

XI Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires, 2015.

Lesiones y dolor en un grupo platense de corredores.

Pablo Acciaresi.

Cita:

Pablo Acciaresi (2015). *Lesiones y dolor en un grupo platense de corredores. XI Jornadas de Sociología. Facultad de Ciencias Sociales, Universidad de Buenos Aires, Buenos Aires.*

Dirección estable: <https://www.aacademica.org/000-061/961>

Acta Académica es un proyecto académico sin fines de lucro enmarcado en la iniciativa de acceso abierto. Acta Académica fue creado para facilitar a investigadores de todo el mundo el compartir su producción académica. Para crear un perfil gratuitamente o acceder a otros trabajos visite: <https://www.aacademica.org>.

**XI Jornadas de Sociología. Coordinadas contemporáneas de la Sociología:
tiempos, cuerpos, saberes. – Ciudad Autónoma de Buenos Aires, Universidad de
Buenos Aires, 13 al 17 de Julio de 2015**

Mesa 78: Estudios Sociales del Deporte

Lesiones y dolor en un grupo platense de corredores

Pablo Luciano Acciaresi
(FaHCE. Universidad Nacional de La Plata)
pla_12@hotmail.com

Resumen

El siguiente trabajo apunta a comprender los diversos sentidos atribuidos a las lesiones y al dolor durante la práctica del *running* por un conjunto de corredores enmarcados dentro de un grupo de entrenamiento de la ciudad de La Plata denominado *Masa Resistente*.

De esta manera, a partir de la reconstrucción de un conjunto de situaciones etnográficas, se analizan distintos aspectos alrededor de la actividad del *running* y la forma en que diferentes actores le otorgan diversos sentidos a sus cuerpos, al hacer hincapié en la significación que los mismos le atribuyen al dolor y a las lesiones con las cuales conviven constantemente, en términos de “autenticidad” y “aguante” Esta investigación busca dar cuenta de cómo en el *running* se configura una idea de “práctica saludable” donde el bienestar físico se asocia al bienestar emocional, un bienestar que no excluye el *dolor* ni el *miedo* ni las lesiones, sino que todos estos conceptos nativos son asociados al *goce* y al *placer*.

El problema de investigación es abordado empíricamente, a través de un análisis etnográfico basado en observaciones participantes y entrevistas en profundidad, y que dialoga de manera crítica con la bibliografía especializada en el tema.

Palabras clave: running – lesiones – dolor – salud – sentidos

Un breve acercamiento al grupo

En esta presentación propongo compartir avances de mi actual tesina de grado de la Licenciatura en Sociología titulada “*Ya se me había hecho un hobby, una droga: goce, dolor e identificación en un grupo platense de corredores*”. Estos avances dan cuenta de las primeras aproximaciones y entradas al campo de la problemática que intento construir como objeto de estudio.

En líneas generales, la tesina consistió en investigar, desde la óptica de los estudios sociales del deporte, y desde una perspectiva etnográfica, un grupo de corredores de la ciudad de La Plata, denominado *Masa Resistente*, y poder recabar el sentido que los miembros del mismo le otorgan a la actividad del *running* y cómo este se relaciona con el significado que le atribuyen al *dolor* y a las lesiones realizando dicha práctica, enmarcados en tanto grupo con una fuerte *identificación colectiva* y *autoimagen*, liderados por la figura de Gastón, quien es el profesional a cargo.

La Masa Resistente, es un grupo de *running* nacido por el año 2006, creado por Gastón, actualmente de 34 años, un profesor de Educación Física nacido en Salto, en la Provincia de Buenos Aires, y recibido como tal en la Universidad Nacional de La Plata en el año 2003. Como sostiene él, este grupo surgió con la intención original de entrenar para una carrera que se hacía para fines de ese año. En ese entonces, Gastón, estaba trabajando como *personal trainer* o “entrenador personal” de un abogado para poder lograr una mejora en su salud, hasta que se pusieron como objetivo lograr correr una carrera juntos. Como para ese entonces Gastón estaba trabajando también en un gimnasio, y en el cual sabía que otros profesores estaban comenzando a preparar sus entrenamientos para participar en una maratón organizada por *Nike* de 10 kilómetros, acordaron en entrenar juntos.

Así le fue dando origen al grupo, que estaba al principio conformado por cinco o seis personas, tres de las cuales eran profesores de educación física. En primer lugar, el grupo “*Masa Resistente*” surgió con el objetivo de, como relata Gastón en una entrevista, “*ir ganando distancias. Estar entrenado para ir logrando carreras de mayor distancia...*”. Al principio entrenaban sólo los viernes en el Bosque de la Ciudad de La Plata, y eran pocas personas, no más de quince. Al año siguiente, el gimnasio donde Gastón trabajaba (“*Montero*”) comenzó a difundir fotos de las carreras de *La Masa*, y la gente que allí concurría empezó a enterarse que había un grupo de entrenamiento. El otro medio que facilitó la expansión de *La Masa* fue la web.

Gastón remarca al año 2007 como aquel en que *La Masa* creció exponencialmente: ya no entrenaban sólo un día por semana, sino que los entrenamientos pasaron a ser en dos ocasiones a la semana, como mínimo, y se pasó de diez personas, a treinta: “Éramos 30 personas...en enero de 2008 llegamos a Pinamar, a la Maratón del Desierto, teniendo en cuenta la dificultad de la carrera y que es en enero, pleno verano, logramos ir más de 30 personas.”

