



+ Programas  
Mujer y Deporte

NOVIEMBRE  
2022  
BOLETÍN

08

"El deporte te enseña que tu límite no es tu techo"

31

Las españolas conquistaron ocho medallas en Barcelona '92

## ENTREVISTANDO A . . .

- 04 BEATRIZ ÁLVAREZ.** Presidenta de la Liga Profesional de Fútbol Femenino. *"Mi vida estuvo marcada siempre por el fútbol, lo he vivido todo".*
- 08 CATALINA CORRÓ.** Nadadora. *"Es un privilegio que una deportista pueda elegir cuándo retirarse".*
- 13 AUDREY PASCUAL.** Esquiadora y surfista paralímpica. *"Ya estoy pensando en cómo llegar fuerte a los Juegos Paralímpicos de Milán-Cortina d'Ampezzo".*

## REPORTAJES

- 22 A SU SERVICIO.** Son Deportistas de Alto Nivel (DAN) y funcionarias, dos vocaciones que han sabido conjugar para ser las mejores.
- 26 UN 2022 A RITMO DE ÉXITOS FEMENINOS.** Las deportistas españolas no han bajado el nivel y han cosechado medallas y títulos en el año postolímpico.
- 31 BARCELONA '92, 30 AÑOS.** Los Juegos Olímpicos en la Ciudad Condal supusieron el despegue del deporte femenino español.

## SABÍAS QUE . . .

- 36 ALEXIA PUTELLAS.** La futbolista del Barça y de la selección española fue designada Jugadora del Año de la UEFA.
- 36 SELECCIÓN ESPAÑOLA SUB-17 DE FÚTBOL.** Las españolas revalidaron su título de campeonas del mundo de la categoría.
- 36 SELECCIÓN ESPAÑOLA DE WATERPOLO.** Las 'Guerreras del agua' revalidaron su título de campeonas de Europa y conquistaron su tercer entorchado continental.
- 36 ANNEMIEK VAN VLEUTEN.** La neerlandesa hizo historia al lograr un triplete histórico en 2022: Vuelta, Giro y Tour.



**04 Beatriz Álvarez**

*Presidenta de la Liga Profesional de Fútbol Femenino. “Mi vida estuvo marcada siempre por el fútbol, lo he vivido todo”*

**08 Catalina Corró**

*Nadadora. “Es un privilegio que una deportista pueda elegir cuándo retirarse”*

**13 Audrey Pascual**

*Esquiadora y surfista paralímpica. “Ya estoy pensando en cómo llegar fuerte a los Juegos Paralímpicos de Milán-Cortina d’Ampezzo”*



+ Programas  
Mujer y Deporte

# Entrevista

BOLETÍN

# Beatriz Álvarez

**PRESIDENTA DE LA LIGA  
PROFESIONAL DE FÚTBOL FEMENINO**

**“Mi vida estuvo  
marcada siempre por  
el fútbol, lo he vivido  
todo”**

**L**a Liga F es la primera competición profesional femenina en España, un éxito del deporte a nivel nacional que saborea el fútbol desde este 2022. Beatriz Álvarez, de 39 años, preside un inicio histórico, en una posición y un momento con los que no podía siquiera soñar cuando era jugadora del Oviedo Moderno.

Federada a los 12 años en el club de su vida, la asturiana fue futbolista hasta los 23, los últimos cuatro años en Primera División, cuando ya el trabajo y el deporte eran incompatibles. Beatriz ejercía de educadora social con mujeres drogodependientes pero pudo seguir ligada al fútbol en una carrera ascendente única.

Madre de tres hijos, fundó una escuela infantil femenina pionera, fue entrenadora y llevó la gestión del equipo ovetense a distintos niveles hasta ser presidenta del club durante diez años. La oportunidad y el reto mayúsculo llegaron para el nuevo fútbol profesional femenino: estructura, sostenibilidad y una identidad propia al amparo de la ley, para desarrollar la competición además en un momento álgido y de gran repercusión.

**¿Te gustaba el fútbol de niña?**

Empecé a jugar desde pequeña, en el colegio. Me federé con 12 años en el club de mi vida, el Oviedo Moderno. Pasé por todas las categorías, los cuatro últimos años jugué en Primera División. Por una cuestión de conciliación laboral me fue imposible continuar jugando y fue el momento de dejar de ser futbolista y empezar a apoyar al club desde otra perspectiva.

**¿Veías de pequeña las diferencias entre el fútbol de chicos y de chicas?**

Las veía y las sigo viendo. Soy una persona que cuestiono todas las cosas desde bien pequeña. Tenía un espíritu crítico y un espíritu feminista, de defender la igualdad de la mujer en todos los aspectos de la vida. Y eso es un poco también lo que ha marcado mi camino, no solo el fútbol, sino también romper barreras. Visibilizar el papel de la mujer.

