos dejamos llevar por nuestros supuestos; aferrándonos a las ideas (presuposiciones) sobre lo que encontraríamos en los discursos de nuestros entrevistados, fue esta experiencia la que nos hizo abrir un poco más nuestros oídos a los discursos de Abraham y Manuel que terminaron por mostrarnos cuan equivocados eran nuestros supuestos dándonos así la brújula que necesitábamos para guiar la investigación.

Fue estos sucesos los que nos llevaron a reformular la investigación, esta vez poniendo el enfoque en las narrativas de nuestros entrevistados; este cambio de perspectiva aunado a múltiples desacuerdos entre los tres integrantes que conforman el equipo en ese momento trajo como consecuencia la separación del equipo; lo que llegó a generar en su momento tristeza y enojo por no sentirnos apoyados; esto nos recuerda una vez más los pros y contras

que trae consigo la investigación en equipo, ya que si bien el estar investigando con otras personas ayuda a no llevar a cabo este proceso solos y te ayuda a tener en mente perspectivas que tal vez desde tu propia subjetividad no habías notado, también puede traer consigo el hecho de sentir con los otros miembros no apoyan demasiado o que no toman en cuenta tus ideas.

Sin embargo, hay que tener en cuenta que todos estos altibajos siempre traen consigo algunas enseñanzas que te servirán en tu vida profesional. Por lo que después de todo ese cansancio, estrés, risas, enojos, alegrías y llanto que llegó a traer consigo esta investigación durante este año en donde se sufrió tanto como se disfrutó, podemos decir, al fin, que hemos terminado.

Sin lugar a dudas, este, nuestro último trabajo de investigación como estudiantes de licenciatura en Psicología Social, ha dejado una gran huella en los miembros del equipo. Durante este proceso, no sólo como estudiantes, sino como investigadores, nos dimos cuenta de que no importa qué tan difíciles fueran las cosas, siempre encontrábamos manera de resolverlo. Además, nos permitió conocer más sobre un deporte del que poco o nada sabíamos. Se puede decir que fue un año difícil, pero se logró concluir con éxito a pesar de todo.

Bibliografía

- Águila Soto, C., & López Vargas, J. J. (2012). Cuerpo, corporeidad y educación: una mirada reflexiva desde la Educación Física. *Retos*, 35, p. 413-421.
- Álvarez González, B., Ang Torres, D., Nuñez Betanzo, V., Pérez Pérez, D., Vela Campos, G., & Zamora Echegollen, M. (2023). Malestar y conflicto psíquico en la institución deportiva: Análisis de la gimnasia artística femenil en la Ciudad de México. *Revista Liminales. Escritos Sobre Psicología Y Sociedad*, 12(23), 105-134. Recuperado en: <https://doi.org/10.54255/lim.vol12.num23.723>
- Amezcuca, M. (2003) “La entrevista en grupo. Características, tipos y utilidades en investigación cualitativa”. *Laboratorio de Investigación Cualitativa*. Fundación Index. Granada. España.
- Amor fati* - *Encyclopaedia Herder*. (s. f.). Recuperado en: https://encyclopaedia.herdereditorial.com/wiki/Amor_fati
- Anders, V. (s. f.). *CUERPO*. Etimologías de Chile - Diccionario que explica el origen de las palabras. Recuperado en: <https://etimologias.dechile.net/?cuerpo>
- Anders, V. (s. f.-b). *ETHOS*. Etimologías de Chile - Diccionario que explica el origen de las palabras. Recuperado en: <https://etimologias.dechile.net/?ethos>
- Anders, V. (s. f.-c). *LOCUS*. Etimologías de Chile - Diccionario que explica el origen de las palabras. Recuperado en: <https://etimologias.dechile.net/?locus#:~:text=La%20voz%20de%20origen%20latino,locomoci%C3%B3n%20loc%C3%A1voro%20y%20tambi%C3%A9n%20lo calizaci%C3%B3n.>
- Aoi, Hana (2018) “Derechos humanos intersex e intervenciones médicas” en *Revista Dfensor*, México. (3) pp. 11-16.
- Asale, R.-. (s. f.). *In situ | Diccionario de la Lengua Española*. «Diccionario de la lengua española» - Edición del Tricentenario. Recuperado en: <https://dle.rae.es/in%20situ>
- Baldó Vela, D., & Bonfanti, N. (2019). Evaluación del riesgo de trastornos de la conducta alimentaria en jugadores semiprofesionales de deportes de equipo. *Nutrición Hospitalaria*, 36(5), 1171–1178. Recuperado en: <https://doi.org/10.20960/nh.02630>
- Baz, M. (1993) “El cuerpo instituido”. *TRAMAS. Subjetividad Y Procesos Sociales*, (5), pp. 109-123. Recuperado en: <https://tramas.xoc.uam.mx/index.php/tramas/article/view/85>
- Baz, M. (1994) “Reflexiones sobre la propia implicación con la problemática implicada”, *Metáforas del cuerpo. Exploraciones sobre la subjetividad de la mujer con base en el discurso de las bailarinas*. [Tesis de doctorado], UAM-X, 142- 146.

- Baz, M. (1998) "Tiempo y temporalidades: los confines de la experiencia" en: *Anuario de investigación 1998 Vol. II: Psicología*. México DF: UAM-X, CSH, Educación y comunicación; 173-182
- Bourdieu, P. (2000). *La dominación masculina*. Editorial Anagrama.
- Burin, Mabel (1998) "La familia: sexualidades permitidas y prohibidas" en: *Género y familia. Poder, amor y sexualidad en la construcción de la subjetividad*, Paidós, Buenos Aires.
- Butler, J. (2007). Actos corporales subversivos. En *El género en disputa: El feminismo y la subversión de la identidad* (pp. 173-276). Paidós.
- Castro, R. (2016). *Violencia de Género. Conceptos clave en los estudios de género*, 1, pp.339-354 Recuperado en: https://www.researchgate.net/publication/305651672_Violencia_de_genero
- Cervantes Luna, B. S. (2015) *Imagen corporal, promoción de actitudes saludables en varones adolescentes*. [Tesis que para obtener el grado de Doctora en psicología]. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado en: https://ru.dgb.unam.mx/handle/DGB_UNAM/TES01000723874
- Cirternas-Bustos, R.; Donari-Muñoz, G.; Mahncke-Valenzuela, F.; Retamal-Muñoz, K.; Pérez-Courbis, C.; Fuentes-Vilugrón, G.; Lagos-Hernández, R. (2020). Conductas alimentarias de riesgo y preocupación por la imagen corporal en gimnastas chilenas. *Revista Mexicana de Trastornos Alimentarios*,10, Núm. 4 Recuperado en: <https://journals.iztacala.unam.mx/index.php/amta/article/view/662>
- Cortes Servín, J. I.; Figueroa Tolentino, E.; León Solano, A. (2019) *Conductas alimentarias de riesgo y su relación con la insatisfacción corporal en adolescentes de la ciudad de Coatzacoalcos, Veracruz*. [Tesis para obtener el título de Licenciado en enfermería]. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado en: <http://132.248.9.195/ptd2019/julio/0790921/0790921.pdf>
- Cortez, D., Gallegos, M., Jiménez, T., Arancibia, M., Martínez, P., Saravia, S., Cruzat-Mandich, C., Díaz-Castrillón, F. & Beharc, R. (2016). Influencia de factores socioculturales en la imagen corporal desde la perspectiva de mujeres adolescentes. *Revista mexicana de trastornos alimentarios*, 7(2), 116-124. México. Recuperado en: https://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S200715232016000200116#:~:text=Algunos%20autores%20plantean%20que%20los,Dunstan%20y%20Paxton%2C%202015
- Curiel, Ochy (2013) "El sentido político de la heterosexualidad" en *La nación heterosexual*, Bogotá, Impresol. pp. 45-56.
- De Gaulejac, Vincent (1999). "Historias de vida y sociología clínica" en *Proposiciones* No. 29.

- De los Reyes Navarro, H. R., Rojano Alvarado, A. & Araújo Castellar, L. S. (2020). La fenomenología: un método multidisciplinario en el estudio de las ciencias sociales. *Pensamiento y Gestión*, 47, 203-223. Recuperado en: http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1657-62762019000200203
- Díaz Ceballos, I. (2012). *DETECCIÓN Y PREVENCIÓN DE LOS TRASTORNOS DE LA CONDUCTA ALIMENTARIA EN EL DEPORTE* [Tesis de doctorado]. Universidad de Vigo.
- Díaz Ceballos, I., Ramírez Molina, M. J., Navarrón, E., & Godoy Izquierdo, D. (2019). *Creencias, actitudes y conductas de riesgo de entrenadores en relación con el peso de sus deportistas: un estudio de caso*. Dialnet. Recuperado en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=8648198>
- Díaz de León, C. (2013) Conductas alimentarias de riesgo, interiorización del ideal estético de delgadez e insatisfacción corporal en estudiantes universitarios de la ciudad de México. [Tesis para obtener el grado de Maestro en Ciencias de la Salud].
- Esteban, Mari L. (2013). *Antropología del cuerpo. Género, itinerarios corporales, identidad y cambio*. (2ª edición). España, Edición Bellaterra.
- Federación Mexicana de Gimnasia*. (s. f.). Recuperado en: <http://fmgimnasia.org/disciplina?m=4>
- Federici, S. (2022). “Sobre el cuerpo, el género y el performance.” En: *Más allá de la periferia de la piel: Repensar, reconstruir y recuperar el cuerpo en el capitalismo contemporáneo*. Ediciones Corte y Confección.
- Fernández, A. M. et al. (2014). La indagación de las implicaciones: un aporte metodológico en el campo de problemas de la subjetividad. *Revista Sujeto, Subjetividad y Culturas*, 7, 5-20.
- Fraga, E. (2015). Walter Mignolo. La comunidad, entre el lenguaje y el territorio. *Revista colombiana de sociología*, 38(2), 167-182. Recuperado en: <https://doi.org/10.15446/rcs.v38n2.54887>
- Gallegos Argüello, M. C. (2012). *LA IDENTIDAD DE GÉNERO: MASCULINO VERSUS FEMENINO*. Congreso Internacional de Comunicación y Género. Recuperado en: <https://core.ac.uk/download/pdf/51397399.pdf>
- GAM - Unión Panamericana de Gimnasia*. (2020). Unión Panamericana de Gimnasia. Recuperado en: <https://upag-pagu.com/gam/>
- García Canal, María Inés (2002) “El sujeto y el poder”, “El alma, prisión del cuerpo” y “La sociedad disciplinaria” en: *Foucault y el poder*, UAM Xochimilco, México, pp. 33-70

- Guber, R. (2005). *El salvaje metropolitano: reconstrucción del conocimiento social en el trabajo de campo*, Editorial Paidós, Buenos Aires.
- Guber, R. (2011). *La etnografía. Método, campo y reflexividad*, Siglo Veintiuno Editores, Argentina.
- Herrera Urizar, G. C. (2019). El cuerpo disciplinado y el ocaso de la libertad: análisis del Hospital Psiquiátrico y la escuela en el pensamiento de Michel Foucault. *Sincronía (Guadalajara)*, 75, 104-128. Recuperado en: <https://doi.org/10.32870/sincronia.axxiii.n75.5a19>
- Inclán, D. (2018). *CONCEPTOS Y FENÓMENOS FUNDAMENTALES DE NUESTRO TIEMPO : Violencia*. Recuperado en: https://conceptos.sociales.unam.mx/conceptos_final/648trabajo.pdf
- Jáidar Matalobos, I. (2003) “Por los senderos de la subjetividad”. En: Jáidar Matalobos, I. (2003). *Tras las huellas de la subjetividad* (2.^a ed.). UAM-X, CSH. (p. 39-60) Recuperado en: https://publicaciones.xoc.uam.mx/TablaContenidoLibro.php?id_libro=45
- Lamas, M. (2002). “Cuerpo: diferencia sexual y género”. En *Cuerpo: diferencia sexual y género* (p. 49-84). Santillana Ediciones Generales.
- Le Bretón, David. (2002). *Antropología del cuerpo y modernidad*. (1^a edición). Argentina, Nueva visión.
- Magallares, A. (2013). Masculinity, Drive for Muscularity and Eating Concerns in Men. *Suma Psicológica*, 20(1), 83–88.
- Martí, J. (2010). La presentación social del cuerpo: Apuntes teóricos y propuestas de análisis. En Martí, J., & Aixelà, Y. coord. (2010) *Desvelando el cuerpo: perspectivas desde las ciencias sociales y humanas*, 107-121.
- Martínez Rodríguez, A., Reche García, C., Martínez Fernández, M. C., Martínez Sanz, J. M., & Martínez-Fernández, M. D. C. (2020). Valoración del estado dietético-nutricional, la composición corporal, el comportamiento alimentario y la percepción de la imagen en deportistas de gimnasia rítmica. *Nutrición Hospitalaria*, 37(6), 1217–1225. Recuperado en: <https://doi.org/10.20960/nh.03141>
- Menassé, A.A., Jaramillo Soto, E. (2017) *Familias homoparentales. Una mirada sistemática desde la salud colectiva en México*, México: UAM Xochimilco
- Méndez, Juan Pablo, Vázquez-Velazquez, Verónica, & García-García, Eduardo. (2008). Los trastornos de la conducta alimentaria. *Boletín médico del Hospital Infantil de México*, 65(6), 579-592. Recuperado en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1665-11462008000600014&lng=es&tlng=es.

- Moreno, A. (2019) *Autopercepción corporal y su relación con la presencia de conductas alimentarias de riesgo en adolescentes de ingreso a nivel medio superior*. [Tesis para obtener el grado de especialista en medicina familiar].
- Padilla Lavín, M. (2017). La noción de cuerpo en Judith Butler: una estructura imaginada, producto del deseo. *Daimon: Revista Internacional de Filosofía*, 5. Recuperado en: <https://doi.org/10.6018/daimon/269721>
- Pichon-Rivière, E. (1985). *Teoría del vínculo*. Ediciones Nueva Visión.
- Portos, M. E. y Patow, V. E. (2013) La gimnasia, la gimnasia artística y la gimnasia rítmica: Semejanzas semánticas, diferencias conceptuales y teóricas. Análisis de los discursos de estas prácticas. *10mo Congreso Argentino de Educación Física y Ciencias, La Plata. En Memoria Académica*. Recuperado en: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/trab_eventos/ev.2980/ev.2980.pdf
- Preciado, P. B. (2008). “6. Tecnogénero” en *Testo Yonqui*, España, Espasa. pp. 81-99.
- Rodríguez Cano, F. G. (2013) *La imagen corporal en varones y su relación con alimentación y ejercicio: un enfoque mixto*. [Tesis que para obtener el título de Licenciado en psicología]. Universidad Nacional Autónoma de México. Recuperado en: <http://132.248.9.195/ptd2014/enero/0707292/0707292.pdf>
- Sabido Ramos, O. (2013). Los retos del cuerpo en la investigación sociológica. Una reflexión teorico-metodologica. En: Aguilar, M. A. y Soto P. (2013) *Cuerpos, espacios y emociones: aproximaciones desde las ciencias sociales* (pp. 19-50). Universidad Autónoma Metropolitana.
- Sánchez Dromundo, R. A. (2007). La teoría de los campos de Bourdieu, como esquema teórico de análisis del proceso de graduación en posgrado. *Revista Electrónica de Investigación Educativa*, 9(1), 1-21. Recuperado en: <http://www.scielo.org.mx/pdf/redie/v9n1/v9n1a8.pdf>
- Scharagrodsky, P. A. (2006). ‘Ejercitando’ los cuerpos masculinos y femeninos. Aportes para una historia de la educación física escolar argentina (1880-1990). *DOAJ (DOAJ: Directory of Open Access Journals)*. Recuperado en: <https://doaj.org/article/dc469ca8fa4843ba8f8ab4d4f2b43ad4>
- Taylor, S. J., & Bogdan, R. (1992). *Introducción a los métodos cualitativos de investigación*. Ediciones Paidós Ibérica.
- Teixidor-Batlle, C., Andrés, A., & Ventura Vall-Ilovera, C. (2019). Factores de riesgo de trastornos de la conducta alimentaria asociados a deportes estéticos en deportistas españolas. Dialnet. Recuperado en: <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=7226290>
- Toro Alfonso, J.; Walters Pacheco, K. Z. Sánchez Cardona, I. (2012) El cuerpo en forma: Masculinidad, imagen corporal y trastornos en la conducta alimentaria de atletas

varones universitarios, *Acta de Investigación Psicológica* Vol. 2 Núm. 3 Pág. 842-857.

Torras, M. (2015). “El delito del cuerpo. De la evidencia del cuerpo al cuerpo en evidencia” en: Muñiz, E. (2015) *El cuerpo. Estado de la cuestión*, México, La cifra. pp. 13-28.

Torres Quezada, A. (2007). *La construcción de la masculinidad* [Informe de servicio social no publicado]. Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

Varela, C. (2004). La entrada al terreno institucional. *Tramas*, 21, 219-237.

Vasilachis, I. (coord.) (2006) *Estrategias de investigación cualitativa*, Barcelona: Gedisa.

Vidiella Pagès, J. (2007). El deporte y la actividad física como mediadores de modelos corporales: Género y sexualidad en el aprendizaje de las masculinidades. *Educación Física y Ciencia*, 9, 81-01.

Vilar, E. (2019). *La entrevista grupal. Instrumento para la Investigación /intervención en psicología social*. UAM, Xochimilco, México.

Zambrini, L. (2011). Modos de vestir e identidades de género: reflexiones sobre las marcas culturales en el cuerpo. *Nomadías*, 11. Recuperado en: <https://doi.org/10.5354/n.v0i11.15158>

Anexos

Entrevistas a Abraham

Entrevista 1

Abraham: Hola yo he tenido este, vaya, yo tengo para contarte horas y horas, días y días, puesto que por lo mismo de que practiqué desde muy chico, practicaba gimnasia. Siempre hice deporte, siempre, siempre, lo inicié porque mis papás, bueno se los recomendaron. Yo soy asmático, entonces este pues recomendación del doctor, que él dijo “haga deporte y va a estar bien” y pues sí, la verdad es que me ayudó bastante. Hoy a lo largo

de tantos años me encontré, ya tenía mucho que no escuchaba, hace poco igual volvió a pasar este discurso justo de es que si hace gimnasia eres “puto”, así tal cual, entonces este, pues es algo con lo que vas aprendiendo a lidiar, ya que al final de cuentas o sea nunca me afectó en el grado de que yo diga “ah pues ya no quiero practicar, para que me dejen de decir” simplemente yo estaba así de “ah”, al principio sí me molestaba, me calaba, pero llegó un momento en el que dije “ah pues chido qué bueno que lo veas así”.

Yo desde los 8 años hacía gimnasia, entonces desde la primaria decían “ay eres niña” o sea los morritos no; no dicen eres “puto” más bien te dicen “eres niña” ah “eres niña” no, no, no soy niña, pero pues si tú lo ves así, “no que es que usan su ropa bien pegada” y no sé qué, yo digo “pues sí, sí la verdad es que sí se nos ve pegado” pero pues nos vemos fuertes, o sea, ya realmente no tengo problemas con vestirme así yo o sea yo les decía. Este no sé, pasaban tiro por viaje, tanto en la escuela como en el mismo deportivo, yo estaba en el deportivo Casablanca este así se llama “club Casablanca”, en el de satélite, y pues a la par de hacer gimnasia en mis primeros años hacía gimnasia y fútbol, gimnasia y básquet, gimnasia y natación, o sea siempre practiqué otros deportes y la única constante fue la gimnasia, pues por lo mismo te vas haciendo de amistades de otros lados, entonces sí con el tiempo me dio mucha risa, porque sobre todo en la etapa en la que jugué fútbol fue cuando más se dio esta parte precisamente de que mis compas me decían “ay es que eres maricón, es que eres joto es que eres puto y así” las palabras tal cual, pero justo ya en esta etapa estamos hablando de que ya tengo entre unos 13 o 14 años y pues el cuerpo empieza a madurar, ya dejás de verte nada más este flaquito, ya se empiezan a marcar el abdomen; que los brazos; que la espalda; ya empieza a haber cuerpo, y pues justo ocurre, me dio mucha risa porque pues por lo mismo de que era un deportivo familiar pues se juntaban entre señoras y me acuerdo que mi jefa de repente les decía; nomás de ahora sí que por mis amigos se juntó con las mamás y algunas otras señoras que se fueron haciendo su grupito y hacíamos más, así va haciendo la bolita grande, “No pues que mi hijo, mira, aquí está entrenando” y así, y de verdad me acuerdo que una de las chavitas que estaba ahí presente esa vez, pelo los ojos así de “ay cabrón, y de

CÉDULA

Fecha: 16/03/2023

Duración: 45 minutos

Entrevistador: Pablo Hernández

Entrevistado: Abraham

Plataforma: Meet

dónde salió esto” no sé, te digo llegas y que el abdomen bien marcado, que los brazos, que esto y lo otro, y eso hizo que los demás, o sea al verse que se quedó así, fue su novio principalmente el primero que se vio así como de “ah chinga, porque lo está viendo a él y no a mí” entonces se fue a meter, y a la par y así por poco todos los que alguna vez me dijeron “puto” “ah es que eres marica” o justamente conforme se iban metiendo les decían “ah también eres puto como el Abraham” “ah ya eres joto como ese güey”, poco a poco se fueron metiendo y se fueron metiendo, toda esa bandita se metió temporalmente, fue creo que, ninguno fue que se quedara realmente mucho tiempo, en los que más fueron como 2 o 3 años y se salieron, pero pues estuvo muy chistoso, o sea yo me los, fue como mi desquite porque yo me los empezaba a cabulear ahora a ellos, porque era así como “ay bueno ahora tú también vas a ser joto”, “ah no sabía que ya te habías hecho joto” y me decían “no wey, ya perdóname pues estaba mal”. Claro que estaba mal, pero así veías, este y pues pasaba mucho esto, o sea todo esto fue a raíz justamente de que en esa edad uno lo que busca es ser llamativo a las chicas y demás, pues justamente este estereotipo de que “ah sí estás mamado te la vas a poder ligar”; si estás fuerte si estás marcado, que además tienes un *plus* de que “ay mira yo me puedo aumentar un mortal” mira “me puedo parar de manos media hora” es como engrandecerte, como un poquito inflar más tu ego y este, hoy yo me acuerdo que también dentro de eso, me pasó en la vocacional que justamente yo nunca fui mamado de esos infladotes, no o sea, siempre fui delgado, estaba marcado, tenía fuerza ya que acrecentaba el músculo pero en general este, pues nunca fui un mamado infladote, entonces este, nunca tuve como la intención de serlo, yo estaba bastante bien y yo sabía que por mi entrenamiento estaba mucho mejor así, en la vocacional teníamos este gimnasio al aire libre, entonces ya empezaban a llegar los weyes que justamente hacían pesas y ejercicio al aire libre, y justo estaban más ponchados, y ya este, pues un día me fui este..(s) voy a aprovechar el gimnasio y voy a ponerme a hacer un poco más de fuerza entre clases o cosas así, para mis entrenamientos, y estuvo muy chistoso porque me acuerdo que una vez, justamente pues me estuvieron este, pues había un wey que era como crecido, un ”todas mías” “yo puedo todo” y demás, y este me empieza a hacer comentarios, bueno, hace comentarios no directamente a mí, sino que le dice a un compa suyo que estaba ahí platicando, pero pues los comentarios los hacía con la intención de molestarme, de que escuchara “pinche wey flaquito ah que pinche güey flaquito” que no sé qué, un día que me cansé porque pasó como una semana, y un día me cansé y dije “bueno, llegué inocente yo, según, “oigan este pues es que quería ver qué rutina hacen porque yo creo que están bien mamados para ver qué pedo, yo quiero ponerme así” y me hace una cara de pues “si me aguantas el ritmo; si puedes pues a ver pero cuidado no te vayas a lastimar por intentar algo que no sé qué” y yo de “ah sí chingon, voy a hacerlo con cuidado, gracias por el aviso”. Pues empezamos a hacer sus rutinas toda fregada, nos aventamos como media hora, yo vi que ese wey ya estaba cansado, estaba así sudando y pinche cansado y fue así de “ah pues estuvo chido como calentamiento” pues mira ahí te va mi rutina. Yo aparte de todo esto que acabas de hacer a mí me ponen a hacer esto y ya se pone a seguirme, no me aguantó el ritmo, se estaba muriendo y justo él fue así de “ay güey qué

pedo” a partir de esto cambió su actitud hacia mí “ay, estas bien cabrón” pero pues fue a raíz de esto; de que precisamente el estereotipo que se busca cuando haces ejercicio es inflarte y verte bien pinche manchadote, bien grandote, pero yo no era de ese tipo de fuertes, de fuerte inflado, entonces dije “ah pues chido wey” nada más ahí como para que lo cheques.