Actualmente, luego de seis años de este “click” que el profesor menciona, *La Masa* está compuesta por un grupo de entre 70 y 80 personas que aportan regularmente (esto es, pagan: cada uno abona la suma de \$200 por mes a Gastón, quien es el encargado de coordinar los entrenamientos teniendo en consideración aspectos de entrenamiento, de salud, y objetivos de cada persona, y a la vez, va dando a conocer las diversas carreras que existen a lo largo del año y a planificar el entrenamiento en base a estas) y unas 40 personas más que no logran entrenar de manera regular, pero que están en el grupo de Facebook y eventualmente corren alguna carrera con el grupo. La composición en cuanto al género de los integrantes es homogénea: hay más mujeres que varones, a diferencia de lo que sostiene Le Breton (2009), al hablar de que en estas actividades ligadas a la naturaleza, entre las que incluye al *running*, la mayoría de las personas que las practican son hombres. Las edades son de lo más diversas: hay personas de hasta casi 60 años, con años de entrenamiento, una mayoría de personas de entre 30 y 45 años, y un pequeño grupo menor a 30 años de edad.

Una práctica de crecimiento exponencial pero no tan abordada

La Masa se inscribe dentro de un fenómeno mayor que es el del “boom del running”, como sostiene Gastón. Cabe destacar, que “correr” como actividad fue y es una disciplina específica del atletismo y presenta diferentes versiones. Estas van desde los 100 metros llanos a los 42,195 del maratón como expresión más representativa de la carrera de fondo (en la actualidad existen “Ultramaratones”, que superan la distancia oficial de una maratón). Durante muchos años los atletas que corrían lo hacían porque estaban entrenando esta disciplina específica, y por otro lado también había deportistas que se dedicaban a otra práctica y corrían como complemento de su preparación.

Sin embargo, en los veinte últimos años, en Argentina este fenómeno tuvo un crecimiento exponencial, en particular en la última década. Vale la pena ilustrarlo con algunos datos

estadísticos que dan cuenta de ello: por ejemplo, la maratón de la Ciudad Autónoma de Buenos Aires de 42 kilómetros se organiza desde 1984, con un número creciente de participantes en cada edición: en el 2003 hubo 900 participantes, en el 2004, 2.400, hasta que en el año 2006 ya la cifra trepó a 3.500, y actualmente participan más de 10.000 personas. A la par del crecimiento en la cantidad de participantes, hubo un incremento en la oferta de competencias: en el año 2007, y sólo en la Ciudad Autónoma de Buenos Aires, se registró un total de 122.844 corredores para 51 maratones que hubo en todo el año, y en 2010 el número de participantes ascendió sólo a 150.000, cuando las carreras fueron 119. A la vez, no sólo la oferta de carreras aumentó considerablemente en la capital del país, sino que se diversificó hacia diferentes localidades de la Provincia de Buenos Aires, como Tandil, La Plata, Ensenada, Quilmes, Pinamar, Mar del Plata, Villa Gesell, Florencio Varela, y San Martín, entre otros, y en otras provincias alrededor del país, conformando la modalidad de “carreras de aventura”, o “*trial running*” (esto es, aquellas competencias que tienen lugar sobre terrenos de tierra, barro, arena o pasto, y que se realizan en lugares no urbanizados, como sierras, montañas, campos, etcétera).¹

Sin embargo, aunque a nivel general existe una vasta cantidad de notas periodísticas, revistas y artículos en diarios sobre el *running* y su crecimiento, y que abordan más que nada los aspectos estadísticos del mismo, desde el campo académico no se hallan muchos antecedentes al respecto. Es por esto que considero factible la posibilidad de realizar un aporte significativo, en el sentido de teorizar sobre algunos conceptos y temas concernientes a la relación entre la temática del *running* en tanto práctica social (que cuenta con una gran inserción en un vasto sector de la población) y que confiere sentidos particulares para sus practicantes en términos de la misma actividad, y de dolores, sensaciones y emociones que se evidencian durante las competencias y entrenamientos.

En este punto, dicha investigación busca ser enmarcada dentro de un conjunto de estudios sociales del deporte que han tenido lugar a nivel nacional (y que conformaron dicho campo), y que tienen que ver con estudios etnográficos sobre diferentes prácticas deportivas, en relación a la clase social, a sentidos atribuidos por sus participantes y a moralidades que subyacen en este ámbito.

Si bien el campo de estudios sociales del deporte es relativamente joven, existen una serie de autores que vienen discutiendo un conjunto de problemáticas vinculadas a otros deportes

¹ <http://www.triamax.com/publicacion-de-nuevos-eventos/calendario-de-carreras/>

desde una perspectiva etnográfica que es de mi interés retomar. De esta manera, en nuestro país, en los últimos años han ido tomando fuerza algunos estudios que abordan la relación, por ejemplo, entre sectores populares y deporte (Garriga Zucal y Moreira, 2006). Asimismo, otros estudios recientes analizan la imbricación entre estratos superiores y medios y prácticas deportivas (Iuliano, 2008 y 2010; Branz, 2010; Hang, 2011; Ferrety, 2013).

Tomando este marco como referencia, y durante el tiempo que duró la investigación, en el sentido del “*antropological blues*” que describe Da Matta (2007), que en este caso implica “poner el cuerpo” – literalmente – en el ejercicio físico junto a conocidos y desconocidos, aprender técnicas de entrenamiento, sentir fatiga muscular y cansancio, y sobre todo en los primeros entrenamientos, un sentimiento de malestar general, observé y participé de los entrenamientos de *La Masa*, a la vez que entrevisté tanto al profesor a cargo (Gastón) y a diversos integrantes con el fin de lograr una muestra representativa de los mismos.