**¿Era ser frustrante mirar el éxito que tenía el fútbol femenino en otros países?**

En países como Estados Unidos era algo incomparable. Una tiene la perspectiva de la sociedad en la que vive. El fútbol no deja de ser un reflejo del resto de la sociedad, no hay ningún otro deporte femenino que sea profesional. Esto ocurre en muchos otros ámbitos, en el deporte también, pero ocurre en general en todos los ámbitos de la vida.

**“ TENGO UN ESPÍRITU CRÍTICO Y FEMINISTA DESDE PEQUEÑA ”**

**Tu carrera de jugadora es corta. ¿Por qué dejas el fútbol?**

Dejo el fútbol porque trabajaba de educadora social, con mujeres drogodependientes. Trabajaba noches, fines de semana, no me permitía jugar al fútbol. El fútbol no era un medio de vida, incluso me costaba dinero. Decido dejar de jugar, nunca gané dinero con el fútbol, siempre tuve aparte mi trabajo. Lo dejé por el trabajo.

**Entonces empiezas a fomentar el proyecto de la escuela de fútbol para niñas, pionera en Asturias y casi a nivel nacional.**

Fue uno de los proyectos más bonitos en los que estuve. Eso me llevó a presidir el club. Dirigí con Montse Tomé la escuela del Oviedo Moderno. Tocaba hacer de todo un poco. Yo era más perfil de gestión. Lo hacía para que esas niñas tuvieran oportunidad cuando fueran mayores de vivir algo diferente, otras oportunidades.

**En 2015 contribuyes al nacimiento de la Asociación de Clubes de Fútbol Femenino (ACFF), lo cual marcaría un antes y un después.**

Hasta ese momento, cada club era una entidad totalmente independiente, en un fútbol amateur, poco reconocido, maltratado en muchos aspectos. Pasamos a hacer un poco de fuerza, poner en consenso problemas, buscar soluciones comunes. Incluso sabiendo el camino que queríamos, me costaba pensar lo que iba a ver.



**Después de seguir en primera línea el avance del fútbol femenino, en 2019 eres nombrada Directora General de Deportes del Principado, pero vuelves para ver nacer el fútbol profesional femenino como miembro de la Comisión Directiva del Consejo Superior de Deportes.**

Fue una apuesta política del Gobierno. Hubo que superar barreras, pero fueron unos años en los que se empezó a facilitar todo y fuimos encaminados. Siempre pensaba que nunca vería al fútbol femenino ser profesional. Ni en mis mejores presagios podía adelantarme a que no solo lo viviría sino que además estaría al frente de este proyecto.

## “ NI EN MIS MEJORES PRESAGIOS IMAGINABA ESTAR AL FRENTE DEL FÚTBOL FEMENINO ”

**¿Crees que es importante que sea una mujer quien presida la Liga F?**

No lo creo imprescindible, pero creo que era preferible. Es importante también dar ese paso a que las mujeres ocupen cargos de gestión y cargos visibles. Era importante para la propia imagen de la competición. Lo más importante es que sea mujer, pero mujer preparada, no por el hecho de ser mujer, ni una mujer florero; he tenido que romper con muchos estigmas. Asumir este cargo embarazada de ocho meses era una forma también de decir que 'claro que se puede'.

**Debes transmitir algo a la gente que trabaja contigo y te conoce para tener una carrera tan extensa en cargos directivos.**

Hay una cosa que es el currículum, tus estudios. Y otra, el currículum que te da el camino de la vida. Mi vida estuvo marcada siempre por el fútbol, lo he vivido todo. Eso es un aprendizaje que tengo ya interiorizado,

