

10 ° Congreso Argentino y 5° Latinoamericano de Educación Física y Ciencias.
Prácticas de la Educación Física Escolar, Académica y Profesional.
La Plata [9 al 13 de septiembre de 2013]

Instancia de presentación: Ponencia

Título: El muro de maratón. Posibles representaciones e interpretaciones

Autor: Adrián Cesar Gordillo Cejas

Institución: Universidad Nacional de La Plata

Correo electrónico: runnercallejero@yahoo.com.ar

Resumen:

El muro de la prueba de maratón (42k), es presentado, reconocido, (re)formulado y (re)construido por maratonistas constituyendo un discurso, presentado como un episodio de relevancia al transitar entre los kilómetros 30-35 de carrera, caracterizado generalmente por presentar dolencias musculares, articulares, fatigas generalizadas, estrés mental, etc. El cumulo de crónicas y relatos, otorga al discurso una entidad o fiabilidad, intentando explicar estas experiencias traumáticas y dolorosas, manifestándose de forma individual, subjetivo y trascendente, vinculando lo orgánico-simbólico por medio del dolor físico presente y característico, en estas prácticas de “riesgo”, entablando una búsqueda personal, por emociones e incremento de esa “intensidad del ser”, que le permitan al sujeto romper la estructura social donde se encuentra inmerso (sociedades de confort)..

Trabajando desde dos perspectivas alternativas, la antropológica y la filosófica, a los discursos más reconocidos y desarrollados en torno al tema, por ejemplo, el fisiológico, energético y teorías del entrenamiento. Esto permitirá contemplar la cuestión social, cultural e histórica de cada atleta como relevante y constitutivo al afrontar estos eventos, concibiendo motivaciones y deseos junto a otros elementos (emocionales, morales y espirituales) como decisivos al afrontar la prueba.

Palabras Clave: dolor, transustanciación, conductas de riesgo, sociedades de confort.

Evolución de la prueba de Maratón

Actualmente, la prueba atlética de Maratón, que lleva como evento deportivo, poco más de 100 años de existencia, desde su primera aparición¹; es reconocido y practicado, masiva y popularmente en todo el mundo (particularmente occidente), rastreándose por los años 70`-80`, un quiebre en su práctica con un incremento en la convocatoria a nivel amateur, siendo en aquella época, el Dr. Cooper , principal promotor de la práctica de actividades aeróbicas (“jogging” o carrera a pie), en favor, de mejor salud integral del individuo.

La construcción del muro de maratón

La principal fuente que permitiría la construcción del discurso del muro, es la que provendría de los propios testimonios de maratonistas, en crónicas y relatos, que destacan un momento representado simbólicamente y análogamente a un muro, cuyos efectos se presentan en forma instantánea y repentina, rondando los 30k-35k de carrera. Presentando algunas características comunes: presencia dolores musculares específicos y generales, fatigas mentales o físicas, altos grados de stress manifestados en angustia, ansiedad, desmotivación, desorientación, etc. Conceptualizando este fenómeno, en primera instancia, como un momento individual y de gran subjetivación.

La compilación o cumulo de experiencias, transmitidas como el conjunto de sensaciones, pensamientos y emociones generados, permitirían elaborar un relato o discurso, de amplia circulación entre los maratonistas, brindándole un grado de entidad o veracidad, que se reafirmaría y reproduciría ante cada nueva experiencia, en posteriores pruebas.

Relatos y experiencias en torno al muro.

Maratón Internacional de la Bandera (Argentina). Kilómetro treinta y cinco.
”En mi mente, a estas alturas, existe una disputa ingente, sobre rendirme o continuar, sobre tomar el camión escoba, que recoge corredores fatigados y vencidos, o continuar el vía crucis que esto significa”²

¹ Nota del autor. La primera maratón fue realizada en el marco de los primeros juegos olímpicos en Atenas, en el año 1896.

² www.corredorespopulares.es/relato/relatomaraton2.html

“Qué dolor tan inmenso. Qué sensación tan repulsiva. Una vez más me he vuelto a detener. El tobillo y los inminentes calambres me obligan a sucumbir, y la mente aun piensa en la idea de dejar esta hazaña para el próximo año”³.

