

La construcción psico-social del cuerpo ideal en gimnastas mexicanas retiradas del alto rendimiento¹⁹

Tatiana Aguiar-Montealegre²⁰ y Bertha Elvia Taracena-Ruiz²¹

Universidad Nacional Autónoma de México

Resumen

Partiendo de una visión socio-clínica, este trabajo exploró la construcción del cuerpo ideal y sus costes físicos y psicológicos. Se realizaron entrevistas biográficas con tres gimnastas retiradas del alto rendimiento y se analizó el material discursivo en dos etapas (codificación heurística e interpretación socio-clínica). Los principales costes fueron problemas en la alimentación, lesiones e imagen corporal negativa. Se concluye que las participantes intentaron cumplir con un nivel de exigencia corporal que iba en contra de sus características genéticas y esto se asoció con diversas experiencias de fracaso. El cuerpo ideal en la gimnasia es una construcción psico-social fomentada por la institución deportiva, reforzada por los entrenadores, aceptada por las familias y perseguida por las atletas.

Palabras clave: cuerpo ideal, gimnasia artística, socio-clínica.

¹⁹ Este artículo se deriva del trabajo de la primera autora para optar por el grado de Doctora en Psicología que fue financiado por el Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología de México (código 411222/263510).

²⁰ Licenciada en Psicología por la Universidad de Costa Rica. Estudiante del Doctorado en Psicología de la UNAM, FES Iztacala. Examen de Candidatura aprobado. Correo electrónico: tatiana_24_a@yahoo.com

²¹ Doctora en Ciencias de la Educación por la Universidad París VIII. Profesora-Investigadora Titular C tiempo completo del Área de Desarrollo y Educación de la Facultad de Estudios Superiores Iztacala, UNAM. Coordinadora del Programa "Subjetividad y Sociedad" de la Carrera de Psicología. Correo electrónico: etaracena@yahoo.com

Abstract

This investigation identifies, from a socio-clinic perspective, the ideal body-type construction and its physical and psychological costs. Biographic interviews were held with three retired, elite gymnasts. A two-stage approach (heuristic codification and socio-clinic interpretation) was used to analyze the discursive material. The main detected costs were eating disorders, injuries, and negative self-image. The authors come to the conclusion that the participants tried to fulfill a level of corporal requirements that went against their genetic body features, and this was associated with several sport failure experiences. The ideal body-type in gymnastics is a psycho-social construction promoted by the institution, reinforced by the coaches, accepted by the families, and pursued by the athletes.

Key words: Ideal body-type, Artistic Gymnastics, Socio-Clinic approach.

Introducción

La metamorfosis de la Gimnasia Artística hacia un deporte de niñas y no de mujeres tuvo sus inicios en los años 70 cuando Olga Korbut y Nadia Comaneci mostraron la facilidad con que pueden hacerse movimientos con un cuerpo sin curvas ni apariencia adulta (Kerr, 2006). La posterior idealización de este cuerpo desembocó en la ilusión de que es posible tener una ejecución perfecta, siempre y cuando la gimnasta sea pequeña y delgada.

Las consecuencias de esta transformación pueden apreciarse en quienes actualmente practican este deporte. Muchas atletas se ven involucradas en una triada femenina devastadora (Nichols, Rauh,

Lawson, Ji & Barkai, 2006): desórdenes alimentarios, amenorrea y osteoporosis. Las atletas que participan en actividades deportivas estéticas tienen mayor probabilidad de reportar insatisfacción corporal y ser diagnosticadas con un trastorno de la conducta alimentaria que deportistas de disciplinas que no dependen de la estética o del peso (Berry & Howe, 2000).

Elendu y Umeakuka (2010) mostraron que ocho de cada diez gimnastas utilizaban, en algún momento de su carrera deportiva, prácticas inadecuadas para bajar de peso: disminuir el consumo de calorías, aumentar el gasto de calorías, restringir la ingesta de comida, sobre-ejercitarse y

deshidratarse. Otros investigadores descubrieron que las atletas de diversos deportes llegan a presentar comportamientos patológicos: vómito luego de atracones de comida y uso de laxantes o diuréticos (Nichols et al., 2006).