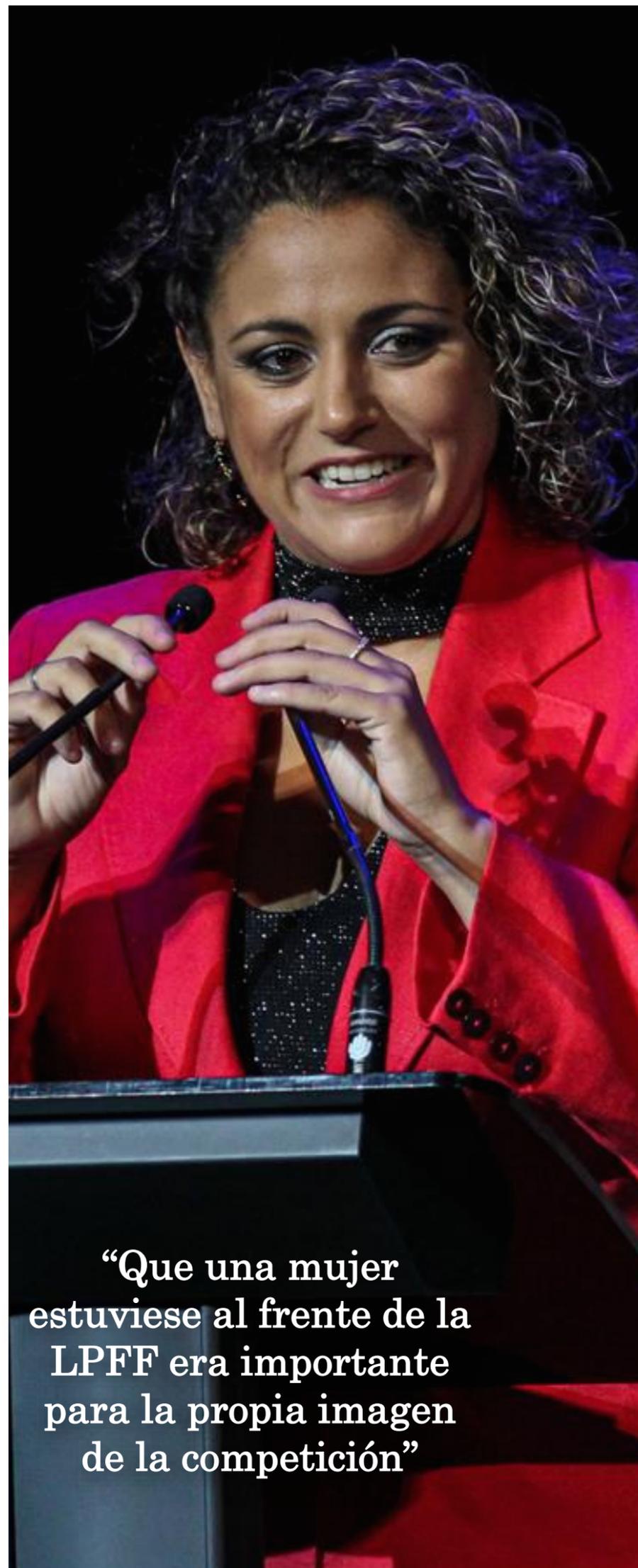
nadie me enseñó, lo viví, y eso se transmite. Cuando me llamaron los clubes querían que estuviera alguien que conociese el pasado, que hubiera pasado por ello. Una persona que viniese del barro, que supiese las dificultades que hemos tenido que atravesar para llegar a este punto.

**La cuenta atrás ha sido todo un reto el último año, desde que se hizo oficial la condición de profesional para el fútbol femenino hasta que nació la Liga F este septiembre.**

Estuvieron muchos meses trabajando con los estatutos, había que poner de acuerdo a todos los clubes. No fue tarea fácil, por eso se tarda en constituir la Liga Profesional de Fútbol Femenino. En el mes de marzo empieza el proceso electoral y de junio a septiembre teníamos tres meses para preparar todo. Hay un cambio de ser una competición organizada por la Federación a serlo por la Liga. Tienes que coordinar algunos aspectos con la Federación. Estos aspectos están muy condicionados ya con el masculino, y te ves arrastrada, salpicada por esas cosas. El CSD tiene también esa figura mediadora que ha hecho falta y no pasa nada, aunque lo ideal sería llegar a un consenso. Pero el concepto de 'en coordinación' es un concepto interpretado de maneras diferentes. No lo tenemos todos igual de claro. Eso conlleva diferencias.

**¿Qué ha sido lo más difícil y por qué ha sido complicado?**

Si preguntas al CSD, le ha costado. Yo estaba en la Dirección General de Deportes. Ahora, como presidenta, la preocupación era que en muy poco tiempo teníamos que comercializar los derechos comerciales, lanzar los derechos audiovisuales, para garantizar a los clubes unos mínimos ingresos. Una competición sostenible por sí misma, para que se deje de justificar que la sección femenina es una inversión a fondo perdido, que depende de la masculina y, en el caso de los clubes independientes, que sean sus ingresos.



**“Que una mujer estuviese al frente de la LPFF era importante para la propia imagen de la competición”**



**Ahora asumes un cargo histórico al frente de la primera liga profesional femenina en España. ¿Es una bendita responsabilidad?**

Después de todos los problemas, de muchas noches sin dormir, de muchas lágrimas porque no había financiación en el club, el día a día de los clubes humildes, ahora estás en otro lugar, precisamente para ayudar a esos clubes y jugadoras. Es una posición de poder, con una responsabilidad que asumes con mucho gusto. Para mí tiene una responsabilidad no solo por el propio cargo sino por mi compromiso con esto. Quieres que las cosas crezcan, este proyecto hay que explotarlo al máximo. Cómo decir que no cuando te ponen por delante esta oportunidad...

