

ARLENIS SIERRA. UNA DISCRETA MIRADA DESDE LA CIENCIA DEL DEPORTE

Muchos medios de comunicación refieren de manera explícita los últimos resultados alcanzados por la campeona Arlenis Sierra, nuestra campeona. La revista Olimpia, como espacio de divulgación científica tiene a bien hacerse eco de su muy bien concebida trayectoria, por supuesto, sus resultados se deben entre otras razones a la acción palpable de la ciencia y a una muy bien concatenada secuencia de instrumentos de orden científico-metodológico que hacen posible que cada elemento de esa cadena sistémica compleja, surta el efecto esperado.

Todo lo que implica enfrentarse a las nuevas condiciones de terreno y de competición, como bien refirió Arlenis, *“He enfrentado rutas duras, pero ninguna como esta de Río de Janeiro, porque aunque me defiendo en las lomas, esta tenía de todo, además fuerte viento, adoquines, una subida tras otra y descensos excesivamente peligrosos... O sea que ya en las postrimerías me sentía cansada»*, expresiones como estas suponen nuevas adaptaciones orgánicas que se gestan en la misma actitud y del enfoque psicológico que tiene gran peso en las aptitudes personalógicas de Arlenis.

La forma en que asume sus retos, la observación de cada medida de los aspectos relacionados con sus rivales, el saberse bien posicionada en el espacio de hostilidad competitiva, además de sobre llevar algunos escoyos en el área emocional y amorosa, le hacen valer la condición de atleta con un excepcional enfoque, segura y convencida de lo que quiere y porque lo quiere.

Así mismo el componente socio deportivo y filial (la familia) ha tenido gran peso, al decir de su agradecimiento por todos y cada uno de los que de maneras diversas están literalmente con Arlenis en la competencia, a través de las redes sociales principalmente. *«A toda mi familia, a las amistades del barrio, a las del ciclismo, especialmente a Yumari González (multimedallista mundial), a los que me han apoyado, que están contentos aunque yo hubiera querido algo más destacado»*, señaló.

Al decir de lo escrito por la periodista Lisset I. Ricardo *«Me marché de Río contenta aunque no conforme, pero segura de que hice todo el esfuerzo. No estoy triste, porque en la competencia no dejé nada por hacer»*...*«Mi objetivo era luchar por el mejor resultado posible, no si podía o no superar el puesto 46 de Dania Pérez en Sydney*

2000...»*Estaba concentrada y me esforcé al máximo porque quería un escalón más destacado, pero por varias razones pienso que el 28 no está mal»,* indicó y mencionó la sincera felicitación de Dania.

No dejó de estar presente la capacidad sensorial óptima cuando al referir del tránsito por los peligrosos adoquines *“su cuerpo le temblaba de forma extraña”,* por tanto esto habla de la respuesta de su sistema nervioso central ante una ruta no conocida y que por supuesto los sensores del organismo tenían que tarjetear para futuros enfrentamientos.

A pesar del nivel de stress asimilado, fue muy explícita al plantearse a sí misma: *«Si tengo oportunidad de correr a ese nivel y con la frecuencia que ellas lo hacen estoy segura que mi próximo ciclo olímpico será mucho mejor, y muestra de ello fue mi victoria en Bretaña, Francia, única vuelta asumida en Europa».*

Todo lo que en materia de Arlenis y su actuación se diga es poco, y queda superado ampliamente por cada segundo vivido, por ella y su entrenador, como actores directos de la aplicación de una ciencia acabada y bien concebida en la búsqueda de un nuevo resultado.

Lo finalmente referido a la enviada *Lisset I. Ricardo,* dicen mucho más de por dónde anda su posición como atleta de élite ante los futuros retos *«Después de esta experiencia puedo decir que mi carrera comienza verdaderamente ahora, porque soy joven, y si logro insertarme en ese rango estoy segura de que puedo conquistar muchos éxitos y pensar desde ya en Tokio 2020»...*a esto agregar, que un grano de arena de la ciencia estará presente con Arlenis en cada preparación psicológica, cada dosificación de la carga, cada muestra y prueba médica, cada transpiración, cada gramo de proteína suministrada, será parte de la plataforma de nuestros científicos para ella.

Después de acabado este ciclo, solo le quedará a ella el mayor de los retos: prestigiar a la Universidad del Deporte Granmense con su presencia en las aulas de la carrera en Cultura Física, vamos campeona, que esto también se puede...lo demás está dicho por Arlenis, nada que añadir...sin comentarios

Por: Odonel Martínez Barzaga