Someterse a los estrictos entrenamientos de la gimnasia y no consumir los suficientes alimentos puede retrasar la menarca, esto tiende a afectar el crecimiento esquelético por los bajos niveles de estrógeno (Ryan, 2000). No es difícil imaginar las graves consecuencias de tener deficiencias hormonales en esta etapa y su posible vinculación con la tasa de lesiones en este deporte.

En la Gimnasia Artística Femenina las lesiones son tan comunes que ciertas atletas las perciben como una prueba de pertenecer a la élite: "Yo lucía mi primer hueso quebrado como una medalla de honor, significando el rito de pasaje hacia una atleta seria" (Sey, 2009, p. 204). Éstas disminuyen la posibilidad de entrenar y pueden provocar un aumento del porcentaje de grasa.

No quisiéramos con esta introducción insinuar que todas las gimnastas de élite emergen del deporte con problemas emocionales y físicos. Muchas salen enriquecidas luego de vivir la presión y las demandas físicas de la disciplina; e

inclusive comentan que los valores deportivos (auto-superación, esfuerzo, perseverancia, disciplina, etc.) benefician enormemente sus vidas. Sin embargo, otras pagan un alto precio por alcanzar lo que la institución propone.

Para llegar a ser una atleta exitosa se necesita más que destreza física; se requiere una disposición psíquica particular y una atracción por los desafíos permanentes. Aubert y Gaulejac (1993) consideran que esto corresponde a personas cuya historia personal y formación psíquica las vuelve más propensas a la tentación de la excelencia. Esta tentación se traduce en la creencia que existe "la obligación de ser fuerte, la imposibilidad de fracasar o de mostrarse débil, la necesidad de cumplir con los objetivos que uno mismo ha establecido, cueste lo que cueste" (Aubert & Gaulejac, 1993, p. 117).

La búsqueda de la excelencia en el deporte conduce al desafío de tener un cuerpo determinado. La construcción de la representación sobre el cuerpo ideal necesita entenderse desde una mirada multirreferencial. Por ello, quisimos profundizar en esto desde la articulación que propone la socio-clínica entre los registros macro (las políticas del deporte), meso (la familia) y micro (la gimnasta). Nuestra investigación tuvo como pro-

pósito explorar la construcción del cuerpo ideal y sus costes físicos y psicológicos.

La perspectiva socio-clínica es una aproximación teórico-metodológica que busca destacar el influjo de lo social en las historias individuales a través de un análisis multirreferencial (Gaulejac, 2008). De esta forma, se toman en cuenta las determinaciones sociales para abordar las determinaciones psicológicas y viceversa. Al considerar que todos los fenómenos son atravesados por los registros psíquico y social, y que éstos son irreductibles, se vuelve necesario estudiar la dinámica de esta articulación (Gaulejac, 2008).

Esta aproximación se dirige hacia la comprensión de los procesos a partir de la singularidad de cada persona entrevistada, buscando estar lo más cerca posible de su vivencia. Para la socio-clínica, el individuo "es el producto de una historia de la cual busca devenir sujeto" (Gaulejac, Rodríguez & Taracena-Ruiz, 2005, p. 12). Cada sujeto se produce a través de eventos que constituyen su historia singular; sin embargo, también es un actor pues tiene la capacidad de intervenir sobre su propia vida. Finalmente, es productor de historias a través de sus actividades y sus palabras. Así, "es el hecho 'de tener' una historia lo que permite 'hacer' una historia" (Gaulejac et al., 2005, p. 82).

Método y estrategia de análisis

Este estudio utilizó el enfoque cualitativo y el método biográfico. Por un lado, elegimos este acercamiento pues ser objetivos no consiste en neutralizar la subjetividad de participantes e investigadores, sino en comprender cómo interviene en la producción del conocimiento (Gaulejac et al., 2005).