**¿Cuál es el próximo salto para responder a la etiqueta de calidad?**

La visibilidad es fundamental para las marcas, las jugadoras, los clubes. Era un pilar fundamental. Tenemos ya las herramientas y los recursos para crecer. Los clubes en sus asambleas tomarán las decisiones en cuanto a la línea que queremos seguir, la estrategia que tengamos. Es un proyecto de todos y todas. Tenemos garantizados 77 millones de euros para los próximos cinco años, hay que saber crecer, nos permite tener una base sólida.

**Puesta en marcha esta pionera competición profesional femenina en España, ¿el trabajo empieza ahora?**

Ha finalizado un camino de lo que era el fútbol amateur y ahora empieza otro, el fútbol profesional. Estamos en la línea de salida, todo lo que venga tiene que ser mejor. Mejorar la calidad de la competición. Estamos en un momento imparable. Es brutal el interés que muestra todo el mundo por el fútbol femenino y el objetivo de esta liga es convertirse en referente mundial.

**“ ESTAMOS EN UN MOMENTO IMPARABLE ”**

**¿Sería importante que salieran más 'Alexia Putellas'?**

Todo está relacionado. La calidad de la competición mejora la calidad de nuestras jugadoras. Alexia ahora mismo es la bandera no solo de la Liga sino a nivel nacional del fútbol femenino. Es un referente para todas las futbolistas y para las niñas que quieren practicar el fútbol. Es una necesidad importante crear referentes, que las niñas vean a las jugadoras como ídolos, que no recurran a Messi y a

Cristiano. Los Balones de Oro de Alexia nos han dado mucho y nos darán mucho. Ojalá existan muchas Alexias después de ella, pero tenemos Alexia para rato y tenemos que disfrutarlo.

**¿Lo que ha conseguido el fútbol puede ayudar a otros deportes?**

Dar este paso en un deporte femenino, la profesionalización del fútbol femenino, es una ventana para otros deportes, para que muchas otras puedan seguir este camino. Que se puedan plantear como una opción real, marcas el camino a otras muchas mujeres.

**Con casi 30 años ligada al fútbol has visto cambios. ¿Esperas aún muchos más?**

Estamos en el punto de salida. La Eurocopa marcó la línea de las retransmisiones, el Barça con el Camp Nou lleno, muchos estadios logrando hitos importantes. Espectadores en el campo y en la televisión, el camino está ahí, pero a eso hay que darle continuidad. Para eso trabajaremos, para mejorar la calidad de la imagen de la competición, todo lo que tiene que ver con la marca. Irán surgiendo cosas buenas y no tan buenas. Hay que ir lidiando con todo esto, pero ya no vamos a dar un paso atrás.

# Catalina Corró

NADADORA

“Es un privilegio que una deportista pueda elegir cuándo retirarse”

**S**uperación, esfuerzo, trabajo y una fuerza mental colosal son algunas de las muchas cualidades de **Catalina Corró**, nadadora española de 27 años y medalla de oro en los Juegos Mediterráneos de Tarragona 2018 en la modalidad de 400 metros estilos. Un año antes, en 2017, le diagnosticaron un tumor cerebral, aunque la mallorquina se negó a abandonar su pasión, a pesar de que tuvo que pasar por el quirófano hasta en tres ocasiones, en 2017, 2019 y 2020.

Además, entre sus logros están los subcampeonatos de España en piscina corta en las modalidades de 200 metros y 400 metros estilos. Pero Corró, que tuvo su primer contacto con la piscina con tan solo tres años, ya no disfrutaba de la natación, se le acabó la motivación, por lo que este verano, el 11 de julio, anunció su retirada del deporte profesional.

“No lo veo como una derrota, sino como un salto a la vida que me espera”, escribió la nadadora en sus redes sociales. Ahora, podrá dedicarse a su familia y a su entorno, apoyos imprescindibles en su carrera llena de momentos de superación, y la medicina, carrera que sigue estudiando y que dejó ‘abandonada’ por el deporte de élite.



**En tu mensaje de retirada dijiste que ‘tirar la toalla’ no entra en tu filosofía de deportista, pero sí veías esta nueva etapa necesaria...**

Sí, necesitaba salir un poco del mundo de la natación, ya no encontraba esa motivación necesaria para hacer natación de alto nivel y seguir sacrificando todo lo que necesitaba. Decidí que la retirada tenía que ser ahora, es un privilegio que una deportista pueda elegir cuándo retirarse. Yo lo podría haber hecho en cada una de las operaciones, pero es un privilegio elegir cuándo y que no sea por una lesión.