Fenómenos y discursos sobre el cuerpo

Como se ha abordado anteriormente, el *running* es una práctica deportiva que obtiene su popularidad en la primera década del presente siglo. Es en este período donde, junto al *running*, surgen una serie de actividades y prácticas relacionadas al ejercicio físico que se realizan en el tiempo libre de las personas y que se podrían englobar en los fenómenos que algunos investigadores denominan el *fitness* y el *wellness*.

El *fitness*, es concebido en el país como aquel sector productivo y de consumo que ofrece al consumidor masivo un conjunto de servicios para su transformación corporal, para su recreación, para su ejercitación, los cuales se asocian con una forma específica de vida activa y saludable (Landa, 2009). Crespo (2013), coincide en señalar al año 2000 como aquel a partir del cual se dio un crecimiento explosivo de prácticas corporales pertenecientes al *fitness*: se promueven aquí nuevas técnicas de gimnasia aeróbica (más que nada técnicas de combate) y a la vez aumentan los servicios de entrenamientos personalizados y comienza a resonar la figura del *personal trainer*. A la vez, la industria del *fitness* en la Argentina fue de a poco adquiriendo dinámicas empresariales relacionadas con cadenas o redes de megagimnasios o “clubes” que albergan gran cantidad de propuestas corporales (Crespo, 2013).

Más aún, la autora señala que dicha oferta de estos gimnasios se realiza en función de la

lógica de consumo: coincidimos en el hecho de que los gimnasios se han convertido en grandes áreas de servicio de lo corporal. Hoy por hoy, los mismos venden una forma de ser, de vivir y de moverse que los identifica como empresa y a sus usuarios como “pertenecientes” a la misma. Este tipo de investigaciones, si bien resultan interesantes para contextualizar el fenómeno del *running*, explican su crecimiento poniendo el acento en el lado de la oferta y los productores (Bourdieu, 1993), pero no consideran los sentidos específicos, las emociones y sensibilidades que las personas ponen en juego a la hora de la práctica.

Como sostiene Rodríguez (2011), y en relación a esto último, esta nueva categoría de *fitness* viene a disputar la antigua concepción de “vida saludable”: se debe “estar en forma”, sin saber para qué o por qué. “Estar en forma” es una marca que se lleva en el cuerpo y de forma simbólica demuestra a los otros que se es portador de diversos capitales y que se tiene la capacidad de invertirlos en el cuerpo propio. La auto-construcción del cuerpo constituye un mecanismo para su producción identitaria: dedican así una gran parte de su tiempo libre a producir sus cuerpos (ya sea en los gimnasios, salas de entrenamiento y realizando actividades al aire libre).²

Sin embargo, cabe hacer mención también a lo que se denomina *wellness*, y considero se aproxima más aún a este grupo de *running* analizado. El *wellness*, extiende el concepto de salud al de bienestar, promoviendo una vida más placentera asociada con el descenso de estrés, la recreación, la socialización y el acercamiento a la naturaleza (Crespo, 2013). En consonancia, Landa (2009) agrega que este concepto viene a reforzar al de *fitness* (con el objetivo de mejorar sus cuestiones fisiológicas, cardiovasculares, musculares, estéticas) agregando una sensación de sentirse bien, de bienestar, de sentirse pleno.

El *running*, entre el goce y el dolor. Su relación con las lesiones.

En este punto ha surgido uno de los temas que considero más relevantes en la presente investigación, y que fue de constante consulta no sólo con los informantes, sino con Gastón y otros profesionales de la educación física, y que se constituyó incluso en una de las temáticas más abordadas durante los entrenamientos por los mismos integrantes de *La Masa*: el *dolor* y las

² Rodríguez A. D (2011). “Los jóvenes, los usos del tiempo y el entrenamiento corporal en espacios dedicados al tiempo libre, el deporte y la recreación”. Prácticas de oficio. Investigación y reflexión en Ciencias Sociales, n°7/8, agosto de 2011. Pág. 3

lesiones.

Como anteriormente expresamos, muchos integrantes de *La Masa* asocian al *goce* y a estados emocionales positivos el sentido por el cual corren. Sin embargo, ¿cómo conviven constantemente con el *dolor* en las mismas competencias? ¿Cómo sobrellevan las lesiones, lesiones que en términos del entrenador son ocasionadas por el exceso de entrenamiento, el no cuidado médico y la falta de complementariedad con otras actividades físicas, como el gimnasio? ¿Es compatible esta “vida saludable” que sostienen tener con el hecho de sentir *miedo* en muchas competencias o volver lesionados de ellas, impidiéndoles volver a entrenar por un tiempo?

Al respecto, han surgido diversos testimonios que evidencian diversas relaciones con esta temática, pero sin embargo todos poseen un punto en que concuerdan: las lesiones. A lo largo de la historia de cada informante en el *running*, tarde o temprano, todos experimentaron una situación de lesión, ya sea ósea o muscular, y momentos de *dolor*, tanto en carreras como en entrenamientos.