Pasa también en la gimnasia este, por los uniformes este yo te cuento, el uniforme de varonil, el de competencia o ahora sí que se llama butagás y esos uniformes son como los leotardos de las niñas o sea en cuanto al corte, o sea no, no tiene mangas y el corte de abajo es igual el corte inglés, entonces este uniforme y un short, pero pues mucha gente que no sabe o cuando vas a empezando pues si te sacan de onda y te da incluso un poquito de pena, algo que se hace en varonil es que algunos aparatos algunas barras, barras paralelas, anillos, algunos de esos ejercicios los tienes que pasar con unas mallas, lo tienes que hacer con un short pero no se puede hacer no te puedes poner las mallas encima del short porque te penalizan, entonces pones tus mallas encima de tu short y se alcanza a notar sobre las mallas que traes el short te penalizan, entonces si en plena competencia todo lo que tienes que hacer como gimnasta es quitarte tu short y te pones las mallas, entonces pues al principio si te da mucha pena, o sea no estás acostumbrado, sabes que hay un chingo de gente viéndote, que ni están atentos porque al final de cuentas a quien están buscando poner la atención es al que está compitiendo y no al que está sentado en la banca esperando su turno, entonces te acompleja, es de “ah chale cómo me van a ver así” pero te vas acostumbrando, vas avanzando, te vas dando cuenta que son como cosas de menor importancia, pues ya después es con más naturalidad, te cambias ya vieron que disfruten no o sea casi casi que disfruten el espectáculo, y esto fue a raíz, o sea este comentario me vino a la mente porque justo apenas vamos a competir, vamos a llevarlos a competencia este fin de mes, y llega un señor papá de uno de nuestros chavitos y me dice este “profesor yo no le voy a comprar el uniforme a mi hijo” – señor uniforme de competencia- “que no, no pero es que esto es un chiste es una burla hacia él, lo que eso, eso es de mujeres, que no es de ellos”.

Me puede haber enganchado, le dije “sabe que señor está bien, no lo compres y si así lo piensa ni modo, no se lo compré, llévelo con un short y una playera y ya cuando lo penalicen en competencia y si por eso no quedan primeros lugares, bueno considere que es algo que ya no es culpa mía, no es culpa de su hijo tampoco, pues es a raíz de esta decisión, no se lo compré, está bien, si no quiere vestirlo así no pasa nada, no va a ser más, no va a ser menos, no le va a afectar en su forma de ser el vestirse así, entonces adelante, no se lo compré” pero pues me sacó mucho de onda porque hizo un comentario que tiene tantos años que no había escuchado, yo creo que es que no sé, ya habrán sido unos entre 8 y 10 años que no escuchaba un comentario así, entonces sí me sacó de onda, me molestó en su momento pero fue así como “señor qué ideas les está dando a sus hijos” entonces con respecto a lo que están haciendo entonces hace gimnasia y ya y por vestirse así ya es puto; ya es joto o sea, que pedo, por qué lo pensaría así, no lo sé, es como como yo lo veo, como yo lo pienso, no sé son muchos temas que corren en el gimnasio en específico porque te digo a la par fui haciendo

otros deportes que justo o sea buscas como ser el macho dominante el que más luce, el más cabrón, él yo puedo, él soy todas mías, este creo, no que esté bien pero pues es una etapa por la que todos pasamos, por el contexto en el que vivimos, precisamente ya habrá quien decida cambiar eso y habrá quienes no, pero pues sí es algo que se vive como tal. Tengo un par de chavitos, algunos ya los conocen, que justo están en esa etapa de que ya está empezando a madurar su cuerpo y ya no se ve nada más como niños flaquitos, ya tienen el abdomen bien marcado, la espalda, los brazos, o sea, ya se empieza a acrecentar su músculo, parte de la maduración y pues ya se dieron cuenta, entonces también ya se dieron cuenta que las chavitas los empiezan a notar más, que ya los voltean a ver o sea, no diciendo que sean feo, pero pues ya como que eso ya no importa mucho, si están feos, si están carita o sea, ya voltean a verlos porque es como de “ay caray ese chavito está fuerte”

Pablo: Se empiezan a sentir mejor consigo mismos ¿No?

Abraham: Exactamente, entonces he notado que por ejemplo ellos ya tienen un cambio en su actitud, se me hizo fácil notarlo porque recuerdo a cuando me sucedió a mí hace unos años, precisamente eso, empiezas a notar que dicen “ay güey” que llamas la atención, no pues acrecientas un poquito el ego, ya justamente empiezas a hacer ese tipo de tonterías de buscarte una chica y buscarte otra, de buscarte otra, o sea, en lugar de darle como una seriedad, porque estás justamente en ese punto en el que eres el hombre, entre comillas, o sea, eres el macho, el galán, el todas puedes y ¿cómo lo vas a demostrar? ah pues tengo que demostrarlo porque tengo un chingo de morras, tengo un montón de parejas, salgo con ella, salgo con la otra, mira que estoy fuerte, o sea “yo, yo soy” entonces este, pues sí es algo que he ido notando mucho que pasa con estos chicos, lo noto porque en su momento me sucedió a mí, me acuerdo bastante bien de lo tonto que llegue a ser ese aspecto, y sí, o sea es como este tipo de vivencias que se hacen a raíz de esta construcción que vas escuchando todos los días, “tienes que estar mamado tienes; que estar fuerte” o sea no nada más si estás mamado, si estás marcado pero estás flaco son cuadritos de flaco, entonces “ay pinche desnutrido” pero ya si estas inflándote, o sea también o sea la gente siempre va a tener algo que criticar porque ya si están muy inflados es como “ah es que tú no estás mamado, tú estás gordo” o “tú estás gordo fuerte” que es diferente, es como de qué pedo, por ejemplo en la gimnasia se dio una tendencia en la que los gimnastas eran muy toscos, muy muy voluptuosos por así decirlo, pero por ejemplo eso fue como el promedio general.

Si te vas hacia los asiáticos, sobre todo China, esa tendencia la supieron mediar, por ejemplo, los japoneses desde el 2012 más o menos, que pues con los chinos siempre eran muy delgados, muy, muy delgados, están fuertes y todo, pero eran más estilizados, por así decirlo, entonces pues podrían hacer muchos elementos acrobáticos, pero elementos de fuerza ya no les salían tan bien, por ejemplo, a diferencia de los otros gimnastas que se hicieron anillos, se podían quedar media hora haciendo un cristo, o sea, con los brazos ahí como si nada, pero sus acrobáticos ya eran deficientes, ocurre que era nuestra admiración, yo me acuerdo bastante bien que justo por eso, es por ese año, 2012 más o menos, en los juegos olímpicos

de Londres llega este gimnasta Kohei Uchimura, súper famoso en esa época: campeón olímpico, campeón mundial o sea se aventó como 2 o 3 olimpiadas en ser campeón primer lugar, como 8 mundiales seguidos en primer lugar, o sea pero justamente este gimnasta estaba en el punto medio entre lo delgado estilizado de los chinos y lo mamado voluptuoso del resto del mundo, o sea, los gringos; que los rusos; que los ingleses; o sea, toda la banda era así y ese wey estaba como en un punto medio, entonces qué era lo que nosotros aspirábamos también porque nuestro entrenador nos lo inculcó y nos lo demostró, justo o sea nosotros cuando ya estábamos como dudando de él así como de ¿qué pedo? o sea era como de ¿Cuando me voy a poner mamado? o sea “yo veo que los gimnastas cabrones están bien mamados y yo no” o sea yo no estoy mamado ¿Que pedo?. Justo coincidió que aparece este gimnasta, gana primer lugar y era como de “¿Ya lo viste wey? el cabrón está bien mamado pero no está voluptuoso” o sea, no está tosco tampoco, está demasiado delgado, y es para lo que ustedes van; entonces ya dices “okey, ya agarró por dónde va tu línea de entrenamiento”, y nos fue cambiando nuestra manera de pensar precisamente: “no necesariamente tengo que ser el más fuerte del mundo para poder hacer las cosas” y este pues al final de cuentas va para bien, o sea, va para bien, va a funcionar, te mantienes bien y pues te digo, siempre está presente el contexto, la idea de “me van a llover chicas” o sea es lo que piensas, “que me lleguen”, “que me lluevan”. Entonces pues es como lo que se piensa.

Pablo: Bueno, en base a todo lo que me has contado, ahora te quisiera yo preguntar ¿Cuál ha sido tu relación con el alimento? ¿Y cómo viviste este aspecto de tu vida en esa etapa en la que te molestaban por ser delgado?

Abraham: Pues fijate, esto estuvo bien curioso. Hubo una época en la que sí quería aumentar yo mi masa muscular, o sea, verme un poquito más inflado, pero el que era mi mejor amigo en ese entonces, pues éramos hermanos de entrenamiento, o sea siempre nos estábamos así de “no que yo hago 100 abdominales”, “mira yo hago 120” “no que yo hago 151” nos estábamos picando, él por problemas familiares y demás pues este lo termina por así decirlo adoptando otra familia y dentro de esa familia, el señor de la casa, o sea, el sustento de esa familia, era un güey de gimnasio todo ponchado y demás, tenía su propio gimnasio y demás, entonces le dice “pues mira te voy a poner a chambear en el gimnasio también en tus ratos libres” pero por lo mismo de que llegas a un gimnasio y ves a un entrenador delgado pues dices “no pues este entrenador que chingados va a saber” o ves un entrenador gordo, vas a decir, “güey estás gordo” cuando tú vas, te quieres poner como el entrenador que está bien mamado y que ves que está chido. Lo hace tomar proteínas lo hace tomar sus, o sea, nada de anabólicos, nada de eso, son todos proteínas naturales y demás, y lo inflan, entonces cuando vi su proceso de cómo se iba poniendo más mamado dije “ah qué chingón” o sea yo ya estaba hablando con ese güey: “pues qué pedo no cómo le hiciste” y resulta que en sus entrenamientos empieza a volver pesado, pero pesado muy pesado, entonces los acrobáticos le costaban más trabajo, incluso los elementos de fuerza le costaban más trabajo porque su fuerza ya no era la misma, o sea su fuerza estaba hecha para su cuerpo de antes, ahora tenía

que hacer el triple de fuerza para poder compensar toda la masa que había ganado, entonces yo vi cómo se le complicó durísimo el entrenamiento, el poder avanzar y fue como el “¿sabes qué? yo estoy bien así, déjalo así” porque sí, a final de cuentas tengo para mí; era como el punto en el que sobre todo con la ropa siempre tuve este conflicto de que por los hombros las playeras, las camisas, todo lo que es talla chica o talla M me queda pequeño de hombros, pero si por ejemplo ya llevo una playera talla M en adelante, los costados del torso me queda nadando o sea, nado en ellas, entonces siempre tuve ese conflicto, entonces dije “si me agarro más volumen pues ya voy a poder vestir mejor la ropa” tuve la suerte de que ocurre esto a mi compañero, empiezan a salir marcas de ropa hechas como para ese tipo de cortes de cuerpo, entonces como que me ayudó a tranquilizar esa parte. Y con el alimento, yo tragaba, yo te lo juro, comía mucho de un batallón porque entrenábamos 4 horas de lunes a sábado todos los días, entonces no comer para mí era un martirio, porque yo necesitaba mucha energía, entonces me acordé de este momento; justamente me voy con este chavo que te cuento, de las pocas veces que llegamos a salir a fiestas, nos vamos de fiesta, pasa su abuelita por nosotros cuando todavía vivía con ella y nos dice “bueno pues les invito la cena” eran taquitos del bajón, y pues ya empezamos, entonces nos dice “¿Qué, nada más 2 tacos? no se hagan de la boca chiquita, ya déjense de payasadas los 2” al final nos terminamos comiendo 25 tacos cada quien, entonces nos dice la señora “en mi vida los vuelvo a invitar a cenar par de ojetes” y nosotros así de “ se lo dijimos señora” porque por lo mismo de la exigencia energética que teníamos, comíamos y comíamos, o sea yo desayunaba siempre antes de la escuela, tenía un desayuno fuerte para aguantar mi trayecto; tenía mi comida completa, íbamos siempre a un restaurantito de cocina económica cerca del gimnasio donde yo entrenaba, pues nos daban sopa , guisado, ensalada, frijoles, agua, o sea súper bien servido, y ya en la cena nos íbamos por una torta o a veces solo era pan, sea lo que fuera por lo general en cantidades grandes. Entonces por alimento o sea en esa parte sí nunca tuve problema pero sí llegué a tener el conflicto de “estoy delgado” y con la ropa me era muy engañoso, entonces me quedaba holgada la ropa o me quedaba muy chiquita, entonces como no iba a agarrar una playera que me quedara dominguera porque lo por los hombros el ancho de la espalda dije “no pues mejor que me quede holgada”, entonces al traer ropa ligeramente holgada o muy holgada pues sí me conflictuaba un tiempo, o sea sí me causaba como ese problema de chales o sea “yo sé que estoy fuerte” pero volviendo a la parte de te inflas el ego y todo lo demás es como pero pues “no me voltean a ver las chicas” ves como voltean a ver a otro güey y hasta que te quitas la playera ya era así como “ah no mames que pedo con este wey” de hecho ahorita que lo recuerdo, a raíz de eso empecé a usar precisamente playera sin mangas, porque podía como compensar eso, aunque la playera me quedara un tanto delgada se me veían los hombros, se me veían los brazos, me veía fuerte, entonces yo le hacía como un tanto para compensar esa parte del “sé que estoy delgado sé que no me van a voltear a ver como yo quisiera”, estando así ya me voltean a ver, ahora sí ya vuelvo a ser este “todas mías” y todo esto y pues eso lo pensaba porque precisamente yendo a este deportivo pues era muy común ver mucha gente también muy muy fuerte, ahora sí que tanto hombres como mujeres siempre tienen que haber

gente atlética o simplemente que están ponchados, entonces ya dices “yo me quiero ver así” y si no te ves así pues es porque precisamente está este discurso de pues “es que no eres lo suficientemente hombre” “ah, no conseguiste esto no eres lo suficientemente hombre” siento que todas esas ideas que se formaron en cuanto a cómo me debo de ver, cómo me voy a vestir, cómo voy a andar, cómo lo estoy haciendo en mi deporte, son a raíz de eso, o sea salen desde el “es que si eres hombre te tienes que ver bien mamado” entonces es de “ah por tu deporte tienes que traer un chingo de morras”, “entonces en tu deporte vas a hacer que traigas un chingo de morras”, “ porque por tu deporte, por lo que haces, las vas a jalar hacia } tu vida”, entonces es cómo se va viviendo creo yo.

Pablo: Una cosa que me parece interesante de lo que dices es que justamente hay una relación de la masculinidad con la masa corporal, incluso los futbolistas son estigmatizados por los que juegan fútbol americano, entonces es una cadena de querer superar al “menos hombre”. Respecto a la mediatización ¿Qué opinas de que se visibilicen más unos deportes que otros?

Abraham: Justo ahí tengo una anécdota que me pasó también en la vocacional, pero para eso precisamente es este pues igual el contexto del país en el que nos tocó estar, aquí en México, el deporte, si no es fútbol el deporte está por los suelos, si no es fútbol soccer siempre va a estar este por los suelos, hoy la inversión que se la haga el deporte y la calidad de las instalaciones y demás; entonces eso también es como que ha caído el "si no te gusta el fútbol, si no practicas fútbol es porque no, no eres hombre; no eres macho" precisamente entonces pues qué te gusta, ya es cuando empiezan a entrar los estigmas "no pues es que a mí me gusta ver este el box"; "me gusta la gimnasia" "me gusta ver nata"; sí me gusta o sea, y ahí es donde entran las categorías, "oh te gusta el box, te vas a agarrar a madrazos, pues estás cabrón"; “no pues te vas a agarrar a madrazos porque eres hombre entonces ¡ah qué chido!"; “ah te gusta la gimnasia, entonces ¿eres puto o por qué?" pues no, entonces "ah te gusta la natación; ah sí es el deporte más cabrón" sí está muy perro este no "pues a mí me gusta el ballet" ah pues qué pedo te gusta el ballet eres; volvemos o sea siempre recaen en eso "eres joto" "te gustan los hombres" que como si además de eso serlo fuera algo malo, o sea no por la misma idea, bueno más bien yo no comparto esa idea pero la gente lo interpreta de esa manera, y te lo cuento así porque justamente yo tengo muchos conocidos, conocidas en otros países, la vida me ha dado la oportunidad de eso, y me cuentan, por ejemplo, en Estados Unidos, España e Inglaterra que diversifican más sus deportes, entonces si eres cabrón en basquet, hay escuelas que son especializadas para cierto deportes, no es como lo pasan en las teles, en las series que siempre es fútbol americano y es el único deporte que tienen, hay escuelas que tienen fútbol americano pero también tienen basquet, muchísimas escuelas tienen programas de gimnasia tal cual, este, son más conocidas por ser tus deportes en específico, entonces es más variado y es mejor, pero siempre está esta relación presente entre "si eres deportista tienes que estar mamado, tienes que cumplir con ciertas características fisiológicas, o vas a ser un chiste en tu deporte, no vas a ser bueno" la gente asumiéndolo pues porque siempre hay milagros por ejemplo un basquetbolista puede destacar mucho pero "ah como no eres alto"

