

## CARTA ABIERTA AL FUTURO PRESIDENTE DE LA RFEA.

Ante todo agradeceros el interés en presentaros a presidir una federación de un deporte tan complejo y con unas perspectivas de financiación que hacen muy difícil gestionar los recursos para cubrir tantas necesidades. En esta coyuntura seguro que se deben buscar soluciones de bajo coste y máximos beneficios.

Una de las soluciones mágicas estaría en optimizar el proceso de formación de atletas. Evitar el abandono y el estancamiento de talentos al llegar a promesas o a primeros años de senior.

Uno de los medios sería conseguir paliar los efectos de lesiones de origen incierto que se cronifican, estancan al atleta o le hacen abandonar; un aspecto que estudio desde hace unos años.

Voy a centrarme en algo tan básico como es la técnica de carrera. En filmaciones frontales a alta velocidad realizadas en diferentes campeonatos de España cadete, junior, promesa, juvenil y absoluto <https://www.youtube.com/watch?v=qS81IwHsTs> así como autonómicos <https://www.youtube.com/watch?v=l0s-4SdINg8>. se pueden observar las alteraciones en los apoyos. No son meras opiniones subjetivas. Tanto la literatura técnica y científica como los traumatólogos y podólogos consultados, estas actitudes son puntos de riesgo de lesión a largo plazo y/o limitantes del progreso.

Lo más preocupante es el desconocimiento del problema que detecto en atletas y entrenadores puesto que muchos no saben cómo apoyan el pie o no son conscientes del riesgo latente que supone hacerlo tal y como ellos lo hacen. Este desconocimiento viene desde las etapas de formación donde detecto una a la ausencia de criterios objetivos de intervención, básicamente, a la hora de establecer prioridades de trabajo y de evaluación, de los atletas más jóvenes que vayan más allá de las marcas obtenidas o de los test cuantitativos que se proponen para el seguimiento del menor.

Estas alteraciones no son patrimonio de atletas españoles. Visionando retransmisiones de mundiales se observan alteraciones en el apoyo en muchos atletas. El mal de muchos no legitima el relativismo cultural de que todo vale ni lo justifica seguir el modelo inadecuado de algún campeón: “si el mejor hace un gesto, seguro que es el ideal”.

Ahora se interviene cuando surge el dolor o la molestia, se busca la solución en traumatólogo y podólogo, resuelve algunos casos pero no del todo ni a todos. Cuando la lesión aparece (afortunadamente no a todos los que apoyan o corren mal les aparece la lesión) es tras años de correr de manera inadecuada, cuando el daño ya está hecho. El síntoma aparece cuando la lesión está avanzada.

Es muy fácil dar la culpa al azar o a los entrenadores de menores, etapas en que una gran parte de estas alteraciones técnicas serían evitables y solucionables. Pero esto no es justo puesto que todos estos aspectos a los que me refiero no se tratan en los cursos de formación de técnicos ni existe una conciencia del problema difusa en publicaciones y conferencias, las dos premisas fundamentales para poder solucionarlo.

Básicamente para no entrar en detalles técnicos, el análisis de la carrera desde una visión frontal apenas aparecen en los textos, incluidos los que yo he publicado, puesto que no he sido

consciente de este problema hasta hace unos años y mi último libro de atletismo *Metodología y técnicas de atletismo*, lo publiqué en 2005 cuando aún no había detectado estas alteraciones, yo como muchos, desconocía el problema. Ha sido con las filmaciones frontales con cámaras de alta velocidad las que me han permitido ver gran parte de estas las alteraciones.

Todas estas observaciones desde hace tres años, las he ido comunicando a la dirección técnica de la RFEA, y todo se ha quedado en declaraciones de intenciones: que pasarán la información al departamento de menores y a la escuela de entrenadores o incluso hacer alguna reunión técnica al respecto, pero lamentablemente esto no ha sido así. Esta indiferencia me ha hecho cuestionar mis observaciones y obligarme a profundizar más. Como más entraba en el tema más se reafirmaban mis hipótesis.

Por este motivo ruego al que sea elegido presidente de la RFEA que pierda un minuto en reflexionar sobre el tema. La formación técnica que poseéis de cada uno de los tres candidatos os permitirá valorar hasta qué punto estas opiniones son pertinentes y decidir si se abre un debate técnico (no de opiniones) con entrenadores, traumatólogos y podólogos que analicen la situación en profundidad y desarrolle, si se considera oportuna, una nueva didáctica de la enseñanza de la técnica de carrera desde la iniciación y su correspondiente trabajo de fuerza en cada fase del crecimiento.

Sin más me despido y os deseo suerte a los tres.

Joan Rius Sant

[jriustrainer@gmail.com](mailto:jriustrainer@gmail.com)