Para abordar al *running* en tanto práctica que posee implicancias en la salud y en los cuerpos de las personas, y así también como el tema del dolor, se tomó como referencia el trabajo de Tyson Smith (2008), quien aborda los significados que los luchadores le atribuyen al *dolor* y a las lesiones. Asimismo, también son destacables las obras de Le Breton (1999, 2009) en donde realiza un rastreo histórico sobre los diversos significados del *dolor*, así también como un estudio antropológico y sociológico sobre sus diversas dimensiones, y en particular analiza los motivos que llevan a las personas a participar en carreras de aventura. Considerando sus aportes sobre el dolor en la esfera deportiva, es que esta investigación busca venir a discutir la relación entre el mismo y las lesiones, agregando al *goce*, el *placer* y el *miedo* como emociones imperantes entre los corredores

En la presente investigación, se ha visto cómo para los miembros de *La Masa*, el *dolor* es un elemento que los atraviesa a casi todos. Aquí, se entiende al mismo no desde su perspectiva fisiológica³, asociado a la medicina estrictamente, sino como una sensación que da sentido e información útil para la conducta del individuo en relación con el mundo (Le Breton, 1999:11).

A diferencia de lo que sostienen las investigaciones más ligadas a la fisiología, el *dolor* aquí no implica sólo una manifestación de defensa del organismo, sino que debe comprendérselo en términos de significación y valor: analizarlo desde un punto de vista social y antropológico, para

³ En sentido estrictamente físico, sensorial, en donde sufre el cuerpo y no el individuo, que determina una medicina determinada para el enfermo. (Le Breton, 1999)

observar la relación del hombre con el *dolor*, que crea significados diversos alrededor del mismo, considerando la trama social y cultural que lo atraviesa (Le Breton, 1999:21).

En consonancia, Tyson Smith (2008) remarca que el *dolor* es un síntoma subjetivo, oculto, y que no puede reducirse a cualidades sensoriales sino que es, más bien, “*una manera de estar en el mundo que reorganiza el espacio y el tiempo vivido, las relaciones con los demás y con nosotros mismos*” (Tyson Smith, 2008:1). A la vez, le otorga una gran importancia al trabajo de David Morris⁴, quien afirma que el *dolor* no es un fenómeno estrictamente físico, sino que es una experiencia dotada de significados e interpretaciones diversas que varían según el tiempo, el lugar y las personas.

Para realizar su investigación, Tyson Smith toma esta concepción de David Morris, que se asemeja a los lineamientos que Le Breton (1999) esgrime en su trabajo, y con los cuales es mi objetivo vincular la dimensión del *dolor* en *La Masa* en la presente investigación, considerándolo en tanto una construcción social que no se puede abordar exclusivamente desde el discurso médico, sino que en este caso reviste una especificidad determinada para este grupo en particular.

Casi todos los integrantes de *La Masa* consultados han manifestado sentir *dolor* de algún tipo ya sea en carreras, entrenamientos o luego de estos. Durante la competencia, si es que en ella la persona corre al límite de sus posibilidades físicas, esforzándose al máximo para lograr un determinado tiempo (o si la misma es muy exigente), el dolor se encuentra presente en reiteradas ocasiones. A la vez, cuando lo sienten luego de correr, se relaciona de manera directa con un gran esfuerzo realizado durante la actividad, que los lleva a seguir cuidándose luego de la misma, a través de diversos calmantes, relajantes musculares, o hielo (aunque también puede ser dolor producto de alguna lesión⁵, ya sea muscular, ósea, o articular).

Por ejemplo, la mayor parte de los integrantes de *La Masa* relataron sus experiencias respecto al dolor con orgullo y como algo que es propio de la actividad. Rodolfo⁶ por ejemplo, me comentó que hubo una carrera de 21 kilómetros en Buenos Aires que la *sufrió*, y dice que fue por no estar preparado adecuadamente para correrla: “*No estaba muy preparado físicamente, esa la sufrí. Con cansancio en general, uno cuando no está preparado y corre de más, los músculos*

⁴ Morris, D. B. (1991). *The culture of pain*. UC Press: Berkeley

⁵ Cabe sin embargo, hacer una distinción, como hace Tyson Smith (2008), entre el *dolor* y la lesión: “*La lesión puede entenderse como la rotura de la estructura del cuerpo, una rotura que puede afectar su funcionamiento. El dolor es el indicador de una lesión y una experiencia sensorial y emocional desagradable*”

⁶ Rodolfo es un joven de 22 años, estudiante de Relaciones Internacionales, que participa en *La Masa* hace un año y medio. En este período, se ha convertido en uno de los referentes más jóvenes de la misma, y tiene grandes amistades con otros miembros, mucho mayores que él.

se te empiezan a poner duros y tenés que parar. Y paré como 3 o 4 veces. Pero abandonarla no iba a abandonarla, sabía que algo me iba a doler...". También Gabriela,⁷ al ser consultada si convivía con dolor durante las competencias, me contestaba: "*Siempre. Pero vas corriendo, te duele, y después se te pasa, no podés dejar que te venza el dolor. Lo mismo correr los tres días estos en el Cruce...me pongo siempre tobilleras, y ahora me puse en ambos tobillos en esta carrera. Tobillera y medias de compresión, y átomo en el gemelo*". Aquí se puede ver cómo, si bien Gabriela no niega que tenga *dolor*, utiliza una serie de elementos y productos para evitarlo, a la vez que pone en juego un imperativo moral en donde el dolor aparece como algo a ser vencido.

Así como los luchadores profesionales evitan las lesiones principalmente, a la vez que conviven con el *dolor* (Tyson Smith, 2008), ellos conviven con el mismo, pero quieren evitar tener futuras lesiones y que los mismos se agraven, y es por eso que por ejemplo, usan tobilleras o plantillas.