pues además de todo eres la burla del equipo de basquet porque eres el bajito, entonces siempre ocurre esto, por eso te decía, ahí en "voca 4" tienen su equipo de fútbol americano, es de las pocas vocacionales que tienen ese deporte, un amigo mío en ese entonces ocurría que "no pues es que eres de gimnasia, eres joto, pinche puto, aparte estas bien flaco" y que la verga, "andale pues, lo que tú digas" y un día me invitó a un entrenamiento suyo, no me acuerdo porque salió como el debate, pero me dice "no me aguantarías ni el calentamiento" si eres un hombre muy diferente, si me acuerdo que sí me cansé bastantito, pero no es como que haya acabado muerto como él esperaba, él es tipo tosco o sea, grande tosco y demás, pero entro un poquito técnicas que me habían enseñado en gimnasia en entrenamientos de bloqueo del cuerpo y demás, me acuerdo que estábamos en la práctica y estábamos ay no me acuerdo como se le dice, literalmente cuando haces choque de jugador contra jugador, entonces se ponen con él, que fue más como que, normalmente te ponen con alguien más o menos de tu tamaño y de tu talla, pero a mí me pusieron con ese wey, lo pidió él, nada más lo vi correr directo hacia mí, porque es lo que él esperaba demostrar su dominio del macho tal cual, no hay otra expresión, viene corriendo hacia mí, nada más dije "ni de chiste lo voy a alcanzar a parar realmente" me acomode, me preparé y nada más sentí el fregadazo, él esperaba sacarme volando, porque hasta hizo el movimiento donde agachas el hombro para poder levantar el cuerpo del otro, pero como ya me lo esperaba lo alcancé a frenar, nos terminamos cayendo los dos, pero nos caímos en cámara lenta, y pues fue, o sea realmente yo pude haber dicho "no, cámbienme de persona" o él pudo haber dicho, este, o lo pudo haber dejado así, y ya, cuestiones de ego, cuestiones de "pues si puedo con este cabrón ya me voy a ganar el respeto" vuelvo al punto de "ah macho alfa, el macho más cabrón, tú puedes, yo puedo con todos y todos me la van a soplar" entonces ocurre eso, paro con unos ojos sacadisimos de onda porque pudo haber, pon tú, él me dijo tiempo después de que si él esperaba poderme sacar volando, poderme tirar y pues él ya no quisiera estar ahí, lo frené al grado de que nos caímos los dos, no lo pare en seco, pero pues tampoco me voló, y pues ya caímos los dos y fue como de "ayy nooo" pues que chido y todo eso, pero pues estaba esta relación de que justamente me lo platica "es que yo había visto pues videos de gimnastas y pues vi que estaban moviéndose bien amanerados, bien lindas" me dijo, y yo así como de "no wey, es que a lo mejor estabas viendo otro tipo de gimnasia porque pues hay variedades, hay gimnasia artística, rítmica, de trampolín, y demás, seguramente lo que viste fue gimnasia rítmica" pues sí predomina más ese tipo de movimientos, pero tampoco quiere decir que los chicos que la practiquen sean precisamente gay, y pues de "wey que pedo contigo" y ya me dijo "no wey, ya vi que sí están cabrones" y no sé qué, todavía pasa, le dije "bueno yo ya te aguanté tu entrenamiento, a ver si un día de estos vienes y me dices, te avientas un entrenamiento de nosotros" principalmente por el cambio de ritmos, salió igual cansadísimo, no muriéndose pero sí cansadísimo, si me dijo "no wey, pues mis respetos, ya no tengo nada que decir" pero fue a raíz de que tuvo que vivirlo para poder cambiar esa forma de pensar, porque su forma de pensar tal cual, sus aspiraciones por medios digitales, televisión, Internet, revistas, demás era para estar mamadísimo, tenía, de los jugadores de ese momento, ese wey

creo que le iba a los *Chiefs* de Kansas City, y era como su máxima aspiración, pero pues mi máxima inspiración no era un wey así de mamado, era un wey como el japonés que te platico, Shimora, entonces todo eso era a raíz de lo que veíamos en Internet, televisión, redes, todavía veíamos revistas deportivas, entonces no era tanto lo que se veía en Internet, sino también las revistas que llegamos a conseguir, era eso lo que influía en nuestras decisiones, en que tan prepotentes llegábamos a ser porque tal éramos prepotentes, uno como deportista muchas veces cae en eso sin querer o a propósito, depende de la persona, pero pues yo por esta parte de que, sobre todo aquí en México no se ve gimnasia como tal, en estas últimas olimpiadas habían como tres canales para fútbol, o sea, creo que fue de claro video, tres plataformas para fútbol y las otras tres que tenían era para el resto de los deportes y solamente en una de esas plataformas había gimnasia, en dos de esas había basquet, en otras dos tiros con arco, varios deportes que aparecían en varios canales de esa plataforma, pero gimnasia solamente había en un sólo canal, pero solamente iban alternando esa con un sólo deporte, o sea no se esperaban, a que los comentarios extras que hacen al final de los deportes, era "ya terminó esto, bye vámonos" pues el enfoque era pues vamos a hablar de fútbol, vamos a hablar de este deporte que sí está recibiendo prioridad, en todos los demás deportes "ah pues chido, si lo alcanzas a ver que buena onda" "es un deporte que no nos interesa porque no es lo que la mayoría espera" así es nuestra realidad en México.

Entrevista 2

Pablo: Sí, de hecho, este, no creo que dure mucho, o sea, solamente van a ser tres preguntas pero van a ser como... como que sí explayarnos un poquito en cada una, este... pues bueno este... primero que nada, gracias, otra vez de nuevo por el tiempo, este, pues en esta ocasión, bueno, habrá varias preguntas en las que creemos que sí faltó ahondar otro poquito, por ejemplo, en tu vida como maestro de gimnasia, o sea, lo que me gustaría preguntarte es ¿Cuál fue la razón o qué te llevó a ser maestro y cómo fue ese proceso de ser, digamos, aprendiz de gimnasia artística hacia maestro de gimnasia artística? ¿Cómo fue ese proceso? ¿Qué cambios hubo? ¿Cómo fue tu experiencia en ese aspecto?

CÉDULA

Fecha: 01/06/2023

Duración: 26 minutos

Entrevistador: Pablo Hernández

Entrevistado: Abraham

Plataforma: Presencial

Observaciones: Mucho sonido dentro del gimnasio

Abraham: Okey, pues, fijate que estuvo, estuvo un poco contradictorio, al principio no me gustaba la idea de ser entrenador, de hecho cuando yo hacía gimnasia eehh pues para el nivel que tenía, yo veía... sobre todo por los entrenadores que yo había llegado a ver, con los que había interactuado, pues yo veía como que la mayoría de los entrenadores, no todos, pero sí veía como... la mayoría como... no sólo de gimnasia, cualquier deporte, como deportistas que no lograron tanto o que incluso pudieron lograr pero pues que ya no supieron hacer otra cosa de su vida ¿No? Entonces, este, como que yo no quería caer en eso, no me agradaba el concepto, entonces yo me encontraba muy aguerrido a la idea de ser entrenador, este... para mi buena o mala fortuna es algo que ya sabía hacer, por lo mismo de todo el tiempo que estuve practicando, eh alguna vez sí tuve un par de capacitaciones como de entrenamiento, y pues el que era mi entrenador siempre nos explicó mucho por qué nos ponía nuestros ejercicios, porqué, para qué, la manera técnica, preparación física y demás ¿No? Entonces pues el conocimiento ya lo traía, entonces pues resulta que entró aquí a la UAM y decido, este, pues estudiar, me decido mudar, y pues tenía el apoyo económico en un principio de mis padres, en ese entonces lo que me daban pues me alcanzaba únicamente para una renta y la comida, y ya, no podía, ni al cine podía salir ¿No? O sea, si yo quería ir al cine, salir con mis amigos, lo que sea, pues tenía que trabajar yo para conseguir el dinero, eeh, coincidió que mi mamá trabajaba de hecho en este gimnasio en ese entonces, tenía poco de que lo iba a dejar, o sea que ya lo había dicho: “voy a dejar el gimnasio porque tengo mi propio gimnasio allá en Izcalli” que es donde ella vive, y le dice a la entrenadora “no pues es que, mira, no te estoy dejando el puesto vacío, viene esta persona, es mi hijo, él sabe, te puede ayudar, blah blah blah” entonces fue así de “orale va” me dio el chance y empecé como entrenador, venía los sábados, nada más los sábados para empezar, ehh, que eran los grupos que me encargaban, eran totalmente principiantes, de hecho para mí estaba increíble eso también porque pues era trabajar un día a la semana, me salía dinero ya para poder salir un poquito, o sea ya, poderme

mover ¿No? Ya hacer más cosas por mi cuenta, entonces empiezo eh, mm, vengo una temporada los sábados como digamos dos o tres meses y en ese lapso de tiempo se va una entrenadora, eeh una entrenadora y un entrenador, tuvieron problemas aquí y decidieron renunciar, se salieron, entonces emm, mi jefe adopta los grupos de las niñas que dejaron , y me dice “Oye, necesito un entrenador para entre semana, ehh vas a estar como entrenador, empezarías siendo como monitor, ya te encargaría, yo te diría qué vamos a organizar de las clases, ya nomás tú te vas a asegurar de que hagan todos sus ejercicios y les vas a corregir, que pues la postura, que pues la extensiones y demás” De hecho empiezo trabajando lunes, martes, miércoles y viernes, o sea los jueves no venía, y los viernes de hecho me dejaban salir temprano, o sea, hasta eso se portó muy buena onda en ese momento porque pues era eso para, pues esa parte ¿No? Como, como darme chance sabiendo que, que era por parte de la escuela, o sea que ah, me dijo: “éstas chavo, estas en la universidad, pues para que salgas temprano y te diviertas” y yo “orale va”, empiezo a pagar también más, o sea venía estos días y aparte los sábados, o sea, como que los sábados fue una constante todo ese tiempo, pasa el tiempo y se decide ir otra entrenadora, entonces también pasa el tiempo y me adopta su grupo de niñas y me dice “¿Sabes qué? Necesito que ya te quedes aquí de lunes a viernes de 3 a 8 y ya vemos con el tiempo, te iré dando tu grupo eventualmente y dependiendo como vayamos progresando con las niñas” entonces yo era como su apoyo con ese grupo de niñas ehh pues para entrenarlas, para ponerles preparación física, en ocasiones sí tenían competencias o algo, en ese momento yo todavía no me presentaba como entrenador en competencias, entonces sí había competencia, se iba ahora sí que el entrenador con las niñas, y ya yo me quedaba a cargo de pues ese grupo de las niñas junto con los otros dos profes que todavía había, y pues fue en ese lapso de tiempo que le fui como agarrando más cariño a ser entrenador, o sea, me di cuenta que sí era algo que me gustaba y le agarré mucho cariño, sobre todo porque por ejemplo, los sábados lo hacía totalmente, o sea yo lo veía totalmente como un trabajo, o sea que me tengo que presentar y tengo que cumplir y me van a pagar y hasta ahí, o sea, no era como que yo lo disfrutara realmente, era más por necesidad.

Pablo: ¿Y ahora ya lo disfrutas?

Abraham: Así es, sí, ahora ya lo disfruto, eh, te digo, en ese lapso de tiempo me fui encariñando mucho eh, con las alumnas, los alumnos, o sea, eh, formas un vínculo también, muy rico, muy padre entre alumno-entrenador, eh pues te diviertes, o sea la verdad es que es muy divertido, te dicen cada ocurrencia las niñas, los niños, ehh me rememora mucho al tiempo cuando yo entrenaba y pues justamente al verlos entrenar ahí hay ocasiones en las que a mí me gusta llegar a entrenar, o sea de que me subo “ah yo también” sobre todo en ese entonces, que no tenía mucho de haber dejado de entrenar yo, pues decía “ah mira, yo también puedo” y ya me ponía a jugar, sobre todo con los chicos que eran como ya más avanzados: “Ah que un moral” “un giro en anillo” o sea cosas por el estilo, entonces este, pues todo eso lo íbamos, o sea lo iba practicando con ellos a veces y me divertía, entonces les fui agarrando mucho gusto, me costó un poquito al inicio porque pues era mucho, mucho más joven, estoy

hablando de hace seis años, sí emm, tengo esta buena o mala suerte de que me veo más joven, entonces al principio como que les costaba verme como una figura de autoridad, entonces eehh, hacer que entendieran ese punto medio entre “no soy su amigo pero tampoco alguien malo” o sea, soy entrenador, soy el que les está ayudando, pero pues sí me pueden tener confianza para contarme problemas que tengan, pueden divertirse, me pueden contar chistes, lo que quieras y fue como parte del proceso de vaya, yo de enamorarme de mi labor como entrenador, emm de hecho ahora emm, entré por ejemplo a la carrera con la idea de pura psicología, yo dije “termino la carrea, dejo de ser entrenador y me dedico a ser psicólogo” este, bueno “labor de psicólogo de la UAM” ¿No? Que es diferente, pero justo cuando me enamoró yo de esta labor de ser entrenador, decidí que voy a continuar con la psicología y al final voy a hacer una especialización en psicología deportiva, y pues ya al final de cuentas mi campo laboral es ser entrenador, ya no lo veo de la misma manera, del mismo tipo de trabajo que era antes a ahora ¿Sabes? O sea, ya, ahora lo disfruto, ahora ya brinco y como en toda labor ¿No? O sea, sí llego, me puedo estresar, me puedo frustrar, puedo estar feliz, contento, enojado, triste, emocionado... mil emociones

Pablo: Pero ya es más pasional ¿No?

Abraham: Pero ya, exactamente, ya lo disfruto, o sea sí sé que estoy frustrado, no es una frustración de que estoy haciendo algo que no me gusta, sino es una frustración de, por ejemplo, se me juntaron muchos trabajos, muchas cosas por hacer del gimnasio, no sé, que hay niñas nuevas y tengo que combinar su grupo con unas más avanzadas y demás y ver que unas no dejen de avanzar y que las otras vayan aprendiendo ¿No? Ahora sí que, organizaciones de entrenamientos ¿No? Los disfruto también, o sea los disfruto, recientemente fuimos a un campeonato nacional hace un par de semanas y fue una emoción totalmente... sobre todo porque ehh, yo pasé por lo mismo hace diez años pero como gimnasta y pues coincidió que, este, pues bueno, fueron diez años, vuelvo a presentarme en nacional y esta vez como entrenador y la niña a la que llevamos al nacional pues quedó con muy buenos resultados, entonces yo, vaya yo contento de la vida, o sea, super feliz, casi me pongo a llorar ahí en plena premiación, yo super feliz, o sea es como él, ese ha sido mi proceso de gimnasta a entrenador.

Pablo: Muchas gracias, este... bueno, si quieres pasamos como a la siguiente pregunta, este... hace rato por ejemplo mencionabas que... que luego forman, bueno, se hacían como juegos con los hombres, así de que “ah pues hay que hacer un mortal” y todo eso, o sea, además de eso ¿Qué otras dinámicas observabas en ellos? O sea, independientemente de las actividades que debían hacer, entre los hombres ¿Qué dinámicas observabas? ¿Qué te gustaba observar? ¿Qué es lo que te gustaba escuchar o te llamaba la atención de lo que veías o escuchabas en todos ellos?

Abraham: Híjole pues siempre ha sido, siempre ha sido muy divertido, mmm me da risa, lo puedo, o sea lo relaciono con un video que apareció hace poco, este, lo *reels* de *Instagram*.

Ponen "Como es la diferencia entre un entrenador de femenil y uno de varonil" ¿No? Por ejemplo, en uno de femenil ponen a una niña que está a punto de caerse de cabeza y la atrapa y la salva ¿No? Y en el entrenador de varonil pasan videos de cómo se están pegando los chicos y el entrenador nada más se les queda viendo así... (pone cara seria) y es como de... Ahh tonto... O sea, ya, burros... Es como muy diferente ¿No? O sea, la niña es de "Ahh sí te salvo" y con los niños es como "Ah ya te pegaste"

Pablo: ¿Y crees que eso mismo pasa?

Abraham: Sí, o sea, me identifiqué totalmente, sobre todo porque manejo ambos grupos, de niñas y niños, entonces con los niños es de esa manera totalmente, es un trato más fuerte por así decirlo, más más intenso, más rudo, y este y pues...

Pablo: ¿Dirías que más arriesgado?

Abraham: Ándale, más arriesgados, porque a final de cuentas, sobre todo en este gimnasio te puedo decir que los niños, los varones en general, tienen esta mentalidad muy aventada ¿Sabes? Es como una tendencia aquí, sobre todo, no es todos los gimnasios pasa, pero en este son, mm me gusta decirles que son como kamikazes, o sea, porque si les dices: "Aviéntate de cabeza", - Sabiendo que no se van a lastimar, obvio- pues se... Van y se avientan, entonces en ese entonces yo les ponía ese tipo de retos, este... "¿Sabes qué? Muy padre, ya te salió tu mortal, vamos a ver quién los hace más alto, tú o yo" ah no, y ya me ponía a jugar ¿No? Al principio, cuando todavía podía con ellos. Ya después fueron avanzando, me van dejando atrás y digo "Bueno, ya" ya vamos cambiando ese tipo de (inaudible). Verlos interactuar, verlos jugar, es algo que me gusta, luego llego y digo "Ah pues miren, cuando yo entrenaba hacíamos esto, inténtelo" y llegan y "oye profe, es que mira, no me sale, pero me puedes ayudar (inaudible) o cómo lo puedo hacer" Entonces son como ese tipo de dinámicas ¿No? Interactúan mucho los niños con las niñas también, este, vaya, a final de cuentas, aunque no dejen de entrenar, nunca les ponemos como la regla de "no platiquen" ¿Sabes? Puedes platicar, puedes jugar, lo que quieras, siempre y cuando tu entrenamiento no lo descuides. Entonces, pues por lo mismo luego los dejamos platicar, de repente se empiezan a llevar mejor unos con otros, los, sobre todo, sobre todo con los niños se da más porque su grupo está más junto, como son menos niños, no son tantos grupos entonces es más sencillo contarlos. Los más avanzados van jalando (inaudible) a los más nuevos, a los principiantes, entonces es una dinámica que a mí me encanta por ejemplo, porque pues los llaman, los enamoran del deporte también y los novatos, los principiantes llegan y los ven avanzar, los ven haciendo todo lo que pueden hacer y se motivan, y quieren intentarlo, entonces llega un punto en donde tienes a un niño avanzado de nivel 8, por ejemplo, que le dices "hazme 300 abdominales" y te las va a hacer, y llega el niño principiante y le dices "hazme 300" se saca de onda pero dice "yo quiero estar como él" entonces ahí va, y a lo mejor no te va a hacer 300, pero lo va a intentar, se va a esforzar y va a hacer todo lo posible por lograrlo, entonces

pues es como, vaya lo más, lo que más veo yo con los niños sobre como interactúan, como juegan, como se relacionan.

Entrenadora: Podemos tomar un (inaudible)

Abraham: Sí, adelante

Entrenadora: Inaudible

Pablo: Si quieres paro el tiempo

Abraham: Una pausita rápida, una pausita rápida, perdón

Pablo: Sí, voy

(Se hizo una pequeña pausa a la grabación)

Abraham: Ya, llegó la otra entrenadora y ya se va a hacer cargo ella

Pablo: Va, va, va. Este, de hecho, como que sí notamos eso, cuando, bueno, también puede ser como una interpretación salvaje, pero la primera vez que venimos sí notamos como le decías a una niña que tuviera cuidado con una postura porque se iba a lastimar (inaudible) pues sí le alzabas la voz en ese aspecto. Con los niños, digamos ¿Eres un poco más permisivo en ese aspecto?

Abraham: No, qué crees que es más o menos lo mismo en ese sentido, o sea, pues porque sobre todo nosotros somos muy competitivos, las correcciones de postura es más que por seguridad de entrada la hacemos por un trabajo limpio, por un trabajo pulcro por así decirlo en cuanto a ejecución, la ejecución de sus ejercicios. La diferencia es que, por ejemplo, con las niñas, como en parte para apaciguar el trato y demás, es como de, usamos expresiones como “mi vida” “mi amor” “pequeña” este “flaquita ven para acá” o sea. Incluso cuando hay un regaño, antes es como “a ver, flaquita”; “a ver, mi vida” o sea como expresiones de cariño que apacigüen el trato un poco.

Pablo: ¿Con equilibrio?

Abraham: Ándale, con equilibrio. Pues por contexto, donde vivimos, hacer eso con los niños no es tan sencillo, no es lo mismo, entonces la manera en que empiezas a interactuar con ellos, empiezas a decirles, a lo mejor sí les puedes llamar “flaco”, “oye, enano, ven para acá” o algo por el estilo. Yo tiendo a decirles mucho, por ejemplo “oye, changuito” pero sí es como de “ya apriétate, estírate”, “estas haciendo ,al este ejercicio por esto y por aquello” emm como la diferencia marcada sería justo como en el trato, por ejemplo, los niños no, no es apaciguar tanto ese tono, no es apaciguarlo tanto, emm bueno, sobre todo cuando ya tienen como un poquito más de edad ¿No? Mmm si estan un poquito más chiquitos sí se les trata todavía con un poquito más de calma, pero la mayoría sí son como de “ya aviéntate”, “ya hazlo” emm es enfoque... es jugar como un poquito con estas implicaciones que tenemos de

lo que representa ¿No? Que sea un niño y una niña, se supone que desde chiquitos se les enseña, y sigue siendo así, a lo mejor no es lo correcto, pero pues pasa y es algo que, pues está ahí presente, se siguen enseñando en casa, en la escuela, en la calle, en todos lados que, pues tienen que ser fuertes, más valientes y demás, entonces es como jugar un poquito con esas implicaciones para decirles “aviéntate”, “¡Valientes!” “¿O qué te da miedo?” No con la intención de molestar o burlarse, sino con la intención de que se atrevan a hacer el ejercicio, que se atrevan a hacer un poco más y a esforzarse más. De hecho tenemos este chiste entre entrenadores de varios clubes, de repente alguna vez, este, lo llegamos a escuchar (inaudible) es como “Oye, pues es que tu niño es bien cobarde, ya mejor mándalo a femenil” el chiste ahí va en “no es tan rudo” “las niñas son más rudas, son más valientes” y entonces (inaudible) “No sí, tienes razón, no, mejor ya cámbialo de deporte” entonces, pero, o sea, son, suena un poco fuerte, suena un poco manchado, pero la implicación en eso es, uno como, no es que las niñas sean menos o puedan menos porque ¡Vaya! Se argumenta lo contrario, no son rudos, o sea, les falta rudeza para estar en el equipo de femenil -uno- y dos: Como es un ambiente al que están acostumbrados, también lo toman, así como, hasta ahorita no he escuchado a alguien que se sienta mal como tal o que exprese un malestar por “¿Sabes qué? No, no me gustó ese comentario” entonces también, por esa parte siempre hemos tenido la apertura de, sobre todo yo de “Si alguna (inaudible) sientes que me pasé de la mano con algún comentario” o no te gusta lo que te dije, dímelo con toda confianza y no lo vuelvo a hacer, pues a la fecha no me han dicho “No, tú profe te manchas” No, entonces, vaya, siento que son como parte de las pautas que nos da para poder continuar seguir haciendo algunos comentarios, te digo, así como en este juego de picarlos, de picar, es picar un poquito el orgullo de los niños para que avancen.