En las entrevistas biográficas, el intercambio de narraciones hace posible una co-construcción del conocimiento que desintegra aquellas fronteras cuidadosamente trazadas entre investigador (sujeto) y participante (objeto) (Gaulejac, 2008). Una de las ventajas de este tipo de entrevistas es que brinda a los participantes la posibilidad de construir significados para la vida que narran. De esta manera, la entrevista no supone simplemente "vaciar una crónica de acontecimientos vividos, sino esforzarse por darle un sentido al pasado y, por ende, a la situación presente" (Bertaux, 1999, p. 12).

Realizamos cuatro entrevistas biográficas (Bertaux, 1986) con tres gimnastas mexicanas retiradas que en algún momento de su trayectoria deportiva hubieran entrenado para competir a nivel olímpico, para un total de doce encuentros

de entrevista hasta cumplir con el criterio de saturación de la información (Bertaux, 1999).

Llamaremos a nuestras participantes Silvia, Viviana y Amanda. Las tres estuvieron de acuerdo en firmar un consentimiento informado que explicitaba el número de entrevistas, su duración, los objetivos de la investigación y los términos de confidencialidad. Una vez concluidos todos los encuentros de entrevista, se les entregó una copia completa de las transcripciones para que tuvieran la posibilidad de eliminar aquellos fragmentos que quisieran excluir del análisis. Ninguna de ellas decidió eliminar segmentos de la entrevista.

Diseñamos una estrategia de análisis en dos fases: La primera consistió en una codificación heurística que incluía no solamente fragmentar los relatos sino también en encontrar vínculos entre códigos y conceptos con el fin de utilizarlos como dispositivos heurísticos (Coffey & Atkinson, 2005). La segunda fase fue de interpretación socio-clínica tal como la entiende Gaulejac (2002). Al retomar las nociones de irreductible social e irreductible psíquico, nos dimos a la tarea de aislar los componentes sociales y los individuales para luego “analizar de qué manera se combinan, se influyen, se sostienen, se conectan o se intrincan” (Gaulejac, 2008, p. 14). Esta relación

entre los aspectos individuales y sociales obliga de inmediato a considerar la multidimensionalidad de lo vivido: las características individuales de las gimnastas (micro), de sus familias (meso), y todos aquellos aspectos asociados a las políticas del deporte y la institución deportiva (macro).

Resultados

La codificación de 273 páginas de transcripciones derivó cuatro temas: tentación de la excelencia, características del cuerpo ideal en gimnasia, los problemas de alimentación de las deportistas y sus principales lesiones.

Silvia, Viviana y Amanda ingresaron a la gimnasia desde pequeñas. Sus padres decidieron llevarlas a clases lúdicas pues querían canalizar su energía y mantenerlas ocupadas. Ellas iniciaron entrenando tres veces a la semana (noventa minutos), y se involucraron paulatinamente en el deporte hasta llegar a cumplir con dos sesiones de entrenamiento diarias (entre seis y ocho horas) seis veces a la semana. Su fascinación por el deporte estaba ligada a un deseo por superarse y sobresalir.

Notamos que la tentación de la excelencia puede transmitirse de generación en generación. La mamá de Silvia, pese a nunca haber estado invo-

lucrada en un deporte, inculcó una estricta disciplina de entrenamiento: “No se trata de que vayas un día sí y un día no (...). No voy a estar perdiendo el tiempo. Vamos a ir [a entrenar] todos los días o ninguno.” Para ella, la constancia constituía un valor central dentro y fuera del deporte.

En el caso de Viviana, la tendencia a buscar la excelencia provenía tanto de su familia como de su interior. Cuando tenía 9 años, notó que su entrenador era poco estricto y eso le impedía aprender elementos de mayor dificultad. Entonces buscó un reemplazo: “Yo veía al otro entrenador que era muy bueno. Era muy cabrón: les gritaba, les pegaba y así, pero era muy bueno... y [sus gimnastas] avanzaban.” El deseo por avanzar era tan fuerte que las agresiones físicas y verbales parecían aceptables para ella y para su mamá. Ésta sintió que el éxito de su hija requería soportar este tipo de comportamientos. Si Viviana estaba dispuesta a vivir maltratos corporales con tal de aproximarse a la élite deportiva, ella se lo permitiría. Las demandas de la institución deportiva se dirigen a convencer a las gimnastas que necesitan un cuerpo que no sólo tolere maltratos sino que sea moldeado de forma particular.