Este relato, permitiría comprender el impacto de ese muro, desde un nivel orgánico y acompañado por un alto grado de subjetividad, producto del esfuerzo físico demandado. Esto permitiría pensar, la posibilidad de la participación de otros elementos, no siendo suficiente una preparación estrictamente biológico-estructural, en este caso, la resistencia física (capacidad funcional dominante), con influencia en las decisiones y percepción del esfuerzo. Estos elementos participarían desde un nivel emocional, moral y espiritual:

- ✓ Desde lo emocional, vinculando la capacidad del atleta por buscar, un estrés físico y mental, por fuera de lo normal o cotidiano, también llamado “stress seeking” descrito por Le Breton como “la búsqueda de emociones fuertes, de estrés, a través de la exposición de sí a situaciones límites marcadas por el miedo y la excitación”⁴
- ✓ Desde lo moral, vinculando el carácter y la personalidad del corredor, así como también los sentimientos de triunfo y derrota movilizados, por sobrellevar ese estrés buscado, y los sentidos que llevaría implícito, en ocasiones, abandonar (fracaso, frustración, decepción, etc.) o continuar, ya sea caminando, extenuado o incluso lesionado.
- ✓ Desde lo espiritual, vinculando lo característico, particular y personal de cada atleta, como por ejemplo, la búsqueda personal de cada maratonista, movilizado por las posibles motivaciones, creencias, convicciones y sentidos de la práctica en sí.

El dolor físico como elemento constitutivo

³ Ibid.

⁴ David, Le Breton (2009); Pasiones de riesgo y contacto con la naturaleza. Educación Física y Ciencia, Año 11.

Es el dolor físico producido y registrado en la mayoría de los testimonios, que haría tangible la presencia de aquella barrera invisible. Ese dolor podría ser interpretado desde dos lugares, uno funcional y otro simbólico, que permitirían una mayor comprensión e interpretación del mismo como elemento trascendental en tal experiencia.

Desde lo *funcional*, porque el dolor actuaría como un mecanismo de defensa del organismo, activado por las señales de alerta y peligro, que anuncian la pérdida de su equilibrio y el límite de su capacidad y potencia (energía) física. Las señales pueden ser provistas desde: lo energético (deflación de reservas), lo muscular (calambres, contracturas, etc.), lo articular (esguinces, inflamaciones, etc.), etc.

Desde lo simbólico, el dolor tomaría relevancia desde las posibles representaciones, pensamientos y/o sentimientos movilizados, durante la carrera o después. Por ejemplo, se cita a Murakami, quien describe detalladamente un nuevo sentimiento, surgido tras finalizar una ultramaraton, donde las dolencias físicas fueron variadas, intensas y constantes. Aquel sentimiento sería la “tristeza del corredor”, descrita como: “De todas las cosas que comporto la experiencia de la ultramaratón (...) la más significativa no fue de carácter físico, sino espiritual. Me trajo una suerte de apatía espiritual (...) algo muy extraño se había asentado en lo más profundo de mi ser. No era simplemente que hubiera perdido el entusiasmo por correr. Había perdido algo, pero, al mismo tiempo, algo nuevo había brotado en el interior de corredor⁵”.

Por lo tanto, el dolor, podría contemplarse como elemento constitutivo, en el desarrollo de las *actividades físicas y deportivas de riesgo*, denominadas así por el antropólogo David Le Breton. El autor, en su trabajo “antropología del dolor” describe al mismo como“(...) lucha interna contra el sufrimiento y la tentación con frecuencia irresistible, de relajarse y experimentar el éxtasis momentáneo.”⁶Esto permitiría pensar el dolor físico, como un “sacrificio consiente en un intercambio

⁵ Haruki Murakami (2011). De que hablo cuando hablo de correr. Editorial Tusquest, Capitulo Seis: 23 de junio de 1996- Lago Saroma (Hakkaido), página 158-159

⁶ David, Le Breton (1999). Antropología del dolor, Barcelona, Seix Barral, Página-256

simbólico⁷” que podría plasmar ese intercambio en: una posición de llegada estimable por el corredor, una marca personal (tiempo cronometrado), el reconocimiento de pares (atletas, amigos, familiares, etc.), completar la distancia, entre otros.