Pablo: Muchas gracias, y ya por último (ruido del exterior interrumpe) otra vez como andando un poco sobre esto de la alimentación y todo esto, este, por ejemplo, en la primer entrevista contaste que, tú, al contrario, tenías que comer mucho, porque pues prácticamente entrenar de lunes a sábado, cuatro horas, que era lo que mencionabas, pues era, tenías que comer, pues prácticamente aquí lo (inaudible) pero bueno, me gustaría conocer, en todo ese proceso de entrenamiento, tú cómo, digamos ¿En base a qué elegías tus alimentos? O sea, además de esa anécdota de los tacos ¿En base a qué lo elegías y en qué te basabas para elegir ciertos alimentos y evitar otros?

Abraham: Que crees, que, por ejemplo, en ese aspecto, mm nuestra regla, o sea, lo que nos contaron era la regla y pues para mi suerte desde casa también lo traía muy inculcado, era comer bien, o sea, comer mucho, era en el sentido de comer mucho pero bien, tienes que comer fruta, tienes que comer verduras, tienes que comer carne, tienes que comer pasta, que tus legumbres, tu sopa, o sea, variado, variado.

Pablo: Pero bien.

Abraham: Exactamente, pero bien; sí, de vez en cuando tus papas, esto, nos agarrábamos una temporada de que todos los días, saliendo de entrenamiento, había fuera del deportivo un puestecito donde vendía donas y churros a peso, las donas a dos y los churros a... no es cierto, ajá, las donas a dos pesos y los churros estaban a cincuenta centavos, al inicio, ya después con el tiempo ya subieron, entonces nos aventamos unos, habrá sido a lo largo de medio año yo creo, diario diario salíamos de entrenar y lo primero que era, nuestras donas y nuestros churros, como siempre íbamos de dos o tres compañeros pues ya nos llevábamos bien con los que, ya nos conocían super bien los que nos vendía, a veces nos regalaban un churro más o una dona más, y al final de cuentas nunca nos dijeron nada como, o el entrenador o nuestras familias porque aparte de comer eso todavía llegábamos y cenábamos en respectivas casas ¿No? Entonces si por ejemplo, un amigo, me acuerdo que alguna vez me quedé a dormir en su casa un par de veces, y él vivía con su abuelita y su abuelita nos dio a cenar en todas las ocasiones fruta para cenar, a mí me dio curiosidad pero dije “ah bueno, es frutita, está rico, órale va” yo en casa por lo general cenaba pan o cenaba algo dulce, a menos de que fueran por ejemplo tacos, garnachitas, por lo general era lo que llegaba a cenar, ya si tenía más hambre pues sí ya este le pedía a mi mamá o de plano me cocinaba yo (inaudible) cocinaba, me hacía unas quesadillas, un supecito, un sándwich o algo más para, para llenarme, no quemarme, ehh, por lo general es como, recientemente lo platicaba con un nutriólogo, este, justamente el que para la comida, sobre todo la hora de la comida y el desayuno eran como las comidas más fuertes y era donde mejor me alimentaba yo, o sea, por ejemplo, caso personal, yo me alimentaba mejor en esas comidas y ya la cena como era para dormir como que no le daba mucha importancia, pero es así porque al final de cuentas yo sabía que no es la misma energía que te un pancito nada más a lo que te va a dar un huevo cocinado con jamón, a final de cuentas puede que te den las mismas calorías pero el tipo de energía es diferente, el pan lo vas a quemar en cosa de segundos, el huevito con jamón te va a dar un poquito más de energía para el día, o no para todo el día pero te va a durar un poquito más, entonces ese tipo de cosas, te digo, para mi buena suerte, nuestro entrenador nos explicaba todo ese tipo de situaciones, entonces yo era más consciente, mi equipo, éramos más conscientes en ese aspecto, procuramos transmitirle lo mismo a los chicos “¿Sabes qué? No” yo siempre digo “no te metas una dieta” a niños y niñas, parejo, o sea “no pidas una dieta, come bien”, “si te antojan unas papas comete tus papas y de vez en cuando refresco no está mal, no abuses de eso” o sea una vez a la semana o dos no está mal, ya si lo haces todos los días va a estar mal, este, si te vas a comer una pasta no comas todos los días la misma pasta y carne y no le metas verduras, necesitas verduras, necesitas fruta, o sea como esa idea del plato del buen comer que te venden a final de cuentas está fundamentado, está basado en algo, y pues funciona, realmente te das cuenta cuando vienen más cansados y cuando no vienen, llegan agotados y preguntas “¿Oye, has dormido bien?”; “Sí he dormido bien; “¿Y cómo vas con la escuela?”; “Bien, de hecho ahorita no hay muchas cargas”; “¿Estas comiendo bien”; “ Sí”; “¿Seguro? A ver ¿Qué has estado comiendo?”; “ No pues comí esto y esto2; “Ah ya ves, otra vez no estas comiendo bien realmente, lo que estas comiendo es

apenas...” Se entiende, situaciones cambian, horarios (inaudible) pero pues siempre recomendamos “come lo mejor posible, a tus horas, para que tengas energía para entrenar...”

Pablo: No ser tan restrictivos en ese aspecto, no ser tan cuadrado en comer esto y esto.

Abraham: Exactamente, porque ese tipo de cosas ya, en lo personal nunca lo he visto bien, desde chico me explicaron que no era como muy padre, cuando ya tuve la conciencia para saber por qué, me puse a investigar un poquito, entendí por qué, me hizo mucho sentido y pues fue de ahí esa misma idea ¿No? Por ejemplo, igual, el nutriólogo me puso una dieta porque ya tenía yo un déficit nutrimental, igual por mis actividades, o sea, ya traía, estaba en una carga de actividades muy fuerte, no comía a mis horas, no estaba alcanzando (inaudible) sino es que hacía una sola comida y ya, entonces pues fue una dieta calórica, o sea, para aumentar, para comer, no para bajar, y me la dio un día abierto, o sea me dijo “Mira estos son los dos menús que te voy a dar, juega con ellos, intercámbialos, varíalos” y me dio una tabla de alimentos “si un día no puedes hacerte esto, puedes cocinarte esto, puedes aplazar esto por esto, o sea, tú puedes jugar libremente con esto, si tienes duda pregúntame, yo te digo qué alimentos puedes cambiar, puedes sustituir sin ningún problema” la idea es, vaya, no romper ese parámetro, entonces eso es el punto, eso es lo que hacíamos, es lo que a mí me tocó hacer y es lo que tratamos de hacer con ellos, que lleven una línea pero no restrictiva, simplemente una línea, que jueguen con eso también.

Entrevista 3

Cecy: Pues la entrevista básicamente como te dije, es una recapitulación de lo que ya habíamos hablado las sesiones anteriores y son más que nada dos preguntas concretas una tiene que ver con el cuerpo y la otra con género; bueno tu nos empezaste a decir, que empezabas a notar que llamabas la atención, o sea que tu cuerpo llamaba la atención y eso pues acrecentaba el ego, dices que llegas a verlo también en tus alumnos ahorita, entonces mmm... pues dices que esto va pasando conforma a la construcción del cuerpo que vas teniendo, conforme van pasando los entrenamientos y el tiempo, este ¿cómo percibías tu cuerpo o cómo lo veías en ese entonces?

CÉDULA

Fecha: 31/08/2023

Duración: 24 minutos

Entrevistador: Cecilia Ruiz

Entrevistado: Abraham

Forma: Presencial

Observaciones:

Abraham: Híjole es algo, algo bien curioso que bueno para mí siempre fue curioso y chistoso, sabes, bueno en ese aspecto, como en ese aspecto porque yo antes de los 16 era una persona bajita, o sea yo era chaparrito pero ya empezaba poco a poco a desarrollarme, marcarme y demás, entonces yo en ese entonces tenía un poquito de estar un poco acomplejado justamente con eso pero justamente cuando de repente empiezo a ver que me empiezan a notar en relación a “oye es que te ves marcado”, “te ves fuerte”, “es que te ves así” ehh... como que me ayudo a hacer a un lado ese problema que traía yo conmigo, este, pues vaya hizo que yo percibiera con mi cuerpo, vaya nunca lo vi como algo malo, nunca me sentí como “ay pues es que nada más me están viendo así, yo era así como de vaya...(s) este es mi punto, mi, lo que tengo que saber utilizar yo para pues poder conectar ¿no?, entonces es como lo que... como yo lo percibía, así yo lo percibía, más como pues sí es mi cuerpo yo soy gimnasta, este es el cuerpo de un gimnasta que si al final de cuentas no era la finalidad, no era la meta era un mega plus, entonces pues yo lo veía justamente como eso como un mega plus, así como... yo sabía que entre más fuerza tuviera... entre más, no necesariamente más marcado pero si mientras más musculo tuviera, mi finalidad principal pues era poder hacer los elementos y los ejercicios más complicados en los entrenamientos, pero pues también eventualmente ya pues en aspectos sociales, de conocer chicas y demás pues también fue otro plus que me dio mucha alegría, me hacía sentir bien conmigo mismo el saber que podía como conectar de esa manera sabes.

Cecy: ok, referente a esto que nos dices de las chicas ¿en tu tipo de entrenamiento que llevabas en ese entonces era mixto o igual separado por género?

Abraham: Ah, siempre ha sido sepa...bueno la mayor parte del tiempo fue separado, entrenábamos a las mismas horas que las niñas, por ejemplo; este, pero entrenaban las chicas, o sea ellas tenían su entrenador y gimnasia varonil tenía su propio entrenador de hecho es algo bien curioso porque en ese deportivo en específico no querían cómo varonil en general,

sabes, por qué es un poquito más complicado por lo mismo de que ehh... los hombres suelen ser un poco más altos y demás, entonces es más pesado ayudarlos, cargarlos y demás, entonces pues sí como que nos tenían aparte, de todas maneras pues con las chicas de nuestra edad más o menos, más que nada era con las que interactuamos, sabes, así de que... por ejemplo están los magnesieros, es un magnesiero para las dos barras tanto de niñas como de niños, pues entonces ya nos íbamos a poner magnesia y “ay ¿cómo estás?, ¿qué has estado haciendo?” Y ya pues nos poníamos a cotorrear un poquito con las chicas, y ya pues de repente sí había como coqueteo y pues ya de repente “ah, es que me gustó ella”, “es que me gusta él” y así ¿no?; o sea cómo que sí era nuestra interacción constante con las niñas también, pero los entrenamientos sí eran totalmente separados

Cecy: Ok, dices que como que no querían tanto la gimnasia varonil en ese deportivo ¿si se notaba mucho la diferencia en cuanto a entrenamiento?

Abraham: Se notaba mucho la diferencia, en cuanto a entrenamiento en el sentido en que hasta que llegó mi entrenador, que yo tenía como 14 años más o menos, que es el que ya nos empezó a despegar, o sea que hizo que sobresaliéramos más, antes de él era como una gimnasia recreativa, no, o sea no, nunca hubieras llegado a ver a ese deportivo a nivel nacional, en competencias, ganando primeros lugares porque vaya era así como “ah, si es gimnasia varonil, tu ponlos, ellos nada más quieren aprender a saltar y ya” o sea era la indicación que le decían a los entrenadores entonces si era así como de que “oye, pues no” hasta que llegó ya el otro entrenador se empezó a ver una diferencia pero con ello empezó, o sea el entrenador justamente como a “oye necesito ocupar este espacio, necesito ocupar lo otro” pues nos tenían, tú podías ver el gimnasio amplio haz de cuenta que sí esto es el gimnasio (señala a todo el amplio del salón) hasta esta área, esta área era de varonil (hace un recorte de solo una cuarta parte del salón) todo lo demás era lo de femenino, entonces era así como, pues sí se notaba durísimo de qué lado entrenan las niñas y de qué lado entrenan los niños

Cecy: Pues sí, aparte de esta división y todo pues dices que sí se hacía muy notorio ese aspecto de pues la gimnasia iba más enfocada hacia las mujeres ¿esto cómo repercutía en...?

Abraham: Pues fíjate que nosotros no nos complicaba mucho, vaya dentro del deportivo como tal, dentro del gimnasio del deportivo, porque sí mucho, sobre todo mucho tiempo ocurre este aspecto de que como es un deportivo pues hay otras actividades y demás, entonces yo tenía amigos de gimnasia, de fútbol, de básquet, y de natación ah no de natación no por qué no nos llevábamos bien, de tenis y de otras actividades entonces de repente sí; sobre todo con los de fútbol era así pues de a me iba a jugar a echar la reta con ellos y demás, y así como de “no pues es que ese güey es marica”, “eres puto”, “eres gay” y dices pues güey qué pedo ¿no? entonces pues cómo es algo con lo que fui creciendo toda mi vida de gimnasta desde la primaria me decían “pues es que te gustan los niños o eres niña” pues en niños no se usan palabras tan fuertes ¿no? Bueno “tan fuertes” hola por qué dicen ese “eres niña” entonces

para un niño chiquito si es como de... pues sobre todo a esa edad, en ese momento, en esa época era muy fuerte, y decía “es que ya no voy a ser niña y así” y pues ya en el gimnasio se empieza a dar este fenómeno, precisamente cuando empiezan a notar que me empiezo a poner fuerte, qué empiezo a sobresalir que ya de repente está en las chicas. Me acuerdo mucho de en la cafetería están platicando las señoras, las mamás de los amigos y demás, y salió mi jefecita, mi mami a decir “pues es que mira, ven, ven para acá, que no sé qué” y me levanta la playera y el abdomen marcadísimo y la novia de un amigo se quedó, así como de “hola, ¿cómo estás? ¿quién eres? mucho gusto” y pues ya su novio de quedo como de “ah y porque lo ves a él y no a mi” y pues de allí los de futbol empezaron a notar uno que había chicas bonitas en el gimnasio, de, pues ya de la edad, que se estaban fijando en que estábamos fuertes y demás y dijeron “ah, pues sabes que, vámonos a gimnasia porque ahí te pones mamado, ahí conectas ligues y haces” entonces hubo una temporada como de medio año que se empezó a meter mucha gente y ya que vieron que no era la finalidad del gimnasio, sino que si competíamos y ya que nuestra finalidad si era competitiva ya como que se fue saliendo la mayoría de las personas y quedamos los que si íbamos a competir realmente. Pero pues como que, vaya esa concepción fue cambiando con forme fuimos creciendo, con forme fue pasando el tiempo paso de “ah, eres gimnasta, haces gimnasia, eres puto” a “ah eres gimnasta, estas mamado, sabes que pues yo también quiero, porque quiero estar mamado” entonces pues fue cambiando la concepción en ese aspecto.

Cecy: ¿Y aparte de los chicos del deportivo había otros amigos tuyos que supieran que hacías gimnasia?

Abraham: Si, si toda la vida, bueno desde que empecé desde los 8 años nunca me avergonzó decir que hacía gimnasia, yo si en la escuela decía, yo por las tardes hago gimnasia, te digo pues justamente en la escuela era donde llegaba a haber comentarios de “ay eres, haces gimnasia eso no es para niñas ¿no?” y también te preguntan “¿te pones tu leotardo?” y tu así de “no, las niñas usan leotardo; los hombres usan short y playera o ya el uniforme de competencia se llama butaca” entonces es como que diferente, y si era como de estar explicando, ay gente, bueno si he conocido chavos con los que he llegado a entrenar, competir y demás que si decían “no es que a mí si me molesta” pero la verdad es que a mí siempre pues me resbalo eso, yo decía “pues no soy niña, yo estoy seguro de que no soy niña” entonces era así como... me empezaban a decir “ah es que eres niña, te gustan los niños” entonces era así como de “pues soy niño y me gustan las niñas, no entiendo a qué te refieres” pues es que “la gimnasia es para niñas”; pues “si, pero mira aquí estoy yo, que quieres que haga. Me gusta, que quieres que haga” entonces a mí me resbalaba siempre ese tipo de comentarios. Ocurre esta, algo que ya mucho después me dio mucha risa, me identifique con Tom Holland, el actor de Spider Man ¿sabes?, porque justamente, bueno casi lo cancelan por su comentario, pero pues fue algo real, que él decía que hacía ballet y demás y pues se burlaban de él porque “ay el ballet es para las niñas” pero pues él estaba rodeado de niñas y pues todas hablaban con él, o sea quien era la estrellita por “ay es el único niño que tenemos,

que le gusta lo mismo que a mí” entonces era algo que él dice, y eventualmente a mí me paso lo mismo ¿sabes?, si bien no entrenaba directamente con las niñas pues las tenía o sea yo interactuaba con ellas constantemente, entonces pues ya éramos chavitos, ya empezábamos más a llamarnos la atención y si éramos 3 chavitos o 4 chavitos por cada 15 o 20 chavitas pues era así como de que pues tu digas pues como voy a sufrir yo por los comentarios que me hacen no eh.

Cecy: Ok, ya era más como de o sea es un deporte que me gusta, me la paso bien ahí y no tiene nada que ver en cuanto a género

Abraham: Así es.

Cecy: Y en cuanto a tu familia dices que tu mamá pues si te apoyaba y todo eso. ¿Y tú demás familia?

Abraham: Que crees que mi familia siempre, ahí sí puedo decir que tanto mi hermana como yo, mi hermana también hacia gimnasia, fuimos los deportistas de la familia este somos catorce primos contándome y dos éramos los deportistas entonces, aunque era gimnasia, ahí si siempre, siempre hubo como admiración por parte de tías, tíos y demás y pues ya de repente nos iban a ver a alguna competencia de “ah, es que esta competencia es más importante y es en la Ciudad de México”, y era de “ah pues si” y entonces iban y nos echaban porras “ay vamos” que no sé qué, entonces por esa parte nunca hubo ese tipo; al menos que nosotros nos llegáramos a enterar, sobre todo yo que le dijeran tal vez a mí mamá “oye pero es que esta en gimnasia y pues a lo mejor le gustan los niños por eso” o algo así, nunca llegue a escuchar, nunca me llegue a enterar de algún comentario así, entonces yo siempre, ahora sí que yo siempre recibía apoyo por esa parte, te digo siempre nos admiraban porque por ejemplo llegaba mi abuelito y mi abuelita y de que “ay es que te ves bien fuerte que no sé qué y que padre lo que haces”, ocurre esto, algo chistoso, nunca he sabido de donde lo saco mi abuelo por parte de mi papá que él dice que tiene una foto mía haciendo un cristo y yo de “aja abuelito, yo nunca en mi vida he podido hacer un cristo, pero si tú dices que la tienes y que te acuerdas, ¡que chido por ti!” pero pues él lo dice con orgullo, con felicidad porque pues cuando justo, con otros familiares o con sus amistades decía “no, pues es que mi nieto y esta así en los anillos y esta cabrón” es como de nunca pude hacer eso pero está bien si tú lo dices.

Cecy: Entonces pues dices que no te conflictuaba nada, para nada ese “la gimnasia es para niñas” o sea fue algo que siempre te resbalo...

Abraham: Que crees si, a lo mejor cuando entre, te podría decir que si cuando entre si tenía ese choque inicial porque por lo mismo que no conocía el deporte más allá de “pues en un deporte para niñas” pues yo era así como de “mmm, está bien” si era así como de que no me vean mucho que estoy con las niñas, pero justamente me quede porque me gusto, me gusto el deporte, me gusto que era, lo que conllevaba entonces fue de que “sabes que sí, si me

quedo” tenía ocho años entonces, en ese entonces de entrada ni si quiera pensaba en niñas para que sean mis novias ¿no?, yo me concentraba en jugar. En estar con mis amigos y demás, entonces cuando me metieron de manera forzada por así decirlo, porque yo jugaba tenis nos cambiamos y ya yo dije “no, ya no quiero jugar tenis” porque era otro entrenador, me dijeron “ no vas a estar, andar a si vagando, metete a gimnasia y si no te gusta te sales, después de un mes” me gusto y pues paso mucho tiempo ¿no?, entonces creo que nada más ha sido ese primer momento de cuando entre a gimnasia que tenía esa concepción porque incluso después, este nos llegaron a dar clase de danza contemporánea a los varones también y era precisamente porque era gimnasia artística tenía que estar esa expresión artística como parte de uno y para ese punto ya, como ya se había superado esa parte de “ah pues es que es para niñas” para este te digo ya tenía yo como quince o dieciséis años, yo disfrutaba esas clases también, sabes de... justamente nos traían al instructor de danza contemporánea y nos ponía a bailar y que muévete y hazle así y toda esa parte, yo o sea en nuestro grupo yo si te puedo decir que genuinamente lo disfrutaba tanto que pues hoy, con mis niñas, con mis gimnastas en el gimnasio soy yo quien se encarga de las coreografías, a mí de repente, el año pasado dieron el curso de actualización de coreografías y este pues vas tú, adelante, entonces ya fui yo y aprendí todas las coreografías, me grabe haciendo las coreografías ahora sí que haciendo los pasos que hacen las niñas por que el deporte es de las ni... esa parte del deporte es de la niña, la tengo que hacer yo para enseñárselas , entonces estoy así moviéndome y demás; ahorita que tenemos ya niñas que hacen sus rutinas libres, que es la música la eligen ellas y los pasos, llegan y “oye Abraham, oye profe, es que fijate que aquí tengo dos tiempos muertos en mi música y no sé qué hacer y me quedo quieta, que podría hacer” haber mi vida vamos a ver que puedes hacer y pues ya vas a hacer este paso y ya me pongo a trabar con ellas de esa manera y pues vaya ahora sí que con la misma seguridad de siempre, porque no implica que yo pueda expresar corporalmente lo que hago, un deporte, con quien soy

Cecy: Y hablando de este punto de la expresión y la expresión en el cuerpo, ¿cómo crees que es para un gimnasta su cuerpo, ¿qué crees que sea para un gimnasta?