El cuerpo ideal de la gimnasia que describieron nuestras participantes es musculoso pero suma-

mente delgado (con muy bajo porcentaje de grasa). Amanda reconoce que los músculos abultados en brazos y tronco eran necesarios para ciertos movimientos. Sin embargo, se sentía tan preocupada por verse poco femenina que durante la preparatoria no se quitaba el sweater ni siquiera en verano. “Mi cuerpo se veía muy trabajado, muy deportivo. No deportivo estético, sino deportivo robusto.”

En las entrevistas encontramos múltiples referencias a los sacrificios que las participantes estaban dispuestas a hacer para cumplir con las expectativas corporales de la institución. Esta información era esperada, pero no imaginábamos que la sensación de tener un cuerpo inadecuado iniciara desde edades tan cortas y provocara problemas en la alimentación.

Cuando Silvia tenía 6 años, una de sus compañeras del equipo solía molestarla diciéndole que sus piernas eran demasiado gordas. Además, durante su adolescencia, la pesaban cuatro veces al día (antes y después de cada entrenamiento): “Si veían que subías 100 gramos, era de: ‘¿Qué comiste?’ ‘No sé. Comí algo, perdón’...” Su mamá intervenía para quitarle importancia a los comentarios de los entrenadores e instar a su hija a comer sin restricciones. No obstante, pese a que

Silvia nunca tuvo problemas de alimentación durante su trayectoria como gimnasta, luego de su retiro empezó a sentirse insatisfecha con su cuerpo. Incluso mencionó que tiene miedo de convertirse algún día en anoréxica por haber escuchado cómo la juzgaban durante años: "Llega un punto donde me sigo viendo gorda, a pesar de que la ropa ya me queda volando. Todavía no veo la persona que yo quisiera ver."

Por su parte, Amanda decidió bajar de peso en su adolescencia.

Me decían: "Estás gorda (...), ¿qué te panzó?" Entonces, previo a una competencia, empecé a dejar de comer (...). Mi mamá me decía: 'Hija, ¿ya comiste?' Yo (...)le echaba cualquier choro mareador. Comía una barrita de cereal... y era todo lo que comía en el día. Bajé como seis kilos en un mes. [Mis entrenadoras] andaban: '¡Ay, te ves súper bien!' Alentándote. Seguí dejando de comer hasta que mi mamá se dio cuenta (...) y le dijo a mi entrenadora. Ella me súper regañó. Y yo así: '¿Entonces qué quieres?'"

Este fragmento presenta aspectos de gran interés. El primero de ellos es la mirada de las entrenadoras que impulsa una inconformidad con el cuerpo; el juego de palabras entre el verbo "pasó" y el sus-

tantivo "panza" lo saca a relucir. La inconformidad se acrecienta antes de un evento deportivo. Esta entrevistada deja de comer cuando se acercaba una competencia. Un segundo elemento a rescatar es la reacción familiar. La mamá de Amanda nota que ha dejado de comer. La súbita disminución del peso llegó a provocar preocupación por la salud de su hija, dado que el cuerpo deportivo no necesariamente es un cuerpo saludable. Por último, la reacción de la entrenadora representa el inicio de una gran confusión en ella. Amanda sentía que su comportamiento estaba dirigido a complacerla y, contradictoriamente, ésta reacciona negativamente al enterarse de los métodos utilizados por su atleta para bajar de peso.

Viviana también creció escuchando que sus entrenadores hacían comentarios negativos de su cuerpo y a los 15 años decidió bajar de peso.