**¿Ya no disfrutabas de la natación?**

La verdad es que no, no disfrutaba tampoco del ambiente, de competir. Es muy difícil mantener la motivación diez años y se me acabó.

**En 2017 te diagnostican el tumor. ¿Cómo recuerdas ese momento y en qué o quiénes te refugiaste?**

Cuando me lo dijeron, lo primero que pregunté es si había solución y si la

había, si era operar, que me operaran cuanto antes porque yo quería nadar. Soy una persona bastante práctica y a la que vi el problema busqué la solución e intenté tenerla cuanto antes. Yo creía que era menos de lo que era, que la recuperación sería más fácil. Me apoyé en mis amigos, en el que entonces era mi novio y en mi familia, que siempre ha estado conmigo.

**¿Pensaste en algún momento que no volverías a nadar profesionalmente?**

Los médicos me dieron un año de recuperación y me dijeron que no me podría meter en la piscina hasta dentro de un año. Si estar tres meses sin nadar por el COVID

ya es un mundo, estar un año es una barbaridad. Pensé que no volvería a estar al nivel y que tendría que trabajar mucho la mente para poder llegar.

**¿Cuánto tardaste en hacer un entrenamiento?**

Tardé ocho meses en hacer un entrenamiento normal, pero me metí al agua a los tres meses. A partir de ahí, fue poco a poco, haciendo más metros, moviendo más la cabeza. Al final, tienes que empezar a cerrar la vista, son muchos pasos.

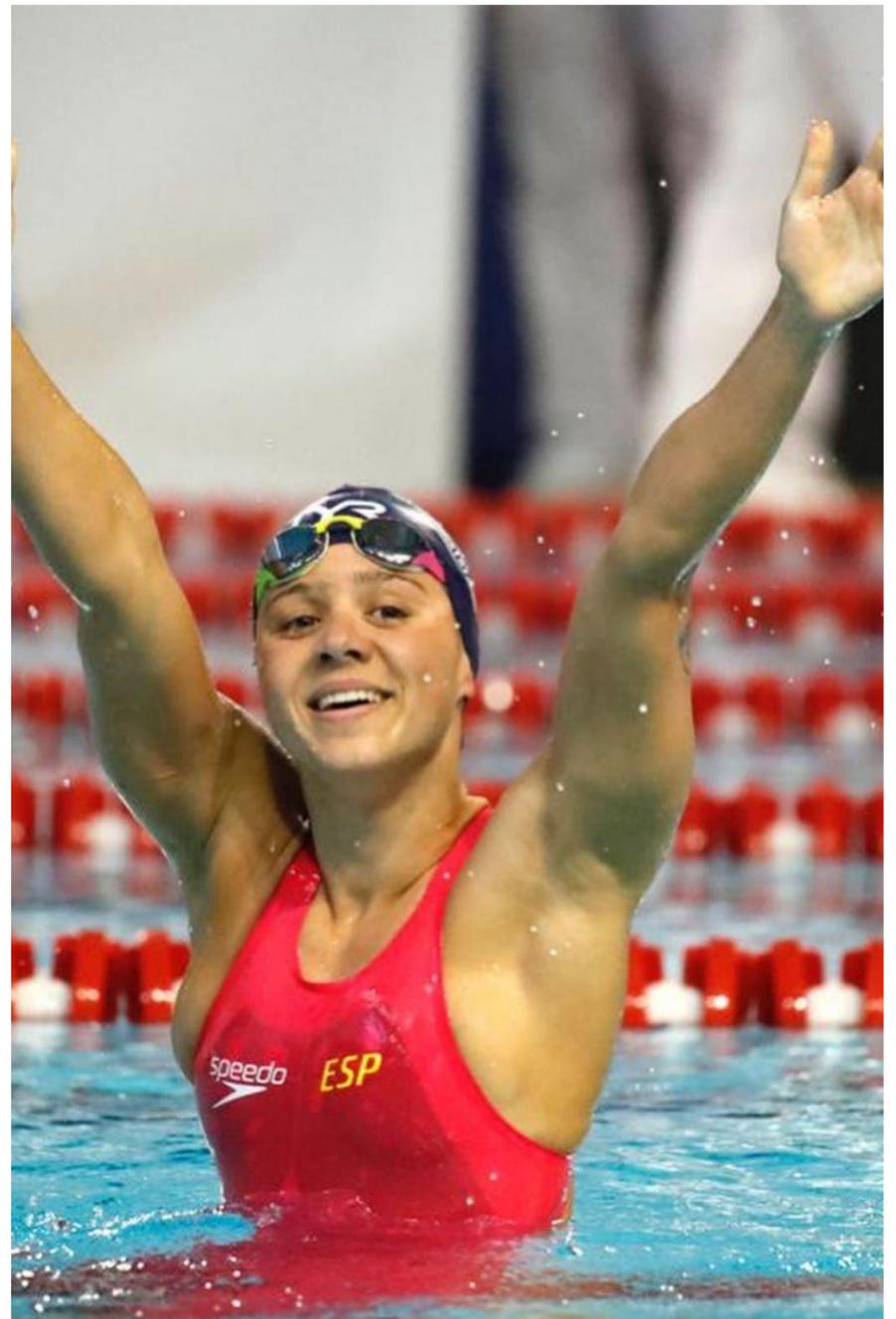
**¿Te ayudaron todos los valores que se asocian al deporte para seguir adelante?**