Al respecto, cabe mencionar que este aspecto de tratar el *dolor*, es abordado por Le Breton (1999) en su investigación desde una concepción antropológica. Él señala que en las capas sociales medias, y sobre todo privilegiadas, el *dolor* es tratado tan pronto como se manifiesta: el malestar no tiene tiempo para instalarse. Añade que al estar puesto el acento en la necesidad de mantenerse en forma, la atención en uno mismo no admite demoras. (1999:168). En este sentido, son más que ilustrativas las experiencias de Mabel⁸ y Gabriela, que acudieron al médico cuando tuvieron dolores y que si bien los médicos sostenían que lo mejor era que dejen de correr, ante la negativa de ellas les recomendaron la utilización de diversos elementos para evitarlo.

En este punto existen algunas experiencias de otros integrantes de *La Masa*, que en reiteradas oportunidades, luego de haber sentido *dolor* en entrenamientos, e incluso haber tenido lesiones musculares, no van a consultar al médico inmediatamente, y se auto-medican con relajantes musculares, o utilizan hielo-calor para una zona muscular "cargada" por exceso de entrenamiento. Constantemente hacen mención a lesiones, que no eran esporádicas, sino que eran constantes, y que la mayoría de las personas ni siquiera consideraba que la fatiga o dolencia eran dignos de ser llevados a un médico, sino que se consideraban como algo "normal" que debía ser superado.

⁷ Gabriela es una mujer de unos 47 años, nacida en Chaco. Ella, es una de las integrantes más antiguas de La Masa y una de las más asiduas a concurrir a entrenamientos y carreras de diversa índole, incluidas ultra-maratonés (pruebas de más de 42 kilómetros de distancia, que es la maratón original).

⁸ Mabel es una profesora de educación física, de 47 años, con la cual he compartido la mayor parte de los entrenamientos. Comenzando desde cero, ella fue una de las que avanzó más rápido sumando distancias.

El *dolor* o la lesión se esperaba que “pasaran” solos, para poder nuevamente competir y entrenar, con algunos tratamientos conocidos entre corredores: elongar bien, ponerse hielo en la zona afectada (es recomendado alternarlo con calor) y hacer reposo, sin consultar al médico. De esta manera, la generalización que Le Breton realiza sobre las clases medias, en el sentido de que ni bien sienten *dolor* o algún síntoma de una determinada lesión, lo consultan con el médico pertinente, no parecería aquí aplicarse: la mayor parte de los miembros de *La Masa* no acuden inmediatamente a un profesional de la medicina para calmar sus dolencias, sino que proceden a auto-medicarse y consultarse entre ellos, lo que manifestaría que para tratar ciertas lesiones tiene más peso el saber colectivo de los corredores que el discurso médico.

En este sentido, cabe traer a colación los diversos significados atribuidos al *dolor* por los luchadores profesionales en el trabajo de Tyson Smith: negación (no se debía expresar ningún sufrimiento ni vulnerabilidad proveniente de una sensación de *dolor*, que no es una preocupación colectiva); autenticidad (las personas interpretan ese *dolor* como una prueba de autenticidad y realidad. Se relaciona con no negar que exista el *dolor*, sino que es una prueba de que sufren, se sacrifican y que aún así pueden terminar una competencia); solidaridad (protegerse entre los luchadores contra el *dolor* o las lesiones); dominio (el *dolor* como un mecanismo que afirma el dominio y el respeto al interior del grupo y que funciona como regulador de su jerarquía).

En la gran parte de los casos analizados se pudo observar el significado de *autenticidad*. En el resto de los informantes que fueron abordados sobre esta temática, sólo surgió un relato de Leandro⁹, en el que si bien el *dolor* no fue negado durante una ultramaratón de 63 kilómetros en Córdoba, sí fue controlado internamente y comunicado al resto del grupo, para no demorarlos. Contaba que iba corriendo con otras personas, Gastón y Francisco¹⁰ entre ellas, y les comentó de sus dolencias y se apartó del grupo: “*Pensé que los retrasaba, que los frenaba mucho y yo estaba muy destruido, y les dije que sigan. La hicimos el 90% juntos, pero pensé que los frenaba yo, y terminamos con 15 minutos de diferencia, que en 11 horas no es nada. Nos separamos por una cuestión de que se te traba la cabeza...no quería frenarlos porque sé que estaban tan destruidos como yo...*”

⁹ Leandro, de 37 años y habitante de Olmos, es empleado de una empresa dedicada a la reparación y mantenimiento de cajeros automáticos. Su presencia en La Masa se remonta al momento de su surgimiento, cuando sólo eran dos o tres personas. Actualmente, siendo uno de los integrantes con ritmo de trote más alto, entrena en La Masa junto a su mujer, su hijo de 15 años y su hija de 13 años.

¹⁰ Francisco es un abogado de 36 años, oriundo de La Plata. Si bien en La Masa no está hace más de dos años y medio entrenando, es una de las personas que más distancias corren y mayor ritmo de carrera poseen. Ha participado de innumerables ultra-maratonés (hasta de 100 kilómetros) por el interior del país, y prepara su calendario anual en base a las carreras.

Leandro intentó controlar el *dolor* internamente para no perjudicar al grupo, pero a la vez lo comunicó, dándole un nuevo significado al mismo, que le atribuyo la categoría de *internalizado*. En el sentido que Alabarces y Garriga Zucal (2008) abordan el *dolor* en una facción de la barra brava del club Huracán, este *dolor* tiene que ser aguantado, tolerado, resistido: Leandro demostró su “aguante” al seguir corriendo pese al *dolor* y no plantearse la idea de abandonar la carrera, que es considerado un fracaso en la competencia: implica una renuncia y “tirar por la borda” todo el esfuerzo realizado durante los entrenamientos dedicados a preparar esa carrera en particular.