"Si Óscar me trataba de: 'Eres una gorda', pues Ana, peor: '¡Que mira nada más esas piernas! ¡Si no bajas de peso, nunca vas a hacer nada!' (...). Entonces tomé la decisión de bajar de peso. (...). Mi mamá siempre ha sido de servirnos mucho de comer pues es de familia pobre (...). Yo comía y vomitaba. Me bañaba y me iba a entrenar. Como llegaba antes, me iba a correr (...). Empecé a sentirme más ligera; pero me empecé a lastimar".

Viviana articula en el anterior testimonio las esferas social, familiar e individual de forma interesante. Ella admite que los comentarios de sus entrenadores influenciaron enormemente el sentirse una gimnasta que necesitaba bajar de peso. Aunado a esto, el hecho que la familia de su mamá haya vivido momentos de pobreza en donde la comida escaseaba, tuvo repercusiones en la relación que ella estableció con los alimentos. Esta exigencia corporal, que parecía haber dado resultado cuando se sentía más delgada y ligera, debilitó su cuerpo y lo hizo más propenso a las lesiones.

Con respecto a las principales lesiones, Viviana es quien menos las experimentó, aunque fue la única de las entrevistadas en tener una intervención quirúrgica. Ella también tuvo esguinces en los tobillos e hiper-extensión en las dos rodillas. Esta entrevistada recuerda haberse sentido culpable cuando tuvo la hiper-extensión; pues se lastimó al hacer un ejercicio que no le había pedido su entrenadora. Mientras estaba recuperándose, no podía parar de pensar en lo que se estaba perdiendo y en cuánto trabajo le había costado llegar a ese nivel deportivo. Cuando regresó al gimnasio, no le daba tiempo de ir a terapia por lo que durante años vivió con dolor en la rodilla.

Amanda siente que su trayectoria deportiva en la gimnasia estuvo marcada por muchas dificultades físicas. Pese a sentir que de niña aprendía con facilidad ciertos elementos de dificultad, a partir de los nueve años se enfrentó a una serie de lesiones que comenzaron a impedirle entrenar: "Me rompí un brazo, y después, más adelante me rompí los dos pies. Tuve fractura de una de mis vértebras. O sea, de lesiones, no paré. La verdad es que sí fue algo muy atropellado." Luego de casi una década de haber dejado de entrenar, Amanda todavía tiene problemas en sus tobillos: "Me cuesta mucho trabajo bajar las escaleras de frente. En las mañanas, sobre todo, me duele mucho. Entonces tengo que bajar de lado."

Por su parte, Silvia reportó haber experimentado diez esguinces en los tobillos, una luxación en un codo, subluxación e hiperextensión en una rodilla, fisura en un dedo del pie y tendinitis en un hombro. Pese a esto, considera que esta cantidad de lesiones es menor a la usual: "Me fue bastante bien en la feria." De hecho, en una ocasión optó por competir en una final de Potro, pese a estar lastimada de una rodilla: "Me dolía mucho. Pero no iba a decir nada (...). Pensé: 'Silvia, aunque te rompas la rodilla, tú plantas'..." El verbo plantar en gimnasia hace referencia a aterrizar un movimiento sin dar pasos. Silvia estaba dispuesta a

soportar gran dolor y una posible lesión con tal de ejecutar su salto.

El proceso de transmisión de valores deportivos busca que, desde pequeñas, las atletas reconozcan que los entrenamientos serán sumamente exigentes a nivel físico y que una lesión no debe impedir continuar entrenando. En palabras de Viviana: "Esto no es Barbies, es gimnasia (...). Si te cansas, si te duelen los músculos, si sientes que ya no puedes más... así es esto."

Hasta el momento hemos descrito las consecuencias de buscar el cuerpo ideal fomentado por la institución deportiva. Esta búsqueda pocas veces se asocia con la idea de fracaso, pero notamos que estas nociones se encontraban estrechamente ligadas para Silvia, Viviana y Amanda.