De base soy muy competitiva, pero siendo deportista de alto nivel te exigés un poco más. Para mí, fue ‘a ver cuánto antes puedo estar en el agua, a ver cuánto tiempo le puedo ganar a los médicos y decirles que no había sido un año’... La paciencia y la templanza que tiene una deportista de alto nivel también te ayuda en este tipo de situaciones.

**« YA NO ENCONTRABA LA MOTIVACIÓN NECESARIA PARA COMPETIR A ALTO NIVEL »**

**¿Cómo recuerdas el proceso de la enfermedad? ¿Sentías molestias, perdías el control del cuerpo?**

Antes de operarme empecé a tener episodios en los que perdía el conocimiento dentro del agua, era un proceso progresivo en el que perdía la conciencia de mi cuerpo, empezaba por las manos. No sabía si iba o venía, si hacía crol o espalda... Al final acababa desmayándome y me tenían que sacar del agua, estos episodios se hicieron más recurrentes, una o dos veces por semana, entonces me dijeron ‘vamos a parar y vamos a mirarlo bien, porque no puedes estar así viviendo’.





*“Antes de mi segunda operación odiaba todo, pensaba que me iba a morir; me odiaba a mí misma y caí en una depresión”*

**El tumor era benigno, aunque muy grande...**

Era muy grande para donde estaba, un tercio del cerebro, pero era totalmente benigno.

**Un año después del diagnóstico, consigues el oro en los Juegos Mediterráneos. ¿Lo imaginabas o te llegaste a sorprender a ti misma?**

Ni cuando me preparé para esa carrera ese mismo día pensaba que podría conseguir el oro, estaba Mireia (Belmonte), las italianas... Ganar y hacer la marca que hice, prácticamente mi mejor marca, era imposible pensarlo, no me lo podía creer.

**¿Sentías que merecías más ese premio después de ese último año tan duro?**

Era un premio para mí misma. Cuando tienes

una enfermedad, en mi caso un tumor, al final te llegan muchos mensajes, pero tienes que trabajar en silencio y eso nadie lo vio. Yo había trabajado mucho en silencio, junto con mi entrenador, y nadie lo veía. Para nosotros no fue fácil, no era fácil entrenar conmigo, nadie tiene un manual para entrenar a una persona que ha sufrido esto. Fue un premio para mí y para él.

**En la última prueba del Memorial Paulus Wildeboer de 2019 sufres un desvanecimiento en la misma carrera. ¿Cómo fue el episodio en la piscina, cuando Jessica Vall tiene que socorrerte en el agua?**

Fue en una competición en Sabadell, iba primera en la braza en el 400 estilos, solo me quedan 100 metros a crol, y ya no podía controlar mi cuerpo, no sabía ni lo que hacía,

pero tenía que llegar a la pared para que me pudieran coger. Ahí me di cuenta de que ‘Jessi’ me pasó, y ella siempre me dice que notó que me pasaba algo porque no era normal que me pasara en el croll. Entonces toqué la pared e hice una seña para que me vinieran a buscar, y ya vino Jessica. Ya me pude dejar ir y volví a perder el conocimiento. Fue un aviso de que algo no estaba bien.

**Fuiste aguantando y aplazando la revisión antes de la segunda operación.**

Sí, estaba negando que algo estaba mal. Pero yo pensaba que con la medicación, me la subirían, nunca piensas que te esté pasando otra vez lo mismo. Ya hubo un día que mi psicóloga me dijo: ‘o vas o te llevo a Mallorca a hacer la revisión, porque no puedes estar más tiempo así’.

**¿Cómo de importante ha sido para ti cuidar tu salud psicológica? ¿Crees que debe ser un aspecto básico para deportistas de alto nivel?**

Es tan importante como un entrenador. Cuando necesitas entrenar acudes al entrenador, cuando te duele el hombro vas al fisio, y cuando estás ‘mal de la cabeza’ necesitas ir a un psicólogo y trabajar semanalmente el nivel de presión que tenemos los deportistas de alto nivel, y más cuando te enfrentas a una lesión.