En este punto, el de la tolerancia al *dolor*, Gastón afirmaba que “*está comprobado que las personas que logran mayor tolerancia al dolor son las que tienen éxito corriendo maratones y ultramaratones*”. El éxito estaría dado por el no abandono, como demuestra la experiencia de Leandro en Córdoba, por el hecho de no rendirse ante una adversidad, de no resignarse ante la fatiga y el *dolor* para poder completar una determinada prueba o entrenamiento. Prosiguiendo con el relato, le pregunté por las sensaciones que se le cruzaban por la cabeza al estar realizando tal esfuerzo: “*Las últimas tres o cuatro horas era prometerme que nunca más corría en mi vida. Por la cabeza se te cruzan mil cosas...la última parte es terrible porque tenés tanto quilombo hormonal que es terrible, encima estás muy cansado y te duele todo, te ponés sensible, se te cruzan emociones, te largás a llorar solo, lo único que querés es llegar, que se termine, y por otro lado qué sé yo, te acordás de algún familiar querido, algo que te motive*”.

Este relato, en el que Leandro señala que buscaba motivaciones para no abandonar la carrera, y la frase de Gastón sobre el éxito basado en la tolerancia al *dolor*, condicen con el análisis que Le Breton hace sobre el *dolor* en el deporte (1999). En él, el autor señala que la actividad física exige una aptitud particular para resistir el esfuerzo y la fatiga, y al mismo tiempo es una lucha interior contra el sufrimiento y también contra la tentación, de relejarse y contemplar el abandono, y añade que toda actividad física que vaya más allá de los esfuerzos habituales exige una negociación personal con el umbral de *dolor* soportable (1999:256). A la vez, remarca que la tarea del deportista consiste en domesticar la tentación de responder al *dolor* con el abandono, y hacerle perder importancia durante la competencia. (1999:258).

A la vez, Le Breton busca explicar los motivos que llevan a los individuos a participar en carreras consideradas peligrosas (2009), como son algunas ultramaratones de montaña por ejemplo, y en las cuales muchos integrantes de *La Masa* han participado. Al respecto, el autor remarca que en estas competencias el hombre se encuentra solo frente a la inmensidad del mundo,

y que aquí depura los límites y las facilidades de la vida cotidiana: es en este punto donde todo lo que pasa por el cuerpo es valorizado: la resistencia, el esfuerzo, la lucha, la fuerza (2009:18). De todas maneras hemos analizado que los motivos que llevan a los individuos a comenzar la práctica del *running* difieren entre sí, y que son variados (de salud, de aspecto físico, competitivos, psicológicos) y que incluso no todos los que comienzan la actividad tienen el deseo ni la posibilidad de competir en ultramaratones o carreras de algún tipo.

Pensando en los motivos que conducen a estos individuos a participar de tales pruebas, Le Breton afirma que la rutina de la vida diaria conduce al aburrimiento, y las personas buscan emociones fuertes, el estrés¹¹, a través de la exposición de sí a situaciones límite marcadas por el *miedo* y la excitación (2008:22): los participantes insisten en el *dolor* de la prueba, en la tentación de abandonar, pero afirman que lo harían nuevamente.

Asimismo, Augusto¹², expresa esta afirmación de Le Breton en la que la persona reconoce que tuvo *miedo* en la carrera, que era peligrosa, pero a la vez él asocia el *miedo* y el *dolor* con el *placer*, al decir que la disfrutó en demasía: “*Me voló la cabeza esa carrera. La verdad que es exigente, hermosísima por donde la veas, recomendable para que la hagan los chicos. Una belleza...lo que te llevás en una carrera así es espectacular, muy bueno. La más bonita, tiene sus riesgos también, porque es peligroso...correr 80km en dos días. Andar entre aguas, piedras, bajadas y pendientes muy pronunciadas que eran muy peligrosas, a mí me daba miedo...correr en pedazos de lajas de piedra que se movían...pisabas y se movían*”.

Es interesante rescatar el hecho de que Augusto asocia directamente el *miedo* con el *goce*: es decir, mientras más *miedo* sintiera, más dificultades presentara la prueba, mientras más *dolor* y cansancio la competencia le enseñara, el *goce* en el momento de terminarla, y luego en la situación retrospectiva de recordar la prueba, sería aún mayor.

Por otra parte, Francisco, en contraposición a muchos miembros de *La Masa*, en su relato no menciona la palabra *dolor*, sino que sí ha sentido cansancio en muchas de esas competencias y pocas lesiones. Al preguntarle si ha tenido lesiones desde que entrena con este *running team*, Francisco afirma que casi ninguna: “*Nunca nada serio, siempre alguna molestia propia del cansancio y de esfuerzos exigentes en las carreras*”.

El caso de Francisco sin dudas es paradigmático en cuanto a las lesiones: a pesar de todos

¹¹ “Stress seeking” en términos de Le Breton.