Abraham: es que yo te podría decir qué es completamente nuestra herramienta... (s) porque es el que va a lograr qué podemos hacer todo porque al final de cuentas los aparatos sobre todo hoy en día tienen mucha maleabilidad o jugabilidad algunos por así decirlo que te ayudan a hacer algunas cosas, hoy por ejemplo en piso todo el cuadrado es un conjunto de tablas con resortes esto te ayuda a brincar más, pero tú como gimnasta tienes que saber aprovechar eso para botar todavía más, en ese aspecto entonces uno como gimnasta o al menos así lo percibo yo es como la herramienta para lograr eso sabes no es como qué...(s) defina en qué aparato puedo hacer y no hacer en cuanto a aparatos gimnásticos porque yo en mí... justamente yo recuerdo que yo aprendí a hacer el mortal atrás en las vigas se supone que eso sólo lo hacen las niñas pero yo dije eso se ve divertido vamos a hacerlo y la herramienta para poder hacer eso era mi cuerpo justamente no, no necesitábamos de cables,

no necesitas nada más para poder hacerlo más que tu cuerpo, tu voluntad y atreverte a hacerlo, entonces sería eso.

Cecy: ¿Tu en algún momento dijiste, no hoy mi cuerpo no es capaz de hacer esto, en algún ejercicio o algo?

Abraham: sí, siempre tuve esta limitante en cuanto a hombros, elasticidad de hombros justamente como es gimnasia varonil muchos entrenadores no trabajan la elasticidad de piernas y de hombros, de hombros más que de piernas, hoy o sea trabajan más hombros que piernas; pero no dejan de hacer como de “ahh, si luego”, una vez al mes si acaso, pero pues por la naturaleza de los ejercicios que teníamos que hacer yo siempre me puse a trabajar la elasticidad por mi cuenta y este por ejemplo no sé si tenía que abrir un split completo yo lo hacía, si tenía que abrir un *squad* yo lo hacía, pero en cuanto a elasticidad de hombros o de espalda o sea si tú me pedías haz un arco yo en mi vida lo hubiera hecho porque me costaba mucho trabajo sabes, entonces eso me limitaba a algunos ejercicios de hecho en los anillos me llegue a zafar 1000 veces porque había justamente un ejercicio en el que yo tenía que hacer empujar con los hombros y yo no entendía el movimiento porque yo estaba tieso de los hombros, o sea no entendía cómo o que era el movimiento y eso ocasionaba que me zafará, entonces es como ese tipo de ejercicios que me llegaban a limitar pero por ejemplo retomando un poquito la parte artística de las presentaciones de piso, hoy de repente justamente tienes que terminar y que piden los requerimientos siempre son que hagas un elemento de elasticidad por lo menos, entonces pues era abrir todo el *Split*, entonces yo tenía compañeros que parecía que estaba casi casi parados y se quedaban así como de baja, baja, yo sí llegaba pues hasta abajo sin problemas, hay ciertos movimientos que requieren para que se vean elegantes, se requiere cierta elasticidad también entonces pues a mí esa parte no se me complicaba mucho por lo mismo de que siempre trabajé en la parte de la flexibilidad

Cecy: ¿Y sí hay mucha diferencia en cuanto a los ejercicios que tienen que llevar a cabo una gimnasta y un gimnasta?

Abraham: Sí, bueno sí y no, la diferencia radica más que nada en los aparatos individuales, lo que es justamente la viga y por ejemplo con varones los anillos o las barras paralelas y demás, porque en la vida las niñas es que ejecutan aparte de la parte artística ejercicios como que requieren de mucha elasticidad de espalda por ejemplo o de piernas entonces se les trabaja mucho esa parte del elasticidad para que puedan hacer sus arcos y demás, a los varones no por qué no es tan necesaria esa elasticidad a comparación el femenino su exigencia está más justamente en el fortalecimiento para poder hacer un *Cristo* en anillos por ejemplo, entonces vas a trabajar al gimnasta varón de manera que sea más este...(s) hoy vaya se desarrolle más muscularmente, más hacia la capacidad de poder aguantar su peso en ciertos ejercicios y en ciertas posturas, con las niñas no, con las niñas la parte que se pide es esta expresión artística, que sean fluidas, elegantes y que sus elementos mantengan siempre este punto de flexibilidad visible, es como en lo que más radica la diferencia de allí en fuera es

prácticamente lo mismo en el sentido de que, las posturas básicas son lo mismo, ambos tienen que aprender a hacer por ejemplo un parado de manos, una rueda de carro, una rueda de enfrente, una rueda de atrás, y para mortales la técnica es exactamente la misma nada más cambia justamente cuando ya se van a trasladar a las vigas y como a los aparatos específicos de cada uno, sería viga para las niñas, anillos para los niños, caballo con arzones no podrías, no sería tan sencillo tener una gimnasta con nombres muy anchos como en los gimnasta varón por lo general por qué le costaría trabajo juntar las manos para la viga, entonces eso le complicaría el trabajo de viga, le complicaría mmm... realmente será el único aparato en donde se le complicaría, si las hay, las existen un Claro ejemplo es esta gimnasta olímpica Simone Biles que pues ella si es un poco más ancha de hombros, de espalda y aun así es capaz de hacer las cosas, pero situ ves su ejecución no es mala pero es diferente la colocación de sus manos a las de las gimnastas promedio que suelen ser más angostas de hombros y es justamente porque la misma anchura la obliga a tener que deformar la postura para poder hacerlo.

Cecy: Ok, entonces le complicaría más el trabajo por así decirlo.

Abraham: Así es.

Cecy: Ok, ¿algo más que quisieras agregar?

Abraham: Pues este...ahora sí que por mi parte no, pero alguna duda o algo que te falte por aclarar

Cecy: No, creo que esta todo bastante claro, nada más recordarte que esta es nuestra última entrevista que realizamos y que posterior cuando terminemos la investigación te haremos llegar una copia.

Abraham: Vale

Cecy: Muchas gracias por tu tiempo

Entrevistas a Manuel

Entrevista 1

Cecy: Bueno primeramente nos presentaremos mi nombre es Cecilia y soy estudiante de licenciatura en la UAM Xochimilco, actualmente estoy en 11° trimestre de la carrera y el motivo de la entrevista es conocer un poco sobre la percepción de la imagen corporal que tienen los gimnastas. Iniciaremos primeramente con una entrevista general y posteriormente realizaremos entrevistas más enfocadas. Si gustas presentarte también ¿tu nombre, cuantos años tienes, a que te dedicas?

CÉDULA

Fecha: 23/03/2023

Duración: 30 minutos

Entrevistador: Cecilia Ruiz

Entrevistado: Manuel

Plataforma: Meet

Observaciones: Problemas en el audio, e imagen; muchos sonidos externo

Manuel: Si claro, este, bueno mi nombre es Manuel Ballesteros, tengo 25 años y actualmente trabajo en una tequilera, soy director del área creativa y de *marketing*, llevamos a cabo la publicidad entre otras cosas, bueno solo por si se les hace relevante empecé la gimnasia por ahí de los 13 años y duré como 6 o algo así de años más o menos, entrenando.

Cecy: Ok, ¿y cómo fue que iniciaste en la práctica de la gimnasia?

Manuel: Ah pues me uní a un club deportivo, es el casa blanca, allá en satélite en ningún momento pasó por mi mente la gimnasia entre otras actividades como natación, tenis, etc. Y este como que no me hallaba sabes, como que no me gustaban los deportes o me cansaba o me aburría entonces pues mi hermana entra a gimnasia primero y yo después de natación o tenis como que la iba a ver y me hice ahí amigos y vi que ellos iban y ahí como que me invitaron a eso no de “pues ya vente” y yo de “ah bueno, va y ya, igual aquí ando de todas maneras” y entre, así como de no sé cómo decirlo coincidencia o suerte porque jamás pasó por mi mente y pues ya que entre dije “no inventes pues ya me había tardado en meterme pues esto me gusta mucho” y ya de ahí pues no paré hasta que ya por otras cuestiones tuve que dejar... el deporte

Cecy: ¿y qué fue lo que te llamó la atención ya estando ahí?

Manuel: ah yo creo que los muchachos que veía que traían cierto nivel, pues ver cómo hacían las acrobacias y cómo entrenaban. Curiosamente a mi desde pequeño siempre he sido de los

niños que andan brincando en todos lados hiperactivo, siempre era yo desde pequeño pues ya sabes que saltar la cuerda que jugar resorte, que hasta vueltas de carro, que tablas rítmicas como que yo a todo le metía que requería como mucho esfuerzo físico ¿no? me gustaba, o sea ejercicio pa' cansarme este entonces ... (silencio) como que vi que hacían todo lo que me gustaba este ejercicio, condición física, elasticidad, acrobacia, me gusto el multi dinamismo que manejaba ese deporte

Cecy: ok y ¿recuerdas más o menos cómo eran los entrenamientos diarios o cada cuanto entrenabas?

Manuel: este si... en un inicio no entrenaba toda la semana y eran 2 horas de entrenamiento máximo hora por qué pues obviamente entonces con un nivel más corto ¿no? hoy los entrenamientos constaban las distintos este... formatos dependiendo el día, es decir, un día hacías ciertos aparatos que requerían como que habilidades contrastantes y al otro día hacían los otros aparatos así como cuando vas al gimnasio que un día haces brazo, y otro día haces pierna, y otro día espalda me explico, para complementar en la semana todos los músculos, en este caso todos los aparatos que manejábamos 6 aparatos si mal no recuerdo este... y ya después conforme vas aumentando de nivel ya los entrenamientos van pasando de 2 a 4 horas y luego 5 horas diarias de lunes a sábado hasta donde yo me quedé, en su momento, porque pues nunca pasé a ser este atleta olímpico sabes... o sea hoy como los que entrenan como de que 8 o más horas diarias.

Cecy: ¿y como estaban divididos estos como niveles por así decirlo?

Manuel: este... te refieres a que tenías que hacer para pasar a cada nivel o más bien si en mi gimnasio había distintos niveles o todos éramos del mismo nivel o ¿Cómo?

Cecy: si justamente eso, si en tu gimnasio había como distintos niveles por lo que comentabas de las horas de entrenamiento y los días y todo eso y cómo hacías para pasar de nivel

Manuel: ah pues mira cómo era este un club deportivo privado o sea de paga, los números de gimnasia o más bien no se dedicaban 100% la gimnasia así como otros gimnasios vaya que son puro de gimnasia con cientos de niños pues este era un club deportivo privado y pues como tal pagabas membresía y pues ya tenías acceso a la gimnasia por ende los grupos eran muy reducidos pues la mayoría se iba a tenis o natación que era como lo más fresón y los de

gimnasia de ese club esperamos bien poquitos como de 14 a 20 personas entonces se dividía principalmente por edades era lo primero, los más chiquititos sí de que entre 5 a 10 años así con un nivel muy bajo entrenaban de 3 a 4, 1 hora nada más; y ya luego entrábamos no sólo los grandes sino también los que ya traíamos un nivel más avanzado entonces de 4 a 8 estábamos juntos los mayores de 12 años como los que éramos a partir del nivel 5 por qué muchos coincidimos que entramos al mismo tiempo y en todo momento traíamos un nivel muy parecido sabes, cómo que incluso éramos nuestra respectiva competencia porque íbamos creciendo al nivel ese es una de las respuestas; y la otra es que tu pasadas de nivel con distintos (inteligible)... la primera era dominar aparatos y la (inteligible)... entonces una vez que tu dominabas todos los aparatos, eran 6 aparatos y te sabías de memoria todas las rutinas y las hacías digamos a la perfección porque como ustedes saben la gimnasia es un deporte que atina a la perfección tenías que hacer cierto tipo de competencias empezabas con las locales o interclubes y de ahí podías pasar a las regionales y de ahí a los nacionales y para nosotros eran en su momento lo máximo porque si tú llegabas a una nacional era como que woah porque ya eras representante no solo de tu club si no de tu región, en ese caso representábamos a la zona centro aquí estricta federal así que es una combinación de ambas tanto dominar todos los aparatos y las rutinas como juntar ciertos puntajes en ciertas competencias para poder pasar al siguiente nivel entonces entre más alto el nivel más requisitos te piden, los primeros niveles los pasas bien rápido de que en menos de 1 año ya pasaste de nivel 5 a nivel 7 pero ya de ahí del nivel 7 es de los más complicados pasar a los otros niveles hasta llegar al nivel 10 o como dicen ya nivel olímpico si no me equivoco.

Cecy: ¿recuerdas si durante estas competencias o así existía pues alguna diferencia con el entrenamiento de rutina por así decirlo?

Manuel: este me podrías repetir la pregunta, este a partir del entrenamiento o sea me la repites por favor

Cecy: si, ¿Qué si existía una diferencia entre el entrenamiento de rutina y uno de preparación para ir a las competencias?

Manuel: ah si, efectivamente. Este el entrenamiento de rutina pues se enfocaba en desarrollar tus... tus habilidades ¿no? era fuerza, elasticidad y toda esa parte para que con base en eso

tú te aprendas tu nueva rutina, así le decíamos, la rutina de tu nivel que sería como en palabras sencillas la coreografía así cada aparato tenía su coreografía que tenías que hacer entonces los entrenamientos de rutina era eso hacer pequeños ejercicios de sí, elasticidad, fuerza y todo eso para que te puedas aprender y desempeñar toda tu rutina, una vez que ya estabas en las competencias los entrenamientos cambiaban porque se suponía que en teoría ya desarrollaste bien esa rutina que seguía puedes repetirla, repetirla y repetirla en caballo, este en paralelas, salto y así ya no eran ejercicios como combinados para desarrollar tu rutina sino que como ya tenías tú que presentar esa rutina en competencia no te quedaba de otra más que hacerla una y otra y otra vez, de hecho incluso podían llegar a ser los entrenamientos más como que no aburridos pero cómo decirlo como los que están más parecidos como los más que... los que te desesperan de qué mmmta pues no me queda más que hacer esto y esto, porque en los entrenamientos de rutina es cuando desarrollas nuevos elementos o nuevas acrobacias este experimentas cosas nuevas y en los de competencia pues tienes que repetir tu rutina una y otra vez hasta que te salga excelente para poder este... que te vaya bien en la competencia ¿verdad?

Cecy: y comentas que había bastantes aparatos y eso y cada uno tenía su rutina, recuerdas ¿cuáles eran los que más te llamaban la atención en ese momento?

Manuel: claro, mi favorito por siempre y hasta la fecha es piso y manos libres ¿qué es esto?; este es el pódium y luego ese círculo rojo es la alfombra donde tú vas y haces vueltas de carro maro... bueno no marometas este mortales todo eso porque se me hace muy padre este de que vas corriendo haces una vuelta de carro luego un *Split* y luego un mortal atrás este tienes que caer a la perfección y recorres todo el espacio es muy dinámico por eso me gustaba este ese es una y esto digamos que no me lo preguntaste pero es algo muy interesante porque siempre esta tu aparato favorito y para el que eres bueno porque pues mucha gente esté en la gimnasia es un deporte que te exige de todo ¿no? Pero pues obviamente todos tenemos capacidades distintas entonces una cosa es que te guste mucho hacer ese elemento y otra cosa es que realmente seas bueno y algo que me decían mucho es que yo era bueno para arzones para caballo con arzones que eran de los más difíciles y hasta cierta forma como que aburridos porque es el cómo que no estático pero como que no hay mucho dinamismo ahí es un solo caballo y ahí haces que los círculos y toda esta parte, entonces curiosamente yo, o sea me

comentaban que se me daba ese aparato nunca lo lleve así como que a un nivel tan profesional pero es curioso el dinamismo y el contraste de que una cosa es el que te gusta y otra cosa es para el que eres bueno realmente sabes.

Cecy: ok, y este más o menos ¿cómo cuantos aparatos manejan o manejaban en tu club?

Manuel: son 6 aparatos hasta donde yo me quede, que según yo no han cambiado, es manos libres o piso, caballo con arzones, barra fija, barras paralelas, salto y anillos

Cecy: ok, ¿nos podrías platicar un poco de cada aparato?

Manuel: si claro, este empezamos con manos libres o piso que básicamente es un pódium, desconozco la medida pero si está bastante grande yo creo que unos 6 metros por 6 pero habría que buscar bien el dato, es un cuadrado, aquí este pódium como le decimos es una tarima que abajo tiene resortes y luego encima tiene otra tarima y es alfombrada, no es tal cual ni un colchón ni un trampolín es como un punto medio, que si bien te amortigua y te ayuda a volar más fácil, a brincar más alto tú tienes que meterle la potencia necesaria para desarrollar las actividades y aquí se ponen a prueba, en toda la gimnasia pones a prueba el cuerpo ¿no? Pero aquí pones a prueba mucho la noción del aire y las acrobacias porque pues por ejemplo mucha gente no está familiarizado con los ejercicios, pero... la vuelta de carro es la más conocida ¿no?, luego *flit* es como una marometa que se echan hacia atrás pero que caes con las manos y que ese da pie al mortal, el mortal es como una marometa pero en el aire ahí también pones a prueba la elasticidad pues parte de los movimientos es hacer *Split's* o arabescas que básicamente es abrirte de piernas y demostrar tu elasticidad, equilibrio también y resistencia por eso me gustaba mucho porque es como que todo; de ahí pasamos a la barra fija ahí todo está en tu cuerpo pero mucho está en las manos porque es una barra fija en donde te agarras de las manos y llevas a cabo balanceos que es lo más sencillo, parados de manos, giros, y ya empieza después los gigantes, ¿Qué son los gigantes? Es cuando en esa barra paralela tu cuerpo que está completamente recto da vueltas así y pues uno lo ve siempre pero es de los procesos más difíciles, es de los saltos más grandes, de nivel 7 a nivel 8 y los demás niveles tienes que hacer los gigantes y es como que de las pruebas más fuertes en cuanto a física como mentalmente y luego están los molinos que es como un gigante pero con las manos al revés y es hacia atrás básicamente son darles vueltas a las barras, dar vueltas

en las barras así como chango pero pues de manera elegante y finalmente en esa barra la salida incluye algún mortal o alguna acrobacia cada nivel te exige diferentes cosas no es una rutina o coreografía estática para todos, si no que te dicen “ok, tu coreografía o rutina tiene que tener una suelta de manos, tantos gigantes, tantos molinos y tienes que salir con mínimo un mortal extendido o un mortal con giro” y ya tu con base en esos parámetros junto con tu entrenador desarrollas la rutina, tanto con la dificultad que tú quieres para ganar más puntos como con los ejercicios que a ti se te facilitan pues también para ganar más puntos, de ahí pasamos al caballo con arzones que está bastante sencillo que básicamente es un caballo y los arzones son una agarraderas que están al centro ahí empiezas con las tomas ¿Qué se llama tomas? Es un movimiento que haces con las piernas abiertas, lo más que puedas mínimo a 45° si mal no recuerdo, no a 90°, y es hacerle como reloj como si fueras manecillas de reloj de un lado a otro, eso te da paso a otros ejercicios en el que intercambias manos, círculos también de pura pelvis mientras tú te agarras de los arzones y llegas hasta parado de manos como te comentaba en las rutinas te van pidiendo diferentes elementos que tú vas añadiendo entonces tú puedes decir bueno pues hago tres tomas de repente dos círculos y parado de manos, medio giro parado de manos y hago salida y ya esa es tu rutina, luego sigue salto que si bien es la más simple o rápida porque nada más en correr en línea recta y dar un salto sobre otro caballo pero pues también esta complicada porque también es noción completamente del aire esa es una pista no sé cuantos metros mida, yo creo que si mide como unos mínimo unos 10 metros para que puedas tomar bastante vuelo, tiene el votador que es una madera plana y otra un poco curva como a 45° con resortes literalmente es un votador en el que das el brinco y luego viene un caballo que es distinto al caballo con arzones es un poco más grueso en el que tienes que poner manos o brincarlo de alguna manera y aterrizar siempre estático, la gimnasia siempre busca la perfección por ende tu salto y tu caída tiene que ser siempre estática, caes y si das un paso ahí ya pierdes un punto ¿me explico? Tienes que caer completamente estático, después tenemos barras paralelas que es muy parecida a la barra fija pues hay movimientos muy parecidos pero es completamente diferente porque en la barra fija tienes como que la fuerza centrífuga de tu parte, te vas columpiando y en tus manos simplemente no tienes que soltarte para digamos poder llevar a cabo el péndulo es un ejercicio de péndulo y en las barras paralelas es muy diferente porque puedes hacer movimientos abajo y colgado como el péndulo pero luego en ejercicios como la alemana, la

alemana es un ejercicio que haces para subirte a las barras paralelas y estar ya firme sobre tus hombros ¿no sé si me explico? Primero entras abajo y estás colgado como chango y luego haces un balanceo que te va a llevar a estar arriba de las barras y ya el peso no va a estar en tus manos colgado si no ya va a estar montado en las barras y el peso va a estar en tus hombros es por eso que te comento que la gimnasia abarca todos los músculos de todo el cuerpo para mí es el deporte perfecto porque entrenas todo y ya en estas barras paralelas también hay gigantes, hay caídas, hay parados de mano, hay giros y también salidas con mortales y ha plantado, hoy esa es la palabra que usaban plantar en la caída y luego ya finalmente son los anillos es otro elemento completamente distinto pues se parece mucho a la barra fija porque también estás colgado como un péndulo pero aquí la cosa es que estos anillos están colgados con cables y se abren no están fijos por ende tienes que manejar tus hombros y esto también hace muchas veces que sea más inestable por ejemplo las barras paralelas cómo te comentaba que te montabas en las barras paralelas y el peso estaba en tus hombros OK ahí está bien porque las barras paralelas son fijas pero ahora en los anillos como están colgados con alambres no sólo estás montado en tus hombros sino que también tienes que poner fuerza porque si no se te van a abrir y caes y ya ahí también hay parados de manos, gigantes, este el famoso cristo que es cuando abren los anillos y se bajan en una posición como cristo y todo el peso, tu peso propio está en los hombros y tienes que bloquear; ahí usamos esas palabras como bloquear, montar y cada esta parte, el agarre también es muy importante y pues a grandes rasgos eso trata la gimnasia como tal.

Cecy: ok, ¿y había algún ejercicio que a ti te costara trabajo realizar?