**¿Dirías que es sano mentalmente el deporte de alto nivel o te fuerza demasiado?**

Yo creo que uno se convierte en deportista de alto nivel sin saberlo, porque te va bien en algún aspecto en el que estés compitiendo. Pero mantenerse ahí es lo difícil, el trabajo mental, porque no todo el mundo está hecho para el alto nivel, no todo el mundo quiere sacrificar su salud mental por un objetivo.

**En tu caso, que en ocasiones has comentado que ‘el cuerpo no me deja hacer lo que la mente sí’, ¿cómo de importante es esa fuerza mental que has ido desarrollando, también por tu historia, como deportista?**

Para mí fue la base. Es verdad que cuando te operan de una cosa así te cambia la perspectiva de vida. Pero después de la primera operación, si hubiera sabido escuchar más a mi mente no me hubiera roto una costilla, que me la rompí forzando

el cuerpo porque la mente me pedía más. Hay que saber escuchar tanto al cuerpo como a la mente para prevenir que su cuerpo sufra.

**“ UNO SE CONVIERTE EN DEPORTISTA DE ALTO NIVEL SIN SABERLO; NO TODO MUNDO ESTÁ HECHO PARA ESO ”**

**¿Llegaste a odiar el deporte y la natación en el mes previo a tu segunda operación, en octubre de 2019?**

En ese mes de septiembre odié todo, me odiaba a mí misma también, porque caí en una depresión y un estado de shock permanente, mi realidad era que me iba a morir cuando me operaran el 23 de

octubre. Odiaba todo, porque pensaba que me iba a morir. A la vez yo sabía que cuanto más fuerte llegara a esa operación más rápido me iba a recuperar, entonces fue esa batalla de ‘tengo que hacer deporte, pero odio hacer deporte’. Fue mi lucha durante 30 días.

**Después de tres operaciones, la medalla de oro en los Juegos Mediterráneos, tres participaciones en Europeos (2014, 2018 y 2021) y dos Mundiales de piscina corta (2018 y 2021), ¿dirías que se te ha quedado algo en el tintero a nivel deportivo?**

Estoy muy satisfecha con mi carrera, me hubiera gustado haber empezado a trabajar mi salud mental antes, porque he tenido muchas ‘cagadas’ compitiendo porque no he sabido gestionar la mente. Eso es lo único que hubiera hecho diferente, del resto estoy muy contenta, como de lo que he podido aprender y enseñar a la gente de la natación.



**Supongo que el homenaje en tu última prueba en tu club fue precioso.**

Fue un campeonato difícil porque ya no me apetecía nadar, pero tenía que nadarlo, porque quería acabar bien la temporada. Me emocioné bastante porque estaba mi familia; hacía tiempo que no me veían andar y les quería regalar la última carrera a ellos. Fue muy emotivo y especial.

**¿Cómo fueron tus inicios en la natación? Porque tuviste tu primer contacto con la piscina a los tres años...**

Empecé con los cursillos de toda la vida, buscando colores y animales. Mi padre jugaba al fútbol, a mí me gusta mucho y empecé a practicarlo, pero hace 20 años el fútbol era solo de chicos, no había vestuarios solo para chicas, no te pasaban el balón... Entonces mi madre dijo 'hasta aquí'. Además, me dijeron que tenía mucha escoliosis y me pondrían un corsé si no nadaba. Entonces, me apunté a natación. Después empecé a competir, fui al Centro de Tecnificación de Baleares y después ya al Centro de Alto Rendimiento de San Cugat del Vallés (Barcelona).

**¿Cuál ha sido la mayor enseñanza que te ha dejado tu carrera?**

Me ha dejado muchas, porque el deporte te da unos valores que si no lo vives en el día a día no sabrás qué es. Cuando voy a un examen de la carrera no siento ni un cuarto de la presión que pueden sentir mis compañeros porque el deporte me ha enseñado a manejarla. También he aprendido a escuchar a la mente, y que todo el mundo cree que tiene un límite y seguramente ese límite es la mitad de lo que puedes conseguir realmente. El deporte también te enseña que ese límite no es tu techo, sino que va más allá de ese techo. Es bonito aprender cuánto puedes estirar tu cuerpo y tu mente para llegar a un objetivo.

