

PROYECTO MEMORIAS DE UNA PANDEMIA: TESTIMONIOS, REFLEXIONES Y ANÁLISIS DESDE LAS VIVENCIAS DE AMÉRICA LATINA

**PANDEMNESIS: ARCHIVOS TESTIMONIALES, DIARIOS DE LA EXPERIENCIA,
CRÓNICAS Y FUENTES DESDE AMÉRICA LATINA**

FICHA PARA ARCHIVO TESTIMONIAL

Lugar y fecha: Bogotá, 29 de mayo de 2020.

Código: AT14DR17

Nombre de quien testimonia: Edwin Barreto.

Actividad que desempeña: Director de Bienestar Universitario (38 años).

Entrada: Deporte.

Ítem: Rutinas 17.

Muy buenas tardes, mi nombre es Edwin Barreto, soy profesional en Cultura, deporte y recreación de la Universidad Santo Tomás de Bogotá, Especialista en Gerencia de Proyectos de UNIMINUTO y Magíster en Actividad Física para la Salud con Énfasis en Gestión de Entidades Deportivas de la Universidad Internacional Iberoamericana de Puerto Rico. Mediante este ejercicio autorizó el uso de mi testimonio para la investigación de CLACSO y la Universidad Distrital. Respecto a la primera pregunta relacionada con el tema de cómo era la actividad antes de la pandemia, compartir que practico en este momento amateur fútbol sala, hasta hace 12 años lo practique de forma semi profesional y profesional, y en esta última época, antes de la pandemia, participo en entrenamientos deportivos de este deporte en un club deportivo que se llama YAEN, un club que está afiliado a la Liga de Fútbol de Bogotá y con el grupo de administrativos de la universidad UNIMINUTO donde laboro. Entre los dos lugares realizaba práctica deportiva de entrenamiento, tres veces por semana, con una intensidad de dos horas en polideportivos que cumplían con todas las condiciones para la práctica de este deporte, horarios establecidos en las noches y competencias el fin de semana, especialmente viernes y sábado en la noche o domingos en cualquier franja. En esta dinámica tenía diez meses aproximadamente al año, durante los cuales entrenaba y competía, y un aproximado de dos meses en los cuales no competía, pero sí lo hacía un poco en forma recreativa y en algunos eventos o torneos más cortos, conocidos en este medio como torneos relámpagos, especialmente en diferentes municipios cercanos a la ciudad de Bogotá, donde se competía durante un día completo y tenía más o menos de cinco a seis partidos en cada evento de éstos, esto pues acompañado de otras actividades de mantenimiento como participación en ir al gimnasio, trotar, ejercicios que ayudan como al desarrollo de la parte física de la actividad que había realizado siempre. Destacar de esta cotidianidad en lo que realizaba a nivel de mi práctica deportiva antes de la pandemia, que iba enfocada mucho al estilo de vida que busco que sea saludable, a salir

un poco de los temas laborales y bueno todas las cuestiones que puedan llevar y que al cien por ciento sentía que cumplía y que era muy positivo desde todo el sentido de salud, de realizar actividades físicas, de mantenerme en competencia, y de tener una práctica que a uno le [a] apasionado siempre.