Manuel: pues... si obviamente. No te voy a decir que todo se me facilitaba, al contrario, aquí en la gimnasia es muy difícil los elementos, pero más que un ejercicio en general te voy a comentar que mi problema siempre fue la mentalidad, el miedo, entonces yo creo que lo que más se me dificultaba era enfrentar mis miedos con los nuevos ejercicios, por ejemplo, ejercicios que ya manejabas o dominabas pues como nada ¿no? Pero de repente te decían “oye es que vas a pasar de nivel y ahora en vez de un mortal al frente tienes que hacer un mortal atrás” algo que yo nunca había hecho pero era algo que mi cuerpo ya estaba físicamente preparado porque como te comentaban al principio te ponen a hacer pequeños ejercicios de fuerza, elasticidad y postura; se me olvido mencionar eso la postura es

indispensables: por ende preparaban a tu cuerpo físicamente, tu cuerpo ya lo sabía hacer ahora nada más era decirle a tu mente que te dejara hacerlo o que le indicara a tu cuerpo hacerlo ¿sabes? Y eso a mí me costaba mucho, mi cuerpo ya estaba preparado siempre he sido de complexión atlética, flexible y pues luego si haces ejercicio pues ya ¿no? Pero mi mente es la que no me dejaba y te pongo mi caso el más fuerte que tuve que me llevó a tomar terapia incluso con el psicólogo por culpa de este ejercicio que era el *flait* en barra fija como te comentaba tienes que moverte como péndulo y al salir, una de las salidas era que cuando vas hacia enfrente y estas justamente en la posición de acostado tenías que soltarte en el aire; tu acostado viendo hacia el cielo o hacia el techo y agruparte o sea hacerte bolita para hacer un mortal atrás pero haz de cuenta que si no te soltabas en el momento y te agrupabas tus pies se estrellaban contra la barra, digo no pasaba de un golpecito en las espinillas o en los empeines pero para mí representaba un gran temor y mi mente no me dejaba y me bloqueaba y no me soltaba y el entrenador se enojaba; y todo el mundo me decía “oye pero es que ya tienes todo” lo hacía así en el piso y como nada ¿no? Lo hacía al caer acostado en el colchón y como nada yo me soltaba al propósito para caerme en el colchón y ver que no pasaba nada o sea incluso yo le mostraba a mi cuerpo que si me caía no me pasaba nada y aun así no lo podía hacer bien curioso me llevaron a terapia y así; nunca termine la terapia con la psicóloga, pero eventualmente me atreví a lanzarme sabes ¿Por qué? Algo muy curioso de eso por la competencia, había otros vatos y uno me molestaba mucho este... y me hacía burla y de puro coraje yo lo hacía ¿tú crees? Entonces más que terapia o yo mismo me motivó la otra gente y no era tanto la motivación sino me retaba y se burlaba y yo así de “ah, quieres ver que, si lo hago” y lo hacía con todo y miedo, eso me motivaba mucho.

Cecy: y hablando de esto de las competencias ¿Cómo lo vivías tú o sea había mucha competencia entre ese pequeño grupo que decías?

Manuel: este si pero era principalmente amistosa a diferencia de este caso que te puse que fue un chavo que estuvo ahí poquito tiempo y que su competencia era más como... no se sucia o una competencia no agradable todos con los que estaba que te comentaba que empezamos casi al mismo tiempo y que llevábamos un nivel muy parecido éramos amigos y al traer un nivel muy parecido estábamos haciendo los mismos ejercicios y aquí entraba muy curios lo que te comentaba que cada cuerpo es diferente entonces a muchos se les daban

ejercicios de postura a otros de altura o sea de brincos y a otros de balanceos por ejemplo y estaba padre porque mientras uno era el mejor en un aparato el otro le ganaba en otro aparato y en fin entonces mientras no te quedaras atrás no te sentías pues mal, porque sabías que en la gimnasia cada cuerpo es diferente, cada elemento es diferente y cada cabeza por supuesto es diferente; lo que siempre decíamos es que la gimnasia no es un deporte de competencias en equipo como el futbol es un deporte de competencias contra ti mismo, la única persona a la que tienes que superar es a ti mismo, las calificaciones son individuales, los puntajes son individuales, las premiaciones son individuales; si como equipo representamos una región pero la competencia al final del día es contra ti mismo por ende si tienes amigos, si son compas y todos se llevan bien la competencia es muy sana

Cecy: oh ya, este ¿y respecto a tu familia y amigos que paso cuando les dijiste que querías iniciar en esto de la gimnasia?

Manuel: si por ejemplo mi familia pues encantada de que; pues como estaban pagando el club deportivo lo que querían era que aprovecháramos, que hiciéramos lo que quisiéramos pero que aprovecháramos las instalaciones ¿no? Entonces cuando vieron que mi hermana estaba en gimnasia y que yo también entré a gimnasia dijeron “ah, pues mejor, sirve que los llevamos al mismo tiempo y están juntos en todo momento y esto y aquello”. Ehh...mis amigos quieras que no de repente sí había ciertas burlas, no de mis amigos cercanos porque pues si te hacen burla pues entonces no son amigos ¿verdad? Pero de que “hay es que la gimnasia es para niñas” o es de que, porque si quieras o no pues es gimnasia artística así empieza y te piden cosas como elasticidad, hacer puntas, elegancia, esto y aquello y si pues aunque no lo quieras son cosas muy... ehh tienen mucha feminidad no te voy a mentir pero no tanto por lo femenino sino por la elegancia y estamos en una sociedad en la que lo elegante a veces tiende a ser femenino, mucha gente por ejemplo, no se en los ranchos o así los hombres bien acá de antes pues ya sabes cómo son tienen cierto comportamiento, ciertas ideas que si tú de repente haces punta, eres elástico o elegante o caminas de alguna forma pues ya eres homosexual; entonces si te encontrabas uno que otro comentario pero a mí en mi caso pues para nada, la verdad es que mi familia siempre iba y nos apoyaba en las competencias, te comento que en el momento que yo no pude hacer los ejercicios me llevaron a terapia para ver qué estaba pasando, entonces en todo momento yo recibí su apoyo.

Cecy: ok, ¿y comentabas que de vez en cuando algunas personas pues llegaban a decir como que era un deporte femenino y así, tu como reaccionabas ante esto?

Manuel: mira la verdad no me enojaba porque yo veía los resultados en mi cuerpo y decía “no manches o sea tengo más cuadros que tú y estoy formado y dices que es un deporte para niñas y estoy bien mamado” entonces mi seguridad nunca se vio afectada porque siempre supimos nosotros de gimnasia que es un deporte que te exige muy cabrón, o sea que desafías la ley de la gravedad, que pones tu cuerpo al máximo y también tu mente; así que cuando alguien te hacía una burla y sabías que el solo no se jugaba fútbol pues en vez de tomártelo a mal decías “no manches este tipo va a venir a decirme; no sabe que tan exigentes son los entrenamientos”; entonces a mí nunca me afectó esa parte pero era como que mi autoestima siempre estuvo bien ¿no? No tuve problemas de inseguridad

Cecy: comentas que la gimnasia es un deporte muy exigente ¿tú en que lo sentías como que más exigente?

Manuel: pues para empezar en el cuerpo y en la versatilidad porque si bien tienes que tener resistencia física y fuerza física en tus músculos, porque obviamente para todo se requiere fuerza también tienes que complementarla con elasticidad; entonces mientras que tenías que tener un abdomen y unos hombros bien marcados a la vez tenías que ser capaz de abrir completamente las piernas en *squat* y *Split*; o sea compensar tu fuerza con la flexibilidad y a esto agrégale que tenías que manejar a la perfección las posturas; la postura es toda la parte del cuerpo que estuviera bien recto, las costillas adentro, hombros derechos, brazos firmes porque sin postura no podías hacer el ejercicio por más fuerte y flexible que fueras sin la postura no hacías nada; pero la postura no te la da la fuerza, la postura te la da la mente; entonces a la que vez que tienes que andar trabajando los músculos y la flexibilidad, también la mente en todo momento tiene que recordar haz de cuenta que tu al hacer los ejercicios estas llevando a cabo las posturas que ya viste previamente del ejercicio; a que me refiero con posturas, mira por ejemplo nos ponían a hacer la forma de cucharita que básicamente es recargarte tanto sobre tus pompas como la espalda levantar las manos y ponerte en forma de cunita y eso es una de las posturas importante para la gimnasia y la otra la contraparte era el Superman que era como lo que te dije pero al revés, entonces te volteabas panza abajo y ahora te ponías de manera de arco, levantando los brazos y la cara y las piernas para quedarte

meramente en tu estómago y ahí te ponían a balancearte en el piso a hacer cunita tal cual; entonces ya que te familiarizabas con esa posición pasabas a la barra fija por ejemplo, y cuando hacías los balanceos cuando ibas al frente tenías que hacer cucharita y cuando ibas atrás tenías que hacer Superman, entonces todo esto tu mente tenía que estar familiarizada con los movimientos para al momento de llevarlos acabo tener la postura adecuada porque sin postura la verdad es que no tenías nada; como te comento puedes tener el brazo más fuerte y la flexibilidad máxima pero si al final de cuentas no aplicas la postura correcta el ejercicio vale...vale queso.

Cecy: ¿y había algún entrenamiento específico para esto de las posturas? ¿cómo se preparaban en ese sentido?

Manuel: ah si, no era tal cual un entrenamiento completo dedicado a las posturas pero todo el entrenamiento se dividía en diferentes partes; tenías que llevar a cabo la parte de la condición también te sacaban a correr porque la condición es muy importante; la fuerza o sea que antes de empezar nos ponían a hacer lagartijas, abdominales, parados de mano, todo lo que era fuerza; después postura; siempre se complementaba, ok, fuerza pero de nada te sirve estar fuerte si no tienes postura entonces a la vez hacías postura, esos pequeños ejercicios que te digo; entonces por ejemplo después de hacer fuerza y cardio nos ponían en el piso a hacer posturas como por ejemplo en la pista de salto como te comentaba nos ponían a recorrer la pista haciendo cucharita y luego giro Superman y giro y cucharita y así parecíamos pollos dando vueltas pero haciendo las posturas correctes y era bien cansado, después pues ya pasábamos a lo divertido hacer aparatos a todos lo que nos gustaba era hacer aparatos porque el cardio como quieras; las posturas super enfadosas y cansadas porque era está en plancha por ejemplo y luego el Superman y así por minutos y eso era como bien desgastante y al final de todo el entrenamiento y para que no se nos atrofién los músculos hacíamos la parte de elasticidad entonces era el estiramiento ahí nos ponían a hacer *squats*, *splits*, maripositas, este saludo al sol toda esa parte para tener elasticidad vaya porque no solo es elasticidad en la pelvis para poder hacer *squats* y *splits* sino también en la espalda entonces de que te hacían ponerte en arco y casi casi te doblaban la espalda a mas no poder, las piernas y hasta los empeines; ¿tú crees? También tenías que tener flexibilidad en los empeines, te doblaban los

dedos de tus pies, te hacían de todo ponían tu cuerpo al límite. (se escucha la voz de una chica preguntándole al entrevistado si ya comerá)

Cecy: ok, entonces creo que sería todo para esta primera entrevista, posteriormente agendaríamos otra, Pablo mi otro compañero se pondrá en contacto contigo de nuevo.

Manuel: Perfecto me avisan por *Whats*

Cecy: ok, muchas gracias por tu tiempo

Entrevista 2

Ian: Sin más que nada vamos a empezar. Tú la... la última vez nos mencionaste un poco sobre lo que veías en gimnasia, ¿no? Sobre todos tus entrenamientos, en qué consistía cada uno de los ejercicios... Y una de las cosas que nos llamó la atención fue que cuando tú nos hablabas de cuando estaban los ejercicios para, los entrenamientos perdonan, los entrenamientos cuando son casuales o para alguna competencia. También nos hablaste de lo que viene siendo esto de los entrenamientos sobre tres rubros, que viene siendo la fuerza, la flexibilidad y la postura, este no, ¿no sé si me puedas hablar un poco de cada uno de estos ejercicios o entrenamientos que hacías?

CÉDULA

Fecha: 01/06/2023

Duración: 38 minutos

Entrevistador: Ian Leal

Entrevistado: Manuel

Plataforma: Meet

Observaciones: Ausencia del entrevistado durante 1 minuto

Manuel: Sí claro, o sea ¿de qué constaban? ¿qué nos ponían a hacer?

Ian: Aja si claro, como eran cada uno de los ejercicios más que nada.

Manuel: Ok, este mmm, podemos empezar con postura que es, bueno todo es muy importante, ¿no? pero es de la que más te exigen, este después de un calentamiento o como parte del calentamiento te ponen a hacer ciertos ejercicios, donde te, te ponían a hacer la postura que tenías que llevar en todo momento, durante estos mismos ejercicios, sabes. Este ¿cómo era esto? pues por ejemplo, teníamos una pose que llamaba “cunitas”, que era ponerte boca arriba en tu torso y mecerte tal cual una cunita, pero respetando la posición, imagínate como una banana, esa curvatura, tenías que emularla tu con tu cuerpo, las piernas arriba y los brazos y la cabeza también arriba y ya te mecías como una cunita, de hecho en estados unidos y Canadá les dicen “bananas” a ese ejercicio, este y luego ese mismo ejercicio pero boca abajo y es superman, que tal cual es como te imaginas a superman volando, este pero te recargas meramente sobre tu abdomen, levantas pies y brazos y te meces. Te digo estos son para la postura, ¿por qué?, porque esa postura es la que tienes que llevar en muchos de los ejercicios, por ejemplo, en los vuelos en la barra, en los parados de manos, en los anillos, en los cristos, en los mortales extendidos, en todo eso son esas posturas, esas dos que te acabo de mencionar son la base de la gimnasia prácticamente. Este luego seguirán los ejercicios de fuerza o resistencia que es tal cual este, lo típico: abdominales, lagartijas, planchas, dominadas, este obviamente también esos ejercicios también podían ser más interactivos, como por ejemplo, este hacer un circuito, este en donde la pista de salto te ponían a hacer las cunitas y los superman, luego ya cuando terminas ese circuito pasas a la barra, luego en pódium hacías este, no sé, lagartijas abdominales y sentadillas y luego pasabas a anillos y otra vez dominadas, perdón, dominadas las conocíamos básicamente cuando té cuelgas de una barra y subes con tus brazos, ¿si me explico?, este mmm y después este, seguiría la flexibilidad que normalmente esta es al último de todos los entrenamientos, pues te puede

hacer daño si empiezas a hacer flexibilidad y luego fuerza y luego entrenamiento, entonces, ya que terminas tu entrenamiento al final a manera de estiramiento, pero también lo conocemos como *flex*, pues te ponen a hacer de todo, *split* que es cuando pones, esta la pierna, una pierna al frente y la otra hacia atrás en línea recta con ambos pies, primero con el izquierdo y luego con el derecho, es más deja pongo mi cámara para que veas este, como era ¿no?, o sea el *split* es este, uno así y luego el otro pie así; y luego el *squat* que es así, pero abriéndote así completamente de que, pegar la pelvis al, al piso, este mmm mariposas y también *flex* espalda y hombro, era espalda y hombros es muy importante, en *flex* de espalda por ejemplo, te ponían así boca abajo, imagínate que estas son tus manos y el entrenador te jalaba las manos así hasta que prácticamente tu espalda se te hacían... casi noventa grados ¿no?; *flex* de hombros que era que te ponían a hacer este tipo de ejercicios, a colgarte básicamente con ligas o palos a hacer lo que lo conocemos como la dislocada, que básicamente era dislocarte los hombros y pasar los brazos completamente así y pues ya eso serían como en su eh, a grandes rasgos los ejercicios que te ponían a hacer para esas tres modalidades, que te digo eran fuerza, postura y flexibilidad.

Ian: Y ¿tú cómo es que te llegabas a sentir durante estos ejercicios más que nada?

Manuel: Uy, este los peores eran los de postura porque básicamente era este, planchas así interminables, este eran de, de minutos ¿no?, pero ya sabes que en esa postura se te hace eterno todo, entonces este obviamente, bueno yo... no se si suene muy fuerte la palabra pero lo odiaba o sea, cada que nos decían “bueno, ahora toca postura” era “como crees si...” y sabes era horrible y ya solo queríamos que terminara para hacer otro tipo de ejercicios, este fuerza pues estaba, estaba padre yo creo que era de los mejorcitos, porque pues te digo que podían ser muy dinámicos, hacían circuitos este y pues quizás eso no se te dificulta más que otros, pero era más entretenido y era más divertido, te motivaba más, porque aparte había resultados sabes, o entre tus compañeros como que se motivaban de que “ay, a ver quien hace más dominadas”, “a ver quién hace más parados de mano”, esto y aquello, este te sentías un poco mejor yo siento y flexibilidad estaba padre porque ya era al final y era básicamente el estiramiento y podrías platicar y echar carrilla así con tus compañeros mientras estabas en *split*, lo malo era que en esos ejercicios pasaba el entrenador y si estabas haciendo el *split* que este, pues te empujaba más para que abrieras más hasta el suelo, ¿no? y básicamente era tortura, o sea había niños y niñas que lloraban, o sea que en ese momento lloraban de tanta.. de tanto que nos forzaban los entrenadores, obviamente cada entrenador tiene su forma de ser, pero hay algunos que eran muy pesados y te llevaban pues prácticamente al límite, entonces sí, este, si había veces que era muy pesado esta parte, tanto física como emocionalmente.

Ian: Tú la última vez, vuelvo a lo mismo ¿no?, nos explicaste lo que era un día de rutina y uno de entrenamiento para una competencia, nos puedes, bueno me puedes decir más o menos, narrarme ¿cómo era toda esa experiencia más a detalle en un día normal y un día obviamente de, durante las competencias?

Manuel: Ok, por ejemplo este, en un día normal era llegar pues desde temprano, a sabiendas que te esperaba un entrenamiento este, largo, era cambiarse y empezar a éste, con un pequeño calentamiento ¿no?, después este, si estamos hablando de un entrenamiento casual, lo más probable es que hubiera este tipo de circuito que te comentaba, de que “ok chicos vamos a hacer ahora el circuito” y ya el entrenador se inventaba un circuito ¿no?, que te digo teníamos como por ejemplo, la pista de salto, donde nos ponían a hacer posturas mientras girábamos, era una postura, un minuto, otra postura, otro minuto; y hasta que terminaras toda la pista y luego te podían pasar a barras paralelas a hacer fondos, que era básicamente, luego podrás pasar a barras esté, barras fijas a hacer dominadas; a anillos, igual lo mismo y luego por ejemplo, en... te ponían colchones o en el mismo suelo y ya te ponían a hacer abdominales. Los abdominales había de diferentes formas, porque también entre haces fuerza, se practican posturas para diferentes elementos, ¿cómo es esto? por ejemplo, en los abdominales había abdominales no solo así de que ponías las piernas así, y tú te elevabas, sino que tu hacías el abdominal y jalabas las piernas hacia ti, ese le llamábamos este... ay no me acuerdo si eran de acordeón o como era o bueno era básicamente hacerte bolita y luego había otras que eran esté en “v” que era, te levantas el torso y las piernas al mismo tiempo, para tocar tus piernas con las manos y luego otra que era con las piernas abiertas, y todo esto te iba a servir por ejemplo en los mortales, los que te digo que eran de bolita, te iban a servir para agruparte, en los mortales cuando vas volando pues te tiene que agrupar entonces para eso te servía hacer abdominal, había otro tipo de mortal que se llaman este, carpado que en ese mortal este te iba a servir el abdominal que te decía que tocas este, tus respectivas esté, tus pies con tus manos este, todo este entrenamiento, más bien todo esto era todo el inicio del entrenamiento, porque ya después empezábamos con los aparatos, entonces dependiendo del día era dependiendo del aparato, era básicamente como cuando vas al gym que cada día de la semana tienes que hacer un musculo diferente, entonces en los entrenamiento este, casuales que te digo, en cada día semana hacías uno o dos aparatos diferentes, entonces eras este, darle por ejemplo si ibas a paralelas, era sacar nuevos elementos, sacar nuevos elementos de que practicar vuelos, parados de mano y ya te decía el entrenador, “no pues hoy en paralelas vamos a hacer este puro parado de manos y salida” “no pues ahora pura alemana, puros vuelos, esto y aquello”; y el otro aparato que tocamos, no se es un decir era anillos y al día siguiente, después de terminar el circuito y el calentamiento ya nos ponía por ejemplo, piso y salto y luego al día siguiente arzones y barra fija, entons te digo esos entrenamiento que eran como más era casuales su finalidad era sacar nuevos elementos, practicar los que ya tenías y sacar tu rutina, la rutina que ibas a usar en las competencias, pero la idea de esos entrenamientos era sacar una rutina más arriba de la tuya ¿me explico? por ende estabas practicando y no te salía, porque a diferencia de los entrenamientos de ¿cómo se llama?, de competencia nacionales y regionales, era practicar tus respectivas rutinas que ya te sabías, ya no sacar nuevos elementos, sino que los que ya sacaste hasta ese nivel que ya estabas, practicarlos hasta llegar a la perfección, porque como bien saber la gimnasia es un deporte de perfección y precisión, entonces una vez que ya tenía tus elementos, por elementos

nos referimos a los ejercicios, este por ejemplo, un vuelo es un elemento, los gigantes es otro elemento, este el cristo es otro elemento ¿no?, entonces ya que tienes todos esos elementos tienes que practicarlos en tu rutina, cada aparato tiene una rutina diferente y cada rutina te pide ciertos rubros, pon tú que en paralelo te piden mínimo dos gigantes, un parado de manos, una salida con mortal, esto y aquello, entonces ya tú con base a eso mínimos requisitos que te pedían ya sacabas tu rutina, ahora como eran los entrenamientos de ¿cómo se dice? de rutina para competencias en cuanto a día a día o a la convivencia, este eran un poco más estrictos y hasta cierto punto más monótonos y cansados por ejemplo, no cansados físicamente, sino de que tienes que estar una y otra vez y otra vez y otra vez, entonces por ejemplo, estábamos en piso, nos formamos y nos turnábamos, obviamente el cuerpo no se puede enfriar, entonces mientras esperabas tienes que hacer este calentamiento o fuerza ¿no? en lo que pasabas y ya que pasabas al piso que es pódium donde haces tus mortales el este cuadrado de color, haces tu rutina completa de principio a fin, si no te llega a salir un elemento o si te caes hay de dos, te piden que vuelvas a iniciar o te sacan y vuelves a esperar tu turno, entonces esto era más casado tanto física como mentalmente, porque era muy frustrante ¿sabes?, porque pon tu ya te sabias el elemento haces tu mortal y no lo plantabas o caías mal y ya te decía el entrenador “¡a la cola!” “¡a la fila!” y hay entrenadores que sí son este, pues no se si has visto o te ha pasado que otras personas te dicen que hay entrenadores que no te guardan con sus palabras y te menosprecian y te hacen sentir bien feo, yo por suerte tuve entrenadores muy pacientes, muy buena onda, pero si me tocaba que el otro entrenador de femenil por ejemplo, los entrenadores de femenil son más estrictos se me hace que si les gritaba y les decía que no servían para nada y que “¡ya váyanse!” hay veces que si las corrían, a mí nunca me corrieron, bueno si me corrieron pero por hacer desmadre este, había veces que a las personas las corrían porque no les salían los ejercicios, entonces el entrenador se desesperaba y les decían “vete de aquí, no te quiero ver hasta mañana” y ya, ahí se iban los niños llorando y ya básicamente en eso se podría digamos dividir ambos entrenamientos, ¿si te funciona estas respuestas u ocupas algo más?