Los años de entrenamiento de Silvia tuvieron un súbito final cuando no fue elegida para competir en un campeonato mundial. La federación organizó un selectivo para determinar a las cuatro gimnastas que irían a la competencia. Silvia recuerda que, al quedar cuarta, se anunció que sólo tres serían elegidas. Esto consolidó la idea que sus esfuerzos eran inútiles. "A mí me castigaron mucho siempre... hasta cierto punto, porque nunca me vi (...) espigadita."

Vinculamos esta experiencia de Silvia con los registros macro y micro. Con respecto al primero, es claro que la imagen ideal del cuerpo de esta gimnasta es reforzada constantemente por entrenadores y federativos. Por ejemplo, desde pequeña solían comentarle que era muy gordita. Esto le daba la sensación que estaba en desventaja cuando llegaba a la competencia, pues su ejercicio se vería menos estético que el de gimnastas más delgadas. Desde el punto de vista personal, el selectivo resultaba importante para Silvia pues era su última oportunidad de competir de clasificar para las Olimpiadas.

Cuando le preguntamos a Viviana si había vivido alguna experiencia de fracaso, ella nos compartió el siguiente recuerdo:

"Un día llegó el presidente de la federación a felicitarnos. Habíamos ido a competir y nos había ido bien a todas (...). Ana dijo: 'A ver, vengan para acá. (...) No, no, no. Tú no (...).' Cuando se había ido, se acerca Ana y me dice: 'Te dejó dicho el presidente que no hay gimnastas gordas'".

Esta experiencia constituye una de las descripciones más claras de la oposición y articulación entre la lógica de éxito personal y la institucional. Desde el registro micro, Viviana vive gran satisfacción por

los resultados obtenidos en la competencia; la posición que le otorgaron los jueces muestra que está al nivel que sus compañeras, pese a las diferencias corporales. Sin embargo, Ana, su entrenadora, piensa lo contrario y por eso la priva de reconocimiento.

Sospechamos que esta entrenadora aprovecha la visita del representante institucional para dar a conocer que su atleta está pasada de peso. No existen elementos en el relato que muestren que el presidente es quien excluye a Viviana de la felicitación grupal. Es Ana quien comienza a modificar la noción de fracaso de su alumna para que incluya aspectos del ideal corporal. Ana invalida la clasificación establecida por los jueces y determina que el éxito se alcanza al combinar cuerpo ideal y desempeño.

Amanda enfrentó un encadenamiento de lesiones graves que le impidieron concretar su meta olímpica. La más fuerte fue una fisura de vértebra. En el momento de la lesión, sus entrenadores pensaron que se trataba de una inflamación leve. Pero llegó el día en el que Amanda perdió sensibilidad en sus piernas y se desplomó al suelo, pues la fisura había comenzado a irritar el nervio ciático. Luego de esto, un fisioterapeuta la instó a dejar la gimnasia. Entonces Amanda decidió practicar otra

disciplina. Su mamá se sintió aliviada pero su papá casi le dejó de hablar. Éste le comentó enfurecido que el nuevo deporte era “para los frustrados.”

Notamos en esta última aseveración aspectos que corresponden a los registros meso y micro. Con respecto al primero, el familiar, llama la atención la valoración jerárquica de las disciplinas. Para el papá de nuestra entrevistada, pareciera que los deportes más riesgosos (con más elementos aéreos) cobrarán valor por encima de aquellos que conllevan menos riesgo físico.

Cuando tomamos en cuenta el registro micro, salta a la vista la desilusión de Amanda ante el cierre de su trayectoria deportiva. Sus esfuerzos por tener un cuerpo capaz de realizar las proezas acrobáticas resultaron insuficientes. Fue el aspecto corporal el que finalmente frenó sus posibilidades de participar en los Juegos Olímpicos.