Respecto a la pregunta de cómo va esa actividad en este momento de cuarentena, en un momento duro de esta pandemia, puedo compartir que ha sido muy difícil el tema, porque al practicar un deporte de conjunto, en el que el contacto es continuo, primero, uno sabe que va a ser de las últimas actividades, al menos en lo deportivo, que va a retornar a la normalidad por el riesgo y por supuesto eso es entendible y quizá está muy bien, pero otro tema es ya el interno de cada uno de nosotros, en el caso mío, he tenido que rotar un poco otro tipo de actividades que sí están permitidas en el momento, porque las personas en general que hemos realizado actividad física, ejercicio, deporte de forma cotidiana durante toda nuestra vida, pues estamos acostumbrados a un gasto calórico que en situaciones de cuarentena es difícil de utilizar al mismo nivel que en una anterior digamos cotidianidad, y esto influye en lo físico, esto influye también en lo emocional, en general todo lo que tenga que ver con el concepto bio-psicosocial de salud, puede afectarle a una persona, como en el caso mío, que he tenido estos hábitos durante toda mi vida. Desde los seis años he practicado este deporte, entonces ha sido muy difícil, pero he buscado alternativas, el entrenamiento principalmente en casa, por seguridad más que nada lo he hecho todo en casa, entonces tenemos algunos entrenamientos virtuales con los dos grupos con los que participo, tanto el grupo universitario, como el club de fútbol sala, haciendo énfasis en técnica con el balón y técnica individual, tenemos sesiones en línea, pero con el paso de las semanas, esto se ha ido desgastando un poco, entonces por eso también me he apoyado mucho [en] trabajos de cardio hit, para mantenimiento sobre todo de la parte cardiovascular en casa, inclusive con otro grupo de amigos he liderado, aunque hoy ya no me desempeño en estas áreas, sino por no olvidar lo que he realizado durante muchos años, he liderado un grupo para algunas actividades en casa y bueno entre las cosas que sí están permitidas, también algo de montar bicicleta, esto me ayuda un poco desde, digamos la quema de la energía, pero la práctica de este deporte de fútbol sala es irremplazable y por eso no ha sido tan fácil, pero me he puesto retos para poderlos superar, porque definitivamente si quedarse uno totalmente quieto creo que le afectaría un poco desde muchos aspectos, entonces por eso he tratado de llevarlo de la mejor manera, siendo consciente de los alcances, de lo que se puede, de lo que no sé puede, siendo muy respetuoso del tema, pero si buscando alternativas. Tengo actualmente, por ejemplo, un saco de boxeo en el lugar donde vivo, y esto ayuda bastante, no llegan al nivel de lo que es el deporte que yo practico, que es imposible llevarlo a lo mismo dentro del hogar, pero estas diferentes alternativas de una u otra forma, creo que han funcionado bien hasta el momento.

Respecto a la pregunta de cómo creo que sería esta práctica posterior a la pandemia, yo creo que hay dos marcos, en el marco digamos de un auto cuidado, pero creo que lo principal que lo define para sentir una total normalidad, es el tema de una vacuna a este virus, porque creo que sí pueden cambiar muchas cosas mientras esto sucede, yo creería

que por este año el tema es muy difícil, en el marco [de lo] que veo, me parece que es muy complejo poder visualizar cómo va a ser esta práctica por lo menos durante este año, tal vez yo lo veo un poco con más luces para el dos mil veintiuno, donde sí espero que hayan más posibilidades con los protocolos de seguridad correspondientes, y con más avances al respecto desde la parte científica, para que este tipo de deportes de conjunto se puedan practicar, lo veo muy enfocado a que si se retorna una cierta cotidianidad sin vacuna, muy enfatizado en entrenamientos individualizados, primero que todo, haciendo mucho énfasis en acciones, como por ejemplo control de balón, pase, etcétera; pero para volver a una situación como la que se vivía antes de la pandemia, creo que es un tiempo largo, sobre todo si hablamos de competencia, este deporte es de contacto, de conjunto. Creo que no va a ser tan fácil, no va a ser tan fácil recuperar la confianza, también por la seguridad propia y de las personas con las que uno convive, las personas cercanas, porque uno piensa en todo eso, antes de tomar riesgos que no corresponden. A nivel de entrenamientos y de competencias, desde mi punto de vista, es un tema a mediano plazo, no lo veo tanto a corto plazo, volver a entrenar tres días a la semana, en estos espacios, yo difícilmente lo veo durante este dos mil veinte, ojalá no sea así, ojalá fuese antes, pero yo no lo veo tan fácil, creo que el deporte de aficionado en este tipo de situaciones, sobre todo en deportes de conjunto, creo que debe esperar y debe primar la salud, pero posterior a esto sí soy positivo, más o menos entre seis meses y un año, todo mejore y se vuelva a la práctica con la dinámica que se tenía antes, es muy difícil de entender el fútbol sala en una dinámica cotidiana que sea muy diferente a lo que se vivía antes.

Anexa: Audio Deporte – Rutinas 17. Entrada: Deporte.

Código: AT14DR17

Levantamiento: Jhon Jairo Rodríguez.

Revisión: Adrián Serna Dimas, Carlos Reina Rodríguez y Natalia Valbuena.

Citación: Archivo Testimonial DESUD/CLACSO (2020). Testimonio AT14DR17, 2 fls.

Entradas relacionadas: Comunicación, Cuidado, Relaciones sociales (Familiares).