Ian: No, están perfectas, de hecho, algo que me importo y me interesó ahí de lo que me estás diciendo, era sobre esta... ¿cómo se podría decir?, la actitud de los entrenadores, buenos he visto yo algunos videos sobre lo que hacen a veces en los entrenamientos y es que los golpean en algunas partes del cuerpo para señalar los músculos, ¿no? o sea más o menos me podrías hablar de esto.

Manuel: Si, por ejemplo, volvemos a la postura, o sea la postura es básicamente la base de la gimnasia, entonces algo que pasaba muy seguido era que te ponían a hacer un parado de manos, ya sea en el piso o en barras paralelas o incluso en la barra fija a mantenerlo, obviamente a veces el entrenador te agarraba los pies y cuando veía que nada más apretabas un lado o que sacabas las costillas o que arqueas de más o que estabas muy metido o que no estabas apretando las piernas o haciendo puntas, efectivamente te golpeaba en la parte y hay veces que los entrenadores lo hacían con coraje, te digo a mí nunca me toco que me lo

hicieran así tal cual, solo pues nada más te palmean, te decían “¡aprieta!” o luego sacabas las costillas y te decían “¡metelas!” y ya las metías, o te digo si sacas muchos los hombros él te dice este, “pon lo esto y aquello” y también las posturas que te decías que son las cunitas y los superman, también pasaba el profesor y este no sé, te metía un zape si tenías la cabeza agachada porque la tenías que tener levantada, este también de esto había mucho porque en la clase tenías que estar consciente de tus músculos y de tu cuerpo, por ejemplo a una persona cualquiera le dices este “a ver mete las costillas” y pues le hace así, pero no las está metiendo, las está sacando y en cambio en gimnasia tienes que meterla así ¿no? por ende te golpean para que mentalmente seas consciente de esa parte de tu cuerpo, porque pues hay gente que, es un decir ¿no? que luego no pueden ni mover el meñique ¿no? entonces el ejemplo sería que yo te golpeo tu meñique para que tu cerebro ubique esa parte del cuerpo, la separe de los demás dedos y lo puedas mover de manera individual, ¿no se si me explico más o menos?

Ian: Si, si este, algo que igual nos interesa en cuanto a la investigación es sobre estas rutinas alimentarias ¿no? o sea tú tienes algún horario establecido en cuanto a la comida, ya sea igual.

Manuel: Este

Ian: Aja

Manuel: Te iba a comentar este, yo realmente no llegue a un nivel olímpico por así decirlo, por ende mis dietas no eran tan estrictas, sin embargo en ese momento si te pedían que te alimentaras, o sea balanceado y con mucha proteína para los músculos, pero realmente así que digas que nos mandan al nutriólogo, porque los atletas de alto rendimiento sé que tiene incluso sus nutriólogos, sus fisioterapeutas, así ya sabes tienen todo, pero no, en mí, en lo personal, en el nivel en que yo llegue, no era requisito tener una dieta tan estricta, porque te digo ya sabes eso ya se da más por niveles, ¿sabes?

Ian: O sea, podrías decir que en sí nada más te, te mantenías balanceado ¿no? en cuanto a la alimentación.

Manuel: Sí claro, porque tú mismo lo, lo sentías en ese entonces este, yo estaba en la escuela, en gimnasia y también antes iba a porras, antes de ir a gimnasia, entonces el desgaste físico era mucho y el mismo cuerpo te lo iba pidiendo, si no te alimentas vomitabas o te desmayas en pleno entrenamientos, entonces ya nada más en mi caso nada más el entrenador te recomendaba que comer y nada más a tus horas , pero te digo a mí no me toco una dieta estricta.

Ian: Ok, y nunca te pasó que, por ejemplo, tuvieras que ayunar o alguna cosa parecida.

Manuel: No, no, en el nivel en que estaba no se me requirió en ningún momento.

Ian: Pero si conoces al menos de alguien que haya pasado por eso.

Manuel: Este sí, de hecho uno de mis compañeros, el si sigue, ha de hecho te interesaría el, digo no se si va muy avanzada tu investigación, pero es que uno de mis compañeros con los que yo entrenaba , el sí siguió, el sí siguió adelante y él sí ha llegado a un nivel olímpico, no a las olimpiadas pero el nivel olímpico es como, el nivel fijo le llaman, que ya, básicamente te sabés como todo y nada más es practicar y practicar para llegar a las olimpiadas, esta persona si entrena acá en Guadalajara, no me acuerdo como se llama el lugar donde entrena, pero bueno es dónde fueron las, los panamericanos la vez pasada y realmente el si llego, está llegando a niveles muy grandes y el sí, o sea tiene fisioterapeuta, tiene psicólogo y tiene dieta estricta desconozco si lo hacen ayunar pero sé que le quitan ciertos alimentos y ciertas bebidas, porque cuando salimos o nos llegamos a ver pues nada más comenta que si puede comer y que no puede comer.

Ian: ¿Recuerdas algo de lo que te decía sobre esa alimentación?

Manuel: Este mmm... no ahí si te fallo, para que te miento.

Ian: Ok, y bueno tú me decías algo de esto de la alimentación que tú llevabas ¿no? que tú la llevabas balanceada y todo esto, pero ¿en algún momento llegaste a evitar alimentos?

Manuel: Este, sí, pero no por la parte de gimnasia sino por cuenta propia, carnes rojas este de cerdo y res... básicamente solo era pollo y pescado

Ian: Ok, no te, ¿no te causaba un malestar o sea un fastidio en la alimentación en la que te impusiste tu?

Manuel: Este la, lo único complicado es este saber, más bien tener lugares donde comer, porque sales y no puedes comer en todos los lugares o tienes que ir a hacerte no sé, si todo mundo va a comer cierto platillo pues tenías que hacerte tu otro o había veces en que de plano pura ensalada porque no había, no había de otra sabes, este y pues ya, más o menos.

Ian: Bueno ya un poco más relacionado a pasando a otro tema, dentro de todo esto, o sea tú no tuviste una idea sobre un ideal corporal, al momento de, bueno antes de o durante la gimnasia.

Manuel: Este si, si efectivamente, mmm como decirlo, mi ideal corporal era, el cuerpo del gimnasta me gusta mucho porque no está ponchado o hinchado como los, fisio ¿cómo se llaman los que hacen este? fisico, fisicul, fisico culturistas este, entonces mi ideal primeramente era tener el abdomen marcado y para eso si te decían ¿no?, que no tantas pastas, que no tantas grasas, esto y aquello, mi ideal era básicamente como, ¿ay no se si ubiques a este gimnasta mexicano Daniel Corral? ¿Ubicas a Daniel Corral?

Ian: Eh, no

Manuel: No, bueno luego búscalo asi en internet y básicamente es el cuerpo que todo gimnasta queríamos apuntar sabes.

Ian: Y bueno, o sea nunca tuviste un problema con, o más bien ¿cuál crees que sería este ideal corporal que mucha gente, bueno que muchos hombres siguen y cómo chocaría con el tuyo en este caso?

Manuel: Este, ¿muchos hombres dentro de la gimnasia o fuera de la gimnasia?

Ian: Fuera de esta.

Manuel: Fuera de esta, ok por ejemplo, si en gimnasia tienes un cuerpo muy marcado pero es delgado sabes, porque tienes que mantenerte ágil, va a haber muy pocos gimnastas que realmente estén así bien mamados y ponchados y digo, no todo el mundo pero es nada más un ejemplo, puede que muchos hombres atinen a estar así como de inflados ¿no? de hecho hay muchos, incluso bromas de repente de que “ay es que estoy en volumen” y pues volumen es como que comer un chingo, no sé, para que incrementes tu volumen y masa corporal sabes, en cambio el cuerpo ideal del gimnasta tiene que ser ágil, hasta cierto punto también chaparrito, este mucho gimnastas, sobre todo mexicanos este pues son chaparritos y eso les da mucha agilidad, yo tenía un compa que era chaparrito y él volaba bien, bien cabrón o sea el volaba más alto que nosotros y le ayudaba mucho el ser chaparrito, pues era muy ágil, también uno tiene que ser delgado, me tocaba que si tenía compás gordillos, un poco más llenitos y se les dificulta mucho los este, los aparatos y esto quieras o no esto sí, si te afecta porque estás viendo que una persona así chaparrita o delgada es mucho más ágil que tú, entonces pues entonces que haces realmente tú, pues quieres adelgazar y ponerte y ponerte como ellos sabes, entonces te digo, chocaron nada más el cuerpo ideal del gimnasta con el de que otro mundo, otra persona querría tener en cuanto a que un gimnasta tiene que ser más delgado y ágil, tiene que tener un cuerpo ágil sabes, porque hay gente que esta tan ponchada que luego ni se puede rascar, entonces imagínate un gimnasta tiene que básicamente dislocarse todo el cuerpo porque tiene que ser flexible pero a la vez muy resistente y muy fuerte, entonces es un cuerpo que te exige demasiado.

Ian: ¿Y en algún momento te has llegado a sentirte incómodo con esta imagen corporal? o sea al compararte con una persona, por ejemplo, que esté más ponchada y todo esto.

Manuel: Este, no, de hecho al contrario, o sea la verdad es que el cuerpo que uno tenía cuando entrenaba gimnasia a mí me gustaba mucho, yo me sentía muy satisfecho con ese cuerpo, obviamente yo quería más era como “ah ok ya estoy marcado pero quiero estar más este digamos como decirlo, tener un poco más de volumen” porque yo siempre he sido muy delgado y a mí me cuesta mucho generar músculo y aunque te acabo de decir que el cuerpo de gimnasta es delgado, también hay límites sabes y yo estaba como en los límites de los delgados, entonces sí quizás lo que a mí me costaba más trabajo o me, me preocupaba un poco más era el poder ganar más músculo y pues para eso te decían que comieras un chingo este, yo por más que comía la verdad, por más que como yo no engordo realmente y menos gano musculo, entonces si eso puede ser un poco de lo que más me costaba trabajo y más me traumaba, el hecho de que no podía adquirir ese, esa musculatura de gimnasta, ni siquiera la

musculatura que te mencionó de los que son fisicoculturistas, no, no, sino la musculatura de un gimnasta promedio.

Ian: O sea que podrías decirme que, en si el, lo que te llegaba a afectar por así decirlo sería más que nada el que no te acercaras al cuerpo ideal gimnasta ¿no?

Manuel: Así es.

Ian: Dentro de este cambio de tu construcción corporal durante la gimnasia eh, ¿qué cambios fueron los más notorios que pudiste haberte dado cuenta?

Manuel: Este, pues principalmente la espalda, la forma de “V” que se te hace, realmente se te nota luego luego y los hombros has de cuenta que es, es un cuerpo muy torneado, muy contorneado, entonces tienes realmente definido todo, el tricep, el bicep, el hombro como que muy separado cada músculo sabes, hay gente que, este hace muchas pesas por ejemplo y está muy mamada pero se ve así como una palomita sabes, como un músculo gigante y en cambio el cuerpo del gimnasta lo que yo note es que tenía así cada músculo se veía específicamente donde estaba, este eso es lo que más me gustaba, como tener un cuerpo así como definido y el abdomen en ese entonces y sobre todo en la secundaria, o sea el vato que tenía cuadritos en el abdomen se la pasaba levantándose la playera y las niñas les tocaban el abdomen, entonces para mí eso era como, lo más padre de tener ese cuerpo.

Ian: O sea que ¿a ti te hacía sentir más cómodo contigo mismo?

Manuel: Así es, si y hasta cierto punto este, pues no sé cómo que quieras o no si presumía o me tomaba fotos y todo eso.

Ian: Y bueno eh, una cosa también, como dices del tomarte fotos quiero pensar, bueno es que he visto muchas personas ¿no? que cuando hacen ejercicios eh, lo que hacen es que suben, exponen su cuerpo a lo que va ¿no? en redes sociales y todo esto.

Manuel: Si

Ian: ¿Tu llegaste a ese grado igual?

Manuel: Si, así es, este yo pues subía fotos sin playera en su momento a, a Facebook que era lo único que tenía o lo que más estaba de moda en ese entonces, incluso me paso que amigas mías, o sea como que me tomaban foto solo del abdomen, es que ya sabes que solo en Facebook se subía pura babosada sin sentido, entonces subían una foto de mi abdomen y me etiquetaban, este entonces, si, si llegue a publicar fotografías en su momento o videos en los que entrenabas y obviamente uno entrenaba sin playera, era muy común entrenar en shortcito y pues uno los sabia y los publicaba, sí para que vieran como que él, el ejercicio que estábamos haciendo, pero pues también como para presumir un poco el cuerpo la verdad.

Ian: ¿Y llegaste a comparar tu físico dentro de la gimnasia? O sea, bueno igual dentro de la gimnasia o fuera de esta.

Manuel: Ah si, a cada rato, sobre todo con mis mismos compañeros, como la vez pasada te comentaba que éramos muchos, este de la edad o de la complexión y crecimos juntos, entonces vimos nuestros respectivos cambios físicos a cada rato... Y si la verdad de repente había uno que estaba más mamado o con más cuadros y si era como “a no mames tengo que chingarle más para estar como él o mejor” era como competencia entre nosotros.

Ian: Y más o menos como te hacía sentir entre, por ejemplo, en un momento en el que tu veías a alguien, no sé con el músculo más definido de entre tus amigos, o sea aparte de esto de tener que llegar como a, a su estándar de esa misma persona o superarlo, ¿más o menos como te sentías?

Manuel: No pues sí, si te da la envidia la verdad, este y asi hasta como que le quieres chingar más, bueno al menos yo, porque si me toco compas que tenían muchísimo más, no sé cuadros que yo, se les marcaban más mucho mejor o estaban más contorneado o más espaldones y si y si te daba como, como coraje, como que te daba, como que te hacía sentir este, pues si hizo sentir envidia y como es la palabra frustra, frustra, frustración y sí. A ver permíteme poquito eh.

Ian: Si está bien.

(se ausenta Manuel por 1 minuto)

Manuel: Listo ya, perdón.

Ian: Si, no, no te preocupes. Bueno si tuvieras tú que, que describir, o sea ¿cómo sería para ti un cuerpo masculino en sí?

Manuel: Uy para mí el cuerpo perfecto es el del gimnasta, esté desde siempre, desde que empecé e incluso ahorita que sigo sin hacer gimnasia para mi es el cuerpo perfecto y si hoy pudiera tenerlo, me gustaría y ¿cómo es? como te comentaba para mí ese es el cuerpo perfecto, el que es básicamente bien delineado todos tus músculos, piernas, tríceps, cuádriceps, hombros, espalda, pecho, abdomen todo, todo en sí, para mí el cuerpo ideal es el del gimnasta.

Ian: Igual es uno que detone masculinidad, me imagino.

Manuel: Si, si para mi ese es un cuerpo que, masculino y sabes para mi es un cuerpo masculino sin llegar a lo bruto, a lo grotesco, es como un cuerpo masculino elegante, porque me gusta asi como que, pues bien, formado, pero también que no llegue a lo que es así como demasiado, sino que se mantenga en una línea asi, como bien decente, que te veas bien, que no te veas grotesco, para mí.

Ian: Ok, bueno y para ti qué relación seria entre la, o sea ¿qué relación existe entre la fuerza y la imagen corporal y cual crees que tenga más importancia dentro de estas dos?

Manuel: Ok, para mi tiene más importancia la fuerza, porque hay gente que es así flaquita pero tiene fuerza y maña, la maña también es muy importante, este y vale más esto que tener una imagen corporal así muy cabrona, al menos en la gimnasia si no son de gimnasia, no importa que estés todo flaquito y que realmente haya gente más mamada que tú, pero si realmente tienes la fuerza necesaria para hacer los elementos ya con eso, porque la gimnasia es un deporte estético, pero el elemento se tiene que ver estético, no necesariamente tu cuerpo tiene que estar bonito ¿me explico?

Ian: Ok y bueno ¿cómo me describirías esto que es la, la maña?

Manuel: Ah perdón, ¿cómo dicen? “más vale..” no me acuerdo “más vale fuerza que maña” ¿lo has escuchado? no “más vale maña que fuerza, ¿has escuchado ese dicho? este que básicamente sepas hacer las cosas, este la gimnasia tiene algo que, puede que no seas el más mamado o el más fuerte pero si sabes cómo hacer los movimientos específicamente, por ejemplo hacer un cristo, para hacer un cristo no necesariamente tienes que estar super mamado del hombro, tienes que saber bloquear los hombros, entonces de nada te sirve tener un chingo de fuerza en los hombros si no sabes bloquearla, porque si te pones al tú por tú con alguien que sabe bloquear los hombros y alguien que simplemente usa fuerza en los hombros, va a durar más el que tiene el bloque en los hombros.

Ian: O sea, podrías más bien como describirlo como la, un control sobre el cuerpo mismo ¿no? o sea el poder controlarlo y manejarlo como uno quiere.

Manuel: Efectivamente y es que la gimnasia es un cuerpo, un deporte de control o sea tienes que controlar tu parado de manos, tienes que controlar desde tu postura de la cabeza hasta tus puntas de los pies, porque de lo contrario te quitan puntos

Ian: y también bueno, ahorita mencionabas algo sobre lo que viene siendo un cuerpo útil, o sea el que es, el que tiene la fuerza necesaria para poder desempeñarse en cualquier tarea.

Manuel: Así es, ¿quiere que indague más en eso?

Ian: Si, si pudieras por favor.

Manuel: Este pues básicamente es este, es eso ¿no? o sea uno físicamente o mentalmente capaz que quiere un cuerpo esté, estético y como me contabas hace rato de ¿que sentía yo si otra persona está más mamada que yo? pues si senti envidia pero era envidia de que mi físico no estaba como él, lo que si es que puede ser que mi habilidad era mayor a la de él sabes , entonces independientemente de que uno tiene el cuerpo que quisiera, si te daba ese cuerpo para tener el control y desarrollar los elementos necesarios, tú en la gimnasia ya la hacías y ya todo lo demás era mera vanidad, si querías estar más mamado o más marcado era por vanidad pero si tu cuerpo así como lo tenías delgado pero bien tonificado te da para hacer los ejercicios, ya no ocupabas más, porque te digo la gimnasia no es necesariamente un deporte de volumen, ahí no te toman en cuenta el volumen, puedes estar flaquito pero bien tonificado

o llenito pero bien ágil, entonces siempre y cuando lleves a cabo el ejercicio, realmente el cuerpo pasa a segundo plano, más bien ya sería pura vanidad de uno que quería estar como mamado.

Ian: Ok y bueno este para ti ¿tu como describirías? más bien ¿cuál es tu percepción sobre masculinidad?

Manuel: Este, ok vaya ¿con adjetivos o como lo describo? o te describo a un hombre que se me hace masculino?

Ian: Como gustes, o sea puede ser tú, si puede ser tu percepción de cómo sería una persona masculina o igual con adjetivos como decías.

Manuel: Esté ok, para mí la masculinidad no tiene que ver mucho con este, el comportamiento, ¿por qué? porque justamente en gimnasia, justamente a mucha gente se le hace que es un deporte femenino cuando no es cierto, es un deporte que te requiere mucho esfuerzo, seas femenino o masculino, es un deporte que requiere mucho esfuerzo, entonces ¿a qué voy con esto? que la, el concepto de masculinidad para mí no tiene necesariamente que ver con estar así como todo el tiempo con estar así, ser grotesco, escupir, decir groserías, comportarte de una manera ruda, sino que tú puedes tener la elegancia de un deporte o puedes tener, por ejemplo, yo hablo mucho con las manos soy así y mucha gente puede decir que eso es femenino, pero para mí no tiene nada que ver eso con la feminidad o la masculinidad, este ahora si yo considero que un hombre masculino pues esta, como que esté tonificado, como mamado pero también hasta eso no tiene que estar pegado con la elegancia o con ser dócil, hay gente que es masculina pero es elegante y de hecho a veces también me han dicho “es que tu no es que seas femenino, es que eres como elegante sabes, como muy propio, muy derecho” muchas veces la gente confunde la buena postura o el caminar de buena manera con la feminidad, para mí no tiene nada que ver, tú puedes ser masculino y caminar derecho y tener buena postura, no necesariamente debes de estar jorobado y enojado, escupir todo el tiempo, no sé si me explico, este y ya básicamente así yo definiría la masculinidad que la masculinidad no está peleada ni con lo femenino, ni con la elegancia, ni con la postura, que es algo que básicamente va mucho de la mano con la gimnasia, por eso muchas veces dicen que los que hacen gimnasia pues, pues eran gay, pues eran niñas o femeninos, por lo mismo de que, pues si podían tener un cuerpo muy acá pero eran elegantes y al caminar la postura se te nota sabes.