Una interpretación desde la Filosofía

Es el filósofo Michel Serres, quien elabora el concepto de transustanciación sensorial del cuerpo, que permitiría interpretar y vincular aquel simbolismo (relacionado al grado de sensibilidad) generado entorno al dolor físico, permitiendo comprender y (re)conocer el impacto y alcance de la prueba, en relación, al compromiso físico y psicológico involucrados, representado en un tipo de sensibilidad corporal elevado. La transustanciación es conceptualizada por Serres como “(...) la articulación de los sentidos en el movimiento de gestos extremos, en las prácticas interminables de fuerza y adaptación al medio⁸” concluyendo que “(...) el cuerpo se conoce al mundo en la más intensa actividad⁹”. Como ejemplo, Murakami, describe al detalle, lo que podría interpretarse, como una transustanciación sensorial, al superar la distancia equivalente al maratón (42k) durante la carrera de 100k. Sus relatos extraídos del libro autobiográfico. *De que hablo cuando hablo de correr* (2011), permitirían distinguir dos momentos de relevancia: La llegada del muro y la superación del mismo, expresado como “atravesar”. En el primer caso, Murakami tomaría plena conciencia de su estado físico “Una tras otra, todas las partes de mi cuerpo empezaron a dolerme. Primero me dolió un rato el muslo derecho, luego el dolor bajo de allí a la rodilla, de esta paso al abductor izquierdo (...) y así, sucesivamente todas las partes de mi cuerpo se alzaron y se quejaron en voz alta¹⁰”. A continuación, describe, la posible superación del muro “continúe corriendo así, como podía, aguantando lo indecible, y, al llegar al kilómetro (...) sentí como si hubiera atravesado algo (...) no se me ocurre una expresión más adecuada para describirla: atravesé algo. Era realmente

⁷ *Ibíd.* Pag.257

⁸ Michel, Serres (2011) Capítulo IV, “Vértigo”, en: Variaciones sobre el cuerpo, Ediciones Fondo de Cultura Económica, Buenos Aires.Pag-11

⁹ *Ibíd.* Pág.- 12

¹⁰ Haruki Murakami (2011). *De que hablo cuando hablo de correr*. Editorial Tusquest, Capitulo Seis: 23de junio de 1996- Lago Saroma (Hakkaido),pág.-150

como si mi cuerpo hubiera atravesado una pared de piedras y pasado al otro lado”¹¹

Una mirada desde la antropología

Maratón Internacional de la Ciudad de México. Kilometro treinta: “Veo que Juan comienza a trotar, lo miro de reojo y sigo. Si me detengo ahora ya no podré seguir. Al rato me doy cuenta de que Juan ya no viene conmigo. Me doy vuelta y miro hacia atrás, Juan continúa caminando. No puedo parar. Si deseo terminar esta competencia, ya no puedo parar. Si paro no seré capaz de seguir”¹².

El conocimiento sobre estas experiencias, permitiría cuestionar o pensar en las posibles razones o motivos, que llevan a tomar la decisión de participar del Maratón, teniendo el firme deseo o determinaciones de completarla, sabidos o no, de los riesgos que pueda presentar, pasando por experiencias o situaciones que se tornarían dolorosas, traumáticas, desagradables e incluso con un peligro real de muerte. Tales situaciones no habrían influido negativamente, en el crecimiento paulatino, masivo y popular, que ha presentado la prueba, por lo que podría pensarse en el `encanto` de la maratón, como parte de una moda, tendencia o necesidad social, cultural, o la suma de todo lo anterior.

Le Breton hace referencia a las características y motivaciones de las personas que generalmente participan en actividades físicas y deportivas de riesgo, que podrían ser coincidentes, con las presentadas por los corredores de fondo o maratonistas, el autor expresa “Los adeptos a las actividades físicas y deportivas de riesgo (...) insisten en efecto en la falta de estimulación que pesa sobre existencias sobreprotegidas por los reglamentos sociales y la comodidad técnica de nuestras sociedades. La rutina, o más bien la seguridad que envuelve la existencia, suscita a veces el aburrimiento. Ella alimenta la búsqueda regular de una intensidad de ser para quien quiere más que lo común. Las sensaciones asociadas a las actividades con riesgos son mucho más solicitadas en tanto que el

¹¹ Ibid. Pag-152

¹² <http://another-pilgrim.livejournal.com/40187.html>

resto de la vida es pacífico, protegiéndose de todo azar, y la existencia familiar y profesional están al abrigo de todo temor”.¹³

Entendiendo al maratón como una actividad deportiva de riesgo, podríamos observar en sus adeptos, las siguientes características:

“(…) individuos socialmente bien integrados pero quienes se esfuerzan por evitar la rutina, la seguridad de una existencia demasiado bien reglamentada. La búsqueda del riesgo alimenta una intensidad de ser, que falta comúnmente. Es una manera de quebrantar las rutinas de existencia.”¹⁴

Por lo tanto, estas carreras alimentarían la “intensidad del ser”, quebrantando esa seguridad y comodidad, dentro de un marco social regido por una existencia reglamentada, derivando en “conductas de riesgo”¹⁵. Estas conductas son localizadas por Le Breton en las *sociedades de confort u occidentales*, donde su organización social y cultural “(...) aspira a la erradicación de todo peligro susceptible de perjudicar a sus miembros.”¹⁶ Por lo tanto, la participar de estos eventos, sabidos del riesgo o peligro expuesta, formarían parte de esa búsqueda personal, de individuos integrados, rompiendo o desafiando su tranquilidad y seguridad social, que traen como consecuencia, una vida marcada rutinaria y carente de emociones de intensidad. Le Breton, determina que “el individuo es su propio adversario y reivindica esta dualidad, se mide con sus propios recursos, su sagacidad, su resistencia, sus nervios”¹⁷. Alcanzando en su búsqueda “(...) una suerte de evaluación radical de lo que es.”¹⁸

Consideraciones finales

¹³ David, Le Bretón, (2011) Capítulo III, “Las pasiones física y deportivas de lo extremo”, en: Conductas de riesgo. De los juegos de la muerte a los juegos de vivir, Topía Editorial, Buenos Aires.

¹⁴ Op.Cit

¹⁵ “(...) una serie de conductas discordantes, en las que el común denominador consiste en la exposición de sí a una probabilidad nada despreciable de herir o morir, de lesionar su porvenir personal o poner su salud en peligro” David, Le Bretón, (2011) Conductas de riesgo. De los juegos de la muerte a los juegos de vivir, Topía Editorial, Buenos Aires. Pag.47

¹⁶ Ibíd., Pag-50

¹⁷ Ibíd., Pág.-102

¹⁸ Ibíd., Pag-103

Los primeros relatos referentes al “muro”, permitieron interpretarlo, como un momento particular, sumamente individual y subjetivo, con un fuerte compromiso e interacción desde la condición físico y mental del corredor, cuya confrontación con el muro, moviliza diversos elementos (emocionales, morales y espirituales); demostrando que el participar de una Maratón, la cuestión biológica no es determinante o suficiente. Por lo que también se hace necesario una interpretación y representación simbólica del maratonista sobre el esfuerzo desplegado, que lleva a buscar y sobrepasar lo tolerable, conocido y cotidiano del mismo (“stress seeking”), al habitar dentro de una sociedad de confort donde es resguardado y protegido, eliminando toda incertidumbres y peligro, elementos que son ofrecidos particularmente en este tipo de prácticas de riesgo, para elevar esa “intensidad del ser”.

El Intentar interpretar esta experiencia, desde lo fisiológico u energético, por ejemplo, se hubiera tornado insuficiente y simple, al omitir las cuestiones sociales, culturales e históricas del del corredor, por dicha razón, se intentó trabajar sobre dos posibles perspectivas como ser la antropológica por Le Breton y la filosófica por Serres, entendiendo que cuestiones como el deseo y las motivaciones (producto de un tipo de sociedad) y las transustanciaciones sufridas por el cuerpo, conllevan un valor relevante al momento de afrontar la prueba.

Bibliografía

1. Haruki Murakami (2011) De que hablo cuando hablo de correr. Editorial Tusquest.
2. Le Breton, David (1999), Antropología del dolor, Barcelona, Seix Barral.
3. Le Bretón, David (2011) Conductas de riesgo. De los juegos de la muerte a los juegos de vivir, Topia Editorial, Buenos Aires.
4. Serres, Michel (2011) Capítulo IV, “Vértigo”, en: Variaciones sobre el cuerpo, Ediciones Fondo de Cultura Económica, Buenos Aires.

Páginas web

10 ° Congreso Argentino y 5° Latinoamericano de Educación Física y Ciencias.
Prácticas de la Educación Física Escolar, Académica y Profesional.
La Plata [9 al 13 de septiembre de 2013]

5. <http://another-pilgrim.livejournal.com/40187.html>
6. www.corredorespopulares.es/relato/relatomaraton2.html