Tomando en consideración las tres experiencias de fracaso que discutimos, es posible notar los distintos grados en los cuales las entrevistadas perciben que su sensación de fracaso se relaciona con la lógica institucional. Silvia es quien se percata con mayor claridad que un cambio en las creencias y las políticas institucionales hubiera provo-

cado que algunas experiencias “de fracaso” fueran, por el contrario, “de éxito”. En el caso de Viviana, el que su entrenadora invalidara los resultados obtenidos en una competencia la hace dudar de las causas aparentemente personales de su sensación de fracaso. Esto provoca una confrontación interna y un cuestionamiento de si los sacrificios que hizo con tal de ser una gimnasta valieron la pena.

Contrario a ellas dos, Amanda deja por completo de lado los aspectos institucionales a la hora de dar sentido a su vivencia deportiva. Ella no reflexiona en torno a los significados particulares que la institución deportiva asocia con fracaso y tampoco toma en cuenta las consecuencias físicas de las exigencias corporales a los atletas de alto rendimiento. No son los deportistas los culpables de incumplir con las demandas del alto rendimiento. Muchas veces es la estructura deportiva la que suele ser poco realista en cuanto a la carga que pueden soportar los cuerpos de mujeres adolescentes.

Si bien la insatisfacción con el propio cuerpo se vive frecuentemente como un problema individual, un análisis más profundo permite dar cuenta de su asociación con la cultura deportiva, la cual refuerza un ideal de cuerpo de gran fortaleza física pero peligrosamente delgado (Berry & Howe, 2000). Bien explica Gaulejac (2009) que el valor de cada quien dentro de una organización o institución es medido en términos del cumplimiento de los criterios ideales.

Estos planteamientos nos permiten adentrarnos en una pregunta central: *¿Cuánto dolor físico y emocional estaríamos dispuestos a soportar por el más colosal de nuestros sueños y qué tendría que pasar para que lo dejáramos ir sin haberlo alcanzado?*

Al aceptar las exigencias de la gimnasia artística femenina, Silvia, Viviana y Amanda se enfrentaron a una contradicción: el cuerpo ideal es un requisito para el éxito gimnástico y, al mismo tiempo, su búsqueda constituye un posible desencadenante de experiencias de fracaso.

Conclusiones

Las demandas institucionales van en contra de la biología y la genética de ciertas gimnastas, tal fue el caso de nuestras entrevistadas. Esto provocó que algunas iniciaran con trastornos de la conducta alimentaria con tal de cumplir con el nivel de exigencia corporal que, por su tipo de cuerpo, es inalcanzable.

Tatiana Aguiar-Montealegre y Bertha Elvia Taracena-Ruiz

El equipo de entrenadores, representantes de la institución deportiva, alientan cambios corporales para que sus alumnas sean más delgadas: miden frecuentemente su peso y critican verbalmente a las que están por encima del rango esperado. Aquellas deportistas que no tienen un tipo de cuerpo delgado, llegan a sentir gran insatisfacción y se apropian de esta autoexigencia corporal como si fuera la única clave para ser exitosas en el deporte.

Para determinadas gimnastas, los cambios que les solicitan sus entrenadores sólo parecen poder alcanzarse mediante medidas poco saludables (dejar de comer, vomitar lo que se come o ejercitarse en exceso). Usualmente ellas son conscientes del peligro de cambiar sus hábitos alimenticios de manera tan drástica; sin embargo, anhelan con tanta fuerza cumplir sus metas, que están dispuestas a hacerse daño.

Aunado a esto, no debemos olvidar la fuerte carga de entrenamiento que se presenta en esta disciplina deportiva durante los años adolescentes. Asociamos las exigencias corporales en esta época con muchas de las lesiones que se experimentan durante la trayectoria gimnástica. En diversas ocasiones, las deportistas admiten no

haber seguido el camino óptimo para recuperarse, con tal de no faltar a sus entrenamientos.