¹² Augusto es un hombre de unos 53 años. Empleado metalúrgico de profesión y también es uno de los integrantes más antiguos de La Masa. Si bien participa regularmente de los entrenamientos, por motivos laborales (cumple turnos rotativos en donde trabaja, a veces teniendo que trabajar nocturnamente), no participa de la totalidad de los mismos.

los entrenamientos que posee, no ha tenido lesiones importantes. En cambio, Leandro por ejemplo, como expresó previamente, durante su primer año en *La Masa* convivía constantemente con las lesiones. Gabriela, a la vez, remarca que ha tenido algunas lesiones que le siguen repercutiendo a la hora de entrenar y competir, y que determinan la manera en que ella concibe a las carreras en que se anota. Por ejemplo, ella tuvo su primer lesión ni bien comenzó su actividad del *running* pero no con *La Masa*: “*Tuve una fractura de maléolo (son cada una de las partes que sobresalen de la tibia y del peroné a la altura del tobillo) pero cuando corría en el Bosque fue, y estuve dos años parada. Hasta que arranqué de nuevo, y el traumatólogo me dijo que siempre me iba a doler, quieta y aún corriendo, y que corriera en blando y no en terreno duro (por este motivo también ella prefiere las carreras de calle a las de aventura, como vimos previamente)...ahora me duele siempre*”. Es desde aquí, que siempre debe correr con tobilleras y medias de compresión para evitar resentirse de la lesión. Y añade: “*Y después me golpeé en una rodilla en San Luis, y se me hinchó y me juntó líquido y estuve tres meses parada. Eso fue hace dos años atrás*”. Luego de esta lesión, el médico le ordenó reposo de tres meses, y señala que “*estaba como loca*” porque no la dejaba correr.

Es en este punto en el que cabe aclarar que, en los casos analizados, si bien la actividad implica dolor al competir o entrenar, parecería que más doloroso es soportar el hecho de no correr y no poder entrenar ni competir. Los informantes, lejos de que sean considerados como masoquistas que encuentran placer en el dolor, sí “*aguantan*” el dolor para poder progresar en su evolución como corredores, ya que la abstinencia de la actividad les resultaría más dolorosa (psicológicamente) que el dolor y las posibles lesiones producto de la misma.

El reposo para Gabriela, el hecho de no poder correr, viene a funcionar como un impedimento para la realización personal de ella, que sostiene que encuentra la felicidad corriendo. Es por ello, que remarca que su objetivo es poder disfrutar y terminar las competencias, sin la necesidad de esforzarse por fuera de sus límites, dado que ello conlleva a una lesión y al impedimento de su satisfacción personal.

También, Augusto, es otro integrante de *La Masa* que no ha podido escaparle a las lesiones (si bien en diez años de actividad, sufrió una lesión pocas veces y siempre de carácter muscular): “*Me lesioné en ocho o diez por ahí dos veces. No me acuerdo te digo...la última fue hace dos años, que fui a correr 30 kilómetros en Pinamar, de arena. Fue después de correr tanto y*

traccionar, estaba sobrecargado el soleo,¹³ no era un dolor de desgarro ni nada, sino que el músculo estaba sobrecargado. Ahí tuve que parar un mes y medio, porque quería salir a trotar y no podía...el médico me dijo que hiciera un mes y medio de reposo”.

Otro aspecto relevante en relación a este tema, viene a estar dado con los controles médicos que Gastón solicita anual o semestralmente a los miembros de *La Masa*. Con el objetivo de evitar inconvenientes referidos a la salud de sus integrantes, el profesor les pide que se hagan estudios nutricionales, de composición muscular, y principalmente cardiovasculares.

Como ha ocurrido en reiteradas competencias, ya sea de calle o aventura, y hasta en entrenamientos, han habido casos de fallecimientos por muerte súbita practicando esta actividad: durante el transcurso de esta investigación por ejemplo, en una carrera en la localidad de Ensenada, un hombre de unos 63 años murió mientras competía.¹⁴ Incluso en la actualidad, Nike dejó de organizar la tradicional Maratón de 10 kilómetros en fin de año debido a la vasta cantidad de demandas que recibió por parte de corredores debido a problemas de salud que han tenido durante la competencia y no fueron atendidos a tiempo.

Los testimonios de las personas de *La Masa* respecto al tema, si bien en parte disímiles, tienen un punto en común: asumen que el episodio en donde murió un hombre en Ensenada puede ser extendido a ellos mismos y que nadie se encuentra exento de que suceda algo similar con gente que está muy entrenada. También remarcan que es parte de la responsabilidad propia presentar los estudios a Gastón, y que ésta es una iniciativa que él realiza para “cuidar” a los miembros de *La Masa*. Esta representación nativa, asocia directamente la salud con una “responsabilidad individual”, en donde la persona ya estaría respaldada por la presentación de estos certificados e inmediatamente se supondría que tendría una buena salud (a pesar de que los casos de muerte súbita le han sucedido a gente entrenada y que hubieron presentado los pertinentes estudios médicos a los organizadores de las pruebas).

Ahora bien, hemos visto cómo los miembros de *La Masa* conviven con el *dolor* y lo significan de manera diversa. Esta significación está atravesada por la propia experiencia personal de cada carrera y entrenamiento, a la vez que por factores socio-culturales. Se observa que en la práctica del *running*, se articulan el *goce* que genera la actividad (vinculado a sensaciones positivas), con el *dolor* experimentado en el propio cuerpo y el *miedo* como emoción imperante. Le Breton (1999) remarca que si el *goce* o el *placer* marcan lo cotidiano como una

¹³ El Soleo es un músculo que se encuentra en la parte posterior de la pierna y se extiende por debajo de los gemelos.