Ian: Ok y tú ¿qué tanta importancia tuvo esta percepción/concepción en ti, en cuanto a la construcción de tu cuerpo?

Manuel: A ver puede repetir la pregunta por favor.

Ian: Eh sí ¿qué tanta importancia tuvo esta percepción de la masculinidad en ti, sobre todo en la construcción de tu cuerpo?

Manuel: Ah ok, por ejemplo si este, tuvo mucha importancia porque eso hacía que yo no me sintiera mal conmigo mismo sabes, porque la gente luego decía “ay es que esta flaquito y camina así, seguramente es gay” tiro por viaje me hacían este comentario desde la primaria y secundaria, pero el hecho de que yo estuviera construyendo un cuerpo y tuviera cierta habilidad en gimnasia, como que a mí mentalmente y emocionalmente me ayudaba, a pesar de que me hacían estos comentarios yo decía “sí pero es que soy gimnasta” o sea sabes, como que no se si decir que me defendía de este lado pero decía “no pues que si me ve así es porque pues este tengo buena postura o soy elegante o tengo flexibilidad” sabes entonces sí tuvo bastante importancia esto.

Ian: Y bueno eh me imagino que llegaste a compartir esta opinión ¿no? a gente de tu alrededor, ¿más o menos qué opinión tenían ellos sobre esto?

Manuel: Pues por ejemplo hablando de mis compañeros este, de, de gimnasia les pasaba lo mismo, así que los molestaban de que decían “es que la gimnasia es deporte para niñas” y nosotros siempre les decíamos “a ver tu ven y ponte a hacer lo que nosotros” como que si nos poníamos al tú por tú de que “a se te hace que es de niñas” y no porque niñas sea débil, sino ya sabes el ejemplo que ponen siempre de que las niñas, este entonces ya como que compartimos la misma idea de “no mames nosotros somos chingones, hacemos un chingo de cosas, tenemos un buen de resistencia, flexibilidad y fuerza ya quisieran esas personas que nos están molestando y que nos hacen burla pues poder hacer esto” como que entre nosotros compartimos esa idea y pues misma idea tratábamos de externar, la verdad es que me tocó un ambiente muy saludable en cuanto a, a ¿cómo decirlo? al bullying y a que te molesten yo nunca sufrí de *bullying* y nunca me hicieron tanta burla por ese aspecto, pero si alguien me lo llegaba a comentar pues si le decía, “wey la neta es que estamos bien mamados, hacemos un chingo de cosas entonces, pues si piensas que es un deporte para niñas pues allá tú pero yo estoy seguro de mí mismo y de que es un deporte tanto para niñas como para hombres”

Ian: Ok y ¿dentro de tu ámbito familiar no llegó a pasar un comentario o no se?

Manuel: ah si, nunca llego a faltar el típico tío machista que hacía comentarios de que el baile y la gimnasia eran para niñas y gay y así pero la verdad son gente que te digo, yo la verdad no les daba la importancia que, pues no se merecían ninguna importancia y siento que yo siempre he sido como seguro de mí mismo, siempre me gusto el deporte y con mis compañeros coincidimos de que la gente iba a hablar y molestar pero si como cualquier persona en la secundaria me pudo haber dicho ese comentario, si me lo decía algún tío o algún familiar, este pues no lo pelaba porque dentro de mi núcleo familias papá, mamá y hermana, o sea la verdad no, siempre tuve su apoyo y nunca me dijeron que ese era un deporte para niñas, al contrario siempre nos motivaban y estaban en nuestras competencias, entonces, no de parte de mi familia al menos el núcleo familiar siempre tuve mucho su apoyo, nunca un mal comentario

Ian: Bueno pues mira, por el momento yo creo que ya viene siendo, eh todo, muchas gracias por tu tiempo y bueno posteriormente veremos si agendamos otra entrevista.

Manuel: Sí claro me avisas cualquier cosa.

Ian: Muchas gracias.

Manuel: A ti hasta luego.

Entrevista 3

Ian: Primero quiero empezar a recapitular un poco sobre lo que hablaste en las anteriores ¿no? Iniciando por esta parte que viene siendo el cuerpo. Tú me mencionabas que en cuanto a tu imagen corporal no... ¿cómo me explico?, mmm tú te sentías a gusto, contigo, con tu imagen corporal, no te, no había ningún problema en que te compararas con alguien fuera de la gimnasia, no obstante, también me comentabas que dentro de este ámbito de la gimnasia si estaba ese, ese problema ¿no?, o sea no problema, sino más bien esta cuestión.

CÉDULA

Fecha: 01/09/2023

Duración: 20 minutos

Entrevistador: Ian Leal

Entrevistado: Manuel

Plataforma: Meet

Observaciones:

Manuel: Esta cuestión, si claro lo veía sobre todo en el grupo femenil, este mi hermana estaba ahí en ese grupo, ella pues más chiquita ¿no?, más niña, pero si se veía mucho la diferencia de las niñas con un cuerpo un poco más ancho ¿sabes? Y así.

Ian: Eh bueno para comenzar igualmente te quería hacer una pregunta ¿tu cómo es que ves tu cuerpo? ¿cómo lo percibes?

Manuel: ¿hoy en día?

Ian: Si, ¿si puedes igual cuando estabas en gimnasia?

Manuel: Ah ok, este cuando estaba en gimnasia lo percibía bien, me agradaba, pero no me, no me llenaba al 100 ¿sabes?, quería estar más este, como quien dice “quería estar más mamado”, este no me afligía, pero si era como de que “no, todavía puedo tener mejor forma” o mi compa que estaba más flaco y ves que los flacos se les marca más rápidos los cuadros y decía “madres a mí no se me marcan tanto como a ese vato” pero en general estaba bien, me gustaba , si, si lo presumía la verdad, cada que podía este, me tomaba una foto o algo así.

Ian: Ok, y más que nada ¿actualmente cómo es que te percibes en tu cuerpo?

Manuel: Fíjate que, que ya me agüita, o sea estoy como muy flaco, porque curiosamente en vez de engordar cuando dejo el ejercicio, como que pues bajo de peso, de que mi mus, mis músculos o mi espalda o mis brazos se hacen flaquitos, entonces diario estoy así de que “ya voy a hacer ejercicio, ya voy a hacer ejercicio” porque quisiera recuperar el cuerpo que tenía cuando era gimnasta, como que si es una meta para mi volver a ese cuerpo, no he hecho nada al respecto porque soy muy desidioso, pero si, hoy en día quisiera tener el cuerpo que tenía cuando hacia gimnasia.

Ian: Ok, tu dirías más que nada la gimnasia te ayudo más que nada a... ¿cómo puedo planteártelo? Mmm no sé, o sea mantener tu cuerpo a una rutina

Manuel: O sea, de que ¿con la gimnasia yo podía mantener mi cuerpo con buena condición o en buena forma?

Ian: Si, pero un poco más que nada a esto de que tenerlo bajo una disciplina.

Manuel: Ah ok, de hecho, eso es una buena pregunta porque yo no tengo disciplina por mí mismo, pero cuando tengo el compromiso con el entrenador o con el equipo o que ya tengo el compromiso como el trabajo de la escuela, soy muy dedicado ¿sabes? Y comprometido, entonces el ir a gimnasia me ayudaba a tener buen cuerpo porque si fuera de lo contrario, yo no voy al gimnasio a cargar pesas o así o no salgo a correr porque no me nace, no tengo esa disciplina y la gimnasia al ser una disciplina tan exigente hacía que yo me comprometiera, ya sea por mí o por el entrenador o por mis papás que estaban pagando o porque simplemente era una rutina, entonces sí y eso para mí era genial porque era como, ¿Cómo decirlo?, ya yo solo tenía que llegar y hacer ejercicio y no era como la parte de que “ay tengo que ir al gimnasio o bueno hoy no voy” ¿sabes? Sino que ya me comprometía y básicamente era como “bueno es parte de mi día, a las 4:00 llego a hacer gimnasia y así”

Ian: Y bueno ¿Cuándo dejaste este lado de la gimnasia, esta disciplina, fue muy notorio el cambio?

Manuel: No, fue este, muy poco a poco, así poquito a poquito, de hecho, hoy en día sigo viendo, este no sé si se podría llamar la memoria muscular o así, pero de que todavía tengo ciertas capacidades y mi cuerpo tiene buena forma, yo me siento en forma de que no estoy así medio deforme, de que no sé, no estoy flaco con panza chelera o con los brazos súper flacos, sino que siento que si me pongo una playera apretadita o si estoy sin playera, me veo con forma, de hecho de repente mis compas me dicen “a mira si estas mamado” pero realmente no estoy mamado, sino que de la gimnasia, de tanto que hice la neta mi cuerpo se ha conservado bien, entonces si el cambio no fue notorio luego, luego, sino que fue... ¿cómo es? ¿Periódico? No, paulatino... o sea de que poco a poco.

Ian: Eh bueno, también te quería preguntar sobre ¿tu como percibes esta idea de entre cuerpo y gimnasia? O sea, como ves esta dicotomía entre ambas.

Manuel: Ay, me podrías decir que es dicotomía por favor.

Ian: Es esta... es que bueno no es como comparación, es este...

Manuel: ¿Cómo que dependen uno del otro?

Ian: Exactamente, exactamente

Manuel: Ah ok, entonces la pregunta es ¿Cómo veo esa parte de que se dependa una cosa de la otra?

Ian: Si, en cuanto a cuerpo y gimnasia. Esta relación cuerpo-gimnasia más bien

Manuel: Ok, pues justamente yo considero que la gimnasia es uno de los deportes más completos así de todos, porque aparte de que trabajas todo el cuerpo, también trabajas la mente, entonces este, por más que tengas el mejor cuerpo de todos que es el más mamado, si tu mente no está en sintonía con tu cuerpo, vales madre con la gimnasia, porque gran parte de la gimnasia es mental sabes, el hecho de saber la ¿Cómo dicen? La orientación del aire, o sea cuando vas en el *mortal*, saber la orientación, no es tu cuerpo, es tu mente, el hecho de saberte la rutina o controlar cada espacio, cada digamos musculo de tu cuerpo por así decirlo, es completamente mental, de hecho, te comentaba en otras este, en las otras entrevistas, yo tenía mucho el problema del miedo, yo era muy miedoso o soy muy miedoso este, entonces mi cuerpo tenía la capacidad física, o sea suficiente, todos me decían “no mames tienes todo” y si la verdad es que soy privilegiado, pues este mi cuerpo si reacciona bien sabes, esta chido ja, pero mi mente es otra cosa, mi mente esta toda sonsa y pienso mucho las cosas y las analizo y ya al final me da miedo, entonces siempre tuve como que ese problema ¿sabes?, esa relación mente-cuerpo me costaba mucho ponerla en sintonía, mi cuerpo siempre estaba arriba de mi mente, me refiero a que mi cuerpo podía más, pero mi mente no lo dejaba.

Ian: Ok, ok, eh ¿qué más? Mmm si bueno si recuerdo que me comentabas que tenías problema con un ejercicio.

Manuel: Si

Ian: ¿Podrías ahondar un poco más entre esto de cuerpo y mente?

Manuel: Mmm, ¿pero algo en específico que quieras como que te cuente?

Ian: Más que nada dentro de la gimnasia.

Manuel: Aja, o sea por ejemplo ¿hablando desde mi perspectiva de cómo me afectaba?

Ian: Si.

Manuel: Mm, este pues sin ser muy repetitivo de lo que te había comentado la vez pasada, a mí me afectaba mucho y me frustraba mucho, a tal nivel de llorar de coraje, tanto así que la única vez que he ido al psicólogo, o sea no quiero decir que (ininteligible) está bien, pero la única vez que he ido ha sido por la gimnasia, porque mi mente no me dejaba hacer las cosas, de que yo estaba traumando, o sea era un trauma tal cual, entonces a mí me daba mucho, mucho coraje y mucha frustración sobre todo, porque yo sabía que mi cuerpo podía, la gente me lo decía y hasta me molestaba que me lo dijeran, era como “ya sé que puedo” este por ejemplo, mi hermana siempre tuvo mucha capacidad corporal y... nos apellidamos Valladares ¿no?, entonces siempre nos hacían así la burla los profesores “ay lo Valladares, es que tienen todo pero son bien miedosos” o algo así ¿no? Y quieras o no si te agüitaba de que, o sea tu ya lo sabes, es como cuando alguien está, no sé, tiene acné, uno sabe que tiene acné y de repente llegan los compas o los entrenadores y dicen “no mames, tienes acné” y tú por dentro estas de “si ya lo sé y he batallado con eso y me frustra mucho y me hace llorar”

entonces el hecho de que todavía te lo dijeran era como “no mames, está peor” y casi casi te querías romper allá y llorar, este te digo yo no estaba tan chiquito, ya estaba en secundaria-prepa y aun así, pues si me hacía llorar de coraje, yo mismo... me daba coraje no poder tener esa relación mente, mente-cuerpo, sin embargo, eso es como mi lado malo, la experiencia personal, pero la otra parte es este, digamos que lo padre, lo que me gusta, es que está bien cabron, o sea yo siempre hablaba con un amigo que también hacia gimnasia, de que la neta el ser gimnastas, o sea va a sonar súper mamador ya lo sé, pero te lo juro que solo decíamos como que él y yo entre confianza, pero al ser gimnastas te volvías superior, o sea a mucha gente, porque tu mente trabaja de otra forma, o sea, porque podías hacer cosas que otra gente no, de que en la vida diaria si te servía la gimnasia, o sea, de que si la usabas, obviamente no te ponías a hacer mortales en trabajo, pero de repente en las fiestas sacabas este, así de que el *mortal* o así o no sé, o sea, el hecho de que trabajaras también la mente te daba cierta emoción, a por ejemplo, para otras cosas de que te metías a baile o a otro deporte o así, la verdad yo siento que los gimnastas nos desempeñamos muy bien ¿por qué? Porque nuestra relación de la mente con el cuerpo era muy buena y muy fuerte, por ende pues en otro deporte explicaban digamos, las posturas o que tenías que hacer y al menos yo en lo personas pues como mi mente y mi cuerpo ya estaban acostumbrados a trabajar juntos, me era más sencillo o aprendía más rápido, yo siento eso, que otro deportes los puedo aprender más rápido, que pues a alguien que nunca ha hecho gimnasia en su vida, o deporte tal vez, todos los deportes son así, pero yo te estoy hablando desde mi perspectiva de la gimnasia y así ¿Cómo ves, si te está funcionando así o algo más?

Ian: No, está perfecto, algo retomando un poco esto sobre lo de tu hermana, más que nada ¿tu como veías estos entrenamientos entre hombre y mujer? O sea, bueno, más bien, entre hombres y mujeres, ¿los ponían a entrenar de forma mixta o los separaban ya sea de un lado cada quien o en diferentes horas?

Manuel: Ok, definitivamente nunca era mixto, así jamás, y si llegaba a ser mixto era como, como hora libre, como que los entrenadores ya decían “ay pues es viernes, vamos a ponerlos juntos” y hacíamos líneas de gimnasia, este por ejemplo de que nos poníamos en el pódium y cada quien pasaba a hacer un *mortal* y luego tenía que repetirlo y así, eran como retos ¿no? Pero ya era juego ya no era entrenamiento, esto no creo que se dé principalmente a la diferencia de géneros, como por ejemplo en el futbol, que ahí si los dividen que ahí si los hombres tienen ventaja sobre las mujeres la verdad, en algunas disciplinas, sin embargo, aquí en gimnasia si nos dividían porque todos los ejercicios de las son distintos a los de los hombres, obviamente sí coinciden las bases en general, pero empezando desde los aparatos, las rutinas y hasta las postura eran diferente, por ejemplo, es un decir ¿no? Una *arabesca*, que es un ejercicio para hombre y mujer, pero de hombre es diferente ola postura se ve diferente al de una mujer, las puntas también son diferentes, las manos, por ejemplo, los hombres tienen que tenerlas como aletas, así todas pegadas y tiesas como escolta, y las mujeres las tienen que poner como bailarina, este ese es un ejemplo así como chiquito, pero

es como el ejemplo de que engloba todo de que los entrenamientos de hombres y mujeres no pueden ser mixtos normalmente por eso, porque las rutinas de las mujeres son muy distintas a las de los hombres y tienen que llevar otro proceso, si bien con las mismas bases y las mismas posturas, porque las posturas a final de cuenta son las bases, las mismas pero muy diferentes, entonces, respondiendo a tus demás preguntas respecto a esto, pues el gimnasio de entrada en el que estoy yo por suerte, pues era grande, porque supongo que hay gimnasios pequeños o talleres, escuelas así que no se pueden dar el lujo y si tienen que hacerlos mixtos, pero ahí por ejemplo, que tenían muchos entrenadores y muchos elementos y era muy grande el gimnasio, las mujeres entrenaban en un lado y los hombres en otro, si de repente había elementos que sí coinciden, como por ejemplo, en mujeres y hombres hay salto, está la pista de salto y el caballo, también este en mujeres y hombres hay pódium, pódium es piso donde haces las acrobacias, ahí sí coinciden los elementos, no los ejercicios, nada más los elementos, entonces tenían que organizarse los entrenadores para rotar en todo momento, así tal cual como en el gimnasio cuando alguien está ocupando unas pesas y tú haces otro ejercicio mientras él hace ese ejercicio y se van rotando los instrumentos, entonces aquí también así, en épocas de competencias sobre todo pues tenían que tener los (inentendible) de que “ok, femenil va a hacer sus rutinas de 4:00-5:00 y ya varonil de 5:00-6:00” porque pues solo había un pódium, entonces así era, también cada equipo tenía a su entrenador, o sea de que femenil y varonil y también era por edades, en varonil casi nunca nos separaron por edades porque éramos muy poquitos, casi a los hombres no les gusta hacer gimnasia, pero mujeres era típico que las inscriben en gimnasia ¿no?, entonces en mujeres si había como tres horarios de que las de preescolar, las de primaria y a partir de secundaria ya estaban con las demás, este... y, y pues ya, había un entrenador para cada uno de ellos, era la entrenadora para preescolar, la entrenadora para las de primaria y ya el entrenador chido por así decirlo, que era el que ya entrenaba a las más grandes o a las que tenían más potencial por así decirlo, ah porque también eso, no sé si va al caso el comentario pero en él, en el gimnasio se ve quien tiene mucho potencial y quien no y luego los entrenadores le ponen atención a esa personas ¿sabes?, casi casi a veces solo el entrenador como que se agarra a esa gimnasta y se la queda y entrena porque luego se ve el potencial y por ende la preferencia.

Ian: Ok, en cuanto a esto de que los separaban, de alguna manera, no sé, en tus inicios ¿no te llegaste a sentir algo incómodo? Un poco referente a que te está viendo pues el sexo opuesto ¿no?, más que nada y por todo esto de las posturas y más que nada por esta mentalidad que se tiene de la gimnasia de que es un deporte para mujeres y obviamente al ser un hombre no sé cómo te llego a afectar esto.

Manuel: Por ejemplo, ahí con las de gimnasia, no, si no llevábamos bien, tal si me daba un poco de pena cuando traía mis shortsitos, porque pues si usas poca ropa y está todo pegadito, entonces a mi si me daba como que pena que vieran como que se me marcar algo o así, o que vieran que uno tiene las piernas peludas y las axilas y ellas así todas bonitas y depiladas, digo todos íbamos a lo que íbamos, a sudar y a vernos de la patada, pero, pero si me daba un

poquito de pena pero x, es lo normal, así como cuando no sé, cuando sales con una chica muy guapa y ya te da pena así como que tu llevaste ya jersey de futbol, es un decir, pero lo que si me daba como pena era con otra gente, que nada que ver con gimnasia, por ejemplo que entraban los de tenis, ah porque pues como iba en un club deportivo como que estaba muy marcado, así los de tenis, los de natación y los de gimnasia, entonces si de repente por alguna razón el equipo de tenis o de natación se les ocurría meterse al gimnasio de gimnasia, como que si decíamos “esos weyes que, que es lo que están viendo, que quieren” y de repente si podíamos llegar a sentir que hacían uno que otro comentario burlándose de nosotros, así de que, no sé, pues este ellos sus deportes son muy, muy distinto, la natación es igual como que igual súper exigente y es, no sé muy varonil y el tenis es como que muy fresón y de que acá y de que “mis tenis y mi raqueta” y así más, más payaso el asunto y gimnasia era como, yo siento que éramos como los rechazados de que el club luego ni nos invertía ni nos pelaba y así y en cambio tenis era como “no mames, todo dénselo a los de tenis, todo el presupuesto” y así, entonces ahí si me llegaba a sentir un poquito menos, pero más que nada era como que te molestabas y estabas con tus compas así de que “¿que wey y usted que me ve?” así como en la fiesta ¿no? Y que alguien se te queda viendo y ya vas con tus compas “oye es que este wey me está viendo y quien sabe que “algo así me sentía.

Ian: Ok, perfecto, bueno como te mencione esta ya iba a ser la última, bueno para nosotros teníamos planeado darte a forma de retribución por tu apoyo darte una copia de esta investigación cuando esté completada, no sé si gustes o busques alguna otra cosa.

Manuel: No, no, no, esta padre eso, me interesaría, si me la aventaría, si con mucho gusto si me la puedes hacer llegar.

Ian: Vale, vale, entonces en cuanto nosotros la tengamos igual nosotros te la mandamos y bueno sería todo.

Manuel: Muy bien muchas gracias, buena tarde bye.

Ian: Bye