Lo anterior nos hace pensar en el carácter, en ocasiones excesivo, de las exigencias internas que se imponen estas jóvenes para triunfar en este entorno competitivo. El temor a fracasar las envuelve en la aspiración constante de mejorar y la presión de triunfar. Tal como lo mencionan Aubert y Gaulejac (1993), la excelencia ha pasado de ser una cualidad próxima a la perfección, a convertirse en "el título que detenta el ocupante del último peldaño de la escalera, siempre de forma pasajera, provisional, hasta que otro, con un éxito más espectacular, lo desbanca" (p. 61). Esto llega a ejemplificar la intersección del funcionamiento institucional y las vivencias individuales, pues las deportistas son instadas a perseguir una imagen de sí mismas de acuerdo a estándares institucionales de excelencia. Al interiorizar el modelo de la gimnasta ideal, nuestras entrevistadas buscaron integrar las cualidades físicas y mentales que consideraban necesarias para el éxito en el deporte.

Concluimos que la institución deportiva necesita ser más inclusiva y aceptar gimnastas de diferentes tamaños y tipos de cuerpos. Pese a que las políticas de la gimnasia artística femenina no vin-

culan en teoría el desempeño deportivo con la imagen corporal, los federativos, jueces y entrenadores necesitan reflexionar en torno al énfasis que están otorgando a la apariencia física. El vínculo implícito que se ha creado entre delgadez y desempeño físico está provocando desórdenes en los patrones de alimentación y problemas de salud en algunas atletas. El cuerpo ideal, sea o no alcanzable para una gimnasta, constituye un elemento distinto a la ejecución de sus rutinas.

Este trabajo nos ha hecho comprender que el cuerpo ideal es una construcción psico-social que surge de la intersección de las vivencia individuales, familiares y el funcionamiento institucional. Éste es establecido por la institución, reforzado por los entrenadores, aceptado por las familias y perseguido desesperadamente por muchas atletas.

Referencias

- Aubert, N. & Gaulejac, V. de. (1993). *El coste de la excelencia. ¿Del caos a la lógica o de la lógica al caos?* México DF: Paidós.
- Berry, T. & Howe, B. (2000). Risk factors for disordered eating in female university athletes. *Journal of Sport Behavior*, 23(3), 207-216.
- Bertaux, D. (1999). El enfoque biográfico: su validez metodológica, sus potencialidades. *Cahiers Internationaux de Sociologie*, 69, 197-225.
- Bertaux, D. (1986). Los relatos de vida en el análisis social. *Historia y Fuente Oral*, 1, 136-148.
- Coffey, A. & Atkinson, P. (2005). *Encontrar el sentido a los datos cualitativos*. Alicante: Universidad de Alicante.
- Elendu, I. & Umeakuka, O. (2010). An exploratory study of weight-loss practices of gymnasts in Nigeria. *Pakistan Journal of Nutrition*, 9(4), 352-357.
- Gaulejac, V. de (2009). *La société malade de la gestion*. París: Seuil.
- Gaulejac, V. de (2008). *Las fuentes de la vergüenza*. Buenos Aires: Mármol Izquierdo.
- Gaulejac, V. de (2002). Lo irreductible social y lo irreductible psíquico. *Perfiles Latinoamericanos* 21, 49-71.
- Gaulejac, V. de; Rodríguez, S. & Taracena, E. (2005). *Historia de Vida*. Querétaro: Universidad Autónoma de Querétaro.

Kerr, R. (2006). The impact of Nadia Comaneci on the sport of Women's Artistic Gymnastics. *Sporting Traditions*, 23(1), 87-102.

Kerr, G., Berman, E. & Souza, M. J. de. (2006). Disordered eating in Women's Gymnastics: Perspectives of athletes, coaches, parents, and judges. *Journal of Applied Sport Psychology*, 18, 28-43.

Nichols, J. F., Rauh, M. J., Lawson, M. J., Ji, M. & Barkai, H. (2006). Prevalence of the Female Athlete Triad Syndrome among high school athletes. *Archives of Pediatrics & Adolescent Medicine*, 160, 137-142.

Ryan, J. (2000). *Little girls in pretty boxes. The making and breaking of elite gymnasts and figure skaters.* Nueva York: Doubleday.

Sey, J. (2009). *Chalked Up.* Libro electrónico: Harper Collins.