¹⁴<http://www.telam.com.ar/notas/201402/51093-muere-un-atleta-en-medio-de-una-carrera-de-aventura-en-ensenada.html>

experiencia familiar, el *dolor*, por lo contrario, es vivido como algo del todo extraño, pues rompe la trama de las costumbres que engendran en el individuo el gusto de vivir (1999:24). Sin embargo, en *La Masa* se observan estos elementos en constante consonancia e imbricación: el binomio *goce/placer* se alcanza en cada entrenamiento y competencia (en especial expresado en la sensación de haber culminado los mismos), pero dicho alcance generalmente viene asociado del *dolor*, una dimensión que constantemente atraviesa la experiencia deportiva de los integrantes de *La Masa* y que se extiende a sus ámbitos que quedan por fuera del deporte (su vida cotidiana también se ve repercutida por este *dolor* presente).

A la vez, si bien el *dolor* no siempre se ve acompañado de alguna lesión, puede decirse que todos los integrantes de *La Masa* se han lesionado. No obstante, resulta paradigmático que algunos miembros de la misma abandonaron otras actividades deportivas¹⁵ para dedicarse al *running*, pero en esta actividad también han sufrido lesiones de diverso tipo. En el imaginario de los integrantes de *La Masa*, las lesiones “graves” no tienen lugar en el *running*, y asocian al fútbol, por ejemplo, como una práctica que se confronta con el hecho de correr, dado que implica mayor contacto y fricción física y por ende generadora de lesiones de manera más recurrente.

Frente a los discursos médicos y de la fisiología, e inclusive del sentido común donde la idea de salud se asocia al no padecimiento de dolores o lesiones, se ha visto cómo en el *running* se configura una idea de “práctica saludable” donde el bienestar físico se asocia al bienestar emocional, un bienestar que no excluye el *dolor* ni el *miedo* ni las lesiones, sino que todos estos conceptos nativos son asociados al *goce* y al *placer*. A su vez, es posible sostener que el bienestar que los corredores experimentan, aparece vinculado por ellos a la *grupalidad*, al sentirse acompañado, al compartir la pasión por el *running*.

Por lo tanto, para concluir, creo que considerando al *boom del running* como un proceso que atraviesa toda la trayectoria y el presente de *La Masa*, los sentidos atribuidos a la práctica del *running* no pueden entenderse sólo desde la filosofía del *fitness*, o del *wellness*, del discurso médico o fisiológico, o aquellos que hacen hincapié sólo en el *dolor*: en el caso analizado se observan un mundo de valores nativos donde la *autoimagen* de un grupo, los valores deseados, el sentido de pertenencia, la distinción y el reconocimiento, conviven en un imaginario sobre “lo saludable” (en donde se conjugan la *salud*, el *miedo*, el *dolor*, el *goce* y el *placer*) de la actividad

¹⁵ El mismo Gastón en una entrevista, me comentó que tuvo que dejar de jugar al fútbol porque se había lesionado la rodilla, y fue allí que comenzó a correr seguido. Otro informante, a la vez, me dijo que luego de tener una lesión ligamentaria en la rodilla también producto de practicar básquet, abandonó esa actividad totalmente y optó por el *running*.

que practican.

Bibliografía

- BRANZ, J. B. (2010): “Abordajes sobre la práctica del rugby: significados culturales en torno a la construcción de masculinidad”. En Gabriel Cachorro y Ciria Salazar (coordinadores). Educación Física Argenmex: temas y posiciones. La Plata: Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, Universidad Nacional de La Plata, 2010. ISBN 978-950-34-0672-4, <http://www.argenmex.fahce.unlp.edu.ar>.
- DA MATTA, R. (2007). El oficio del etnólogo o cómo tener ‘antropological blues’. En BOIVIN, M. *Constructores de otredad: una introducción a la antropología social y cultural*. Buenos Aires: Antropofagia.
- FERRETTY, E. (2013): “Políticas urbanas y prácticas corporales en los espacios públicos de la ciudad de La Plata: el caso del Parque San Leandro” en *Actas de la X Reunión de Antropología del Mercosur*. FFyH-UNC. Córdoba, Argentina. ISBN 987-24680-2-8.
- GARRIGA ZUCAL, J. y MOREIRA, M.V (2006). “El aguante. Hinchadas de fútbol entre la pasión y la violencia”. En D. Míguez y P. Semán: *Entre santos, cumbias y piquetes. Las culturas populares en la Argentina reciente*. Biblos. Buenos Aires.
- HANG, J. (2011). “Lo que pasa en los master queda en los master”. Deporte, sociabilidad y clasificaciones morales entre nadadores master del Club Universitario de La Plata.
- IULIANO, R (2008). “Me encantaría vivir del golf: apuntes sobre las categorías identitarias operantes en torno a la práctica del golf”. En Revista Question, La Plata, Vol 1, No 18.
- ----- (2010) Ocio, consumo y deporte entre los estratos superiores: aportes para la elaboración de un campo problemático. Educación física y ciencia, 12, 39-54.
- LE BRETON, D (1999). *Antropología del dolor*, Barcelona, Seix Masal.
- ----- (2009). *Pasiones del riesgo y contacto con la naturaleza*. (En línea). Educación física y ciencia, 11. Disponible en: http://www.memoria.fahce.unlp.edu.ar/art_revistas/pr.3977/pr.3977pdf
- MAUSS, M. (1936). “El concepto de técnica corporal”, en *Sociología y Antropología*, Madrid, Editorial Tecnos.

- TYSON SMITH, R. (2008): “El dolor en la Acción: Los significados del dolor que experimentan los luchadores profesionales”. *Qualitative Sociology*. Vol. 31(2):129-148.
- WACQUANT, L. (2006). *Entre las cuerdas: cuadernos de un aprendiz de boxeador*. Buenos Aires. Siglo XXI editores Argentina S.A.