**Después de la retirada, ¿a qué le va a dedicar su tiempo Cata Corró?**

Cuando nadaba, venía a clase máximo dos horas al día. Ahora vengo siete horas y ese es mi mayor cambio. No creo que tenga la depresión típica del deportista retirado porque no tengo siete horas libres, las tengo ocupadas con la medicina. Estoy en el hospital todo el día aprendiendo, eso es lo que hago, y cuando llega el fin de semana no tengo la obligación de ir a entrenar un sábado, me puedo ir a Mallorca cuando quiera.



**“El deporte me ha enseñado a manejar la presión, te enseña que tu límite no es tu techo”**

# Audrey Pascual

ESQUIADORA Y SURFISTA PARALÍMPICA

FOTOS: FEDDF/FUNDACIÓN TAMBIÉN/ALLIANZ



# “ YA ESTOY PENSANDO EN CÓMO LLEGAR FUERTE A LOS Juegos Paralímpicos de Milán-Cortina d’Ampezzo 2026 ”

**Audrey Pascual (San Sebastián de los Reyes, 2004)** acaba de cumplir 18 años, pero antes de alcanzar la mayoría de edad ya lo había conseguido todo a nivel deportivo pese a su juventud.

Esta joven madrileña nació con agenesia bilateral de tibias, es decir, sus piernas no tenían ni tobillos, ni tibias ni rodillas ("Sus piernas eran como un croissant", explica su madre Laura de forma gráfica), pero eso no ha sido un impedimento nunca en su vida ni en el deporte, como refleja su palmarés, sobre todo en el deporte en el que se ha forjado, el esquí alpino.

Audrey ya ha ganado en dos ocasiones la Copa de Europa de esquí alpino (2020 y 2022), posee decenas de medallas internacionales y nacionales que ya casi no caben en su habitación, pero lejos de ponerse límites, también ha demostrado sus cualidades en el surf, un deporte que empezó a probar en 2019 y en el que ya ha ganado cuatro medallas mundiales, dos individuales, una de cobre y una

de bronce a nivel individual, y un oro y una plata por selecciones. La pandemia le quitó el sueño de poder estar Pekín 2022 y ahora ya va a dar el salto a la Copa del Mundo de esquí, con el objetivo claro que estar en Milán-Cortina d’Ampezzo en 2026. Y todo ello sin descuidar su formación académica. Tras superar la EBAU, ha decidido estudiar ADE en Granada, algo que le 'facilitará' las cosas ya que muchas de las concentraciones se hacen en Sierra Nevada.

## ¿Por qué te decidiste por el esquí?

Lo elegí porque mis primas siempre se iban a esquiar los fines de semana y me dijeron en una comida familiar que yo no podía ir porque no tenía piernas. En ese momento, le dije a mi madre que me quería ir con ellas y aunque fuese me ponía las botas en las prótesis y me tiraba por la pista. Luego nos encontramos con

la Fundación También, que nos dejaba el material y a gente que supiese del tema, y así empecé en La Pinilla.

## La Fundación También ha sido clave en tu desarrollo.

Sí, empecé con ella y sigo actualmente con ella.

## Y pese a que se te daba de maravilla el esquí, también decidiste probar con el surf.

Sí, hace tres años empecé con el surf y fue un poco por casualidad. Mis amigos hicieron un viaje para surfear a Somo y yo simplemente iba para pasármelo bien y por el viaje. Pero dimos con Pedro Gutiérrez, que está muy metido en el surf adaptado y me dijo que podía mejorar un montón e ir en el futuro al Mundial, y eso ya me motivó mucho.



¿Son deportes parecidos el esquí y el surf?

Sí, una vez sentada, porque yo hago los dos deportes sentada, se parecen los dos bastante.

**Lo que sí parece es que actualmente hay más tirón en el surf. Al último Mundial fuisteis una selección muy numerosa, mientras que en los deportes de nieve está costando algo más.**

En el surf somos un equipo enorme, que es raro porque no es un deporte paralímpico en sí, pero somos un montón y hace dos años en el Mundial ganamos el oro por selecciones, somos un equipo bastante potente. En el esquí sí que hay poca gente y nos está costando un poco más.

**Ahora, con tus éxitos y progresión en la nieve, puedes servir de referente para que se animen más niños y niñas.**

Ojalá que lo pueda ser porque cuantos más seamos será todo más divertido y más guay. Es mejor ir todo un equipo a una competición que ir yo sola a las competiciones.

**“ ME GUSTARÍA GANAR EL ORO EN EL MUNDIAL DE SURF DE LA JOLLA DEL MES DE DICIEMBRE ”**

Tu palmarés ya es bastante amplio tanto en el esquí como en el surf.

No es lo normal, pero bueno, mola mucho.

**La pasada temporada 2021-2022 ya fue muy buena, dos medallas en los Mundiales de surf y la victoria en la Copa de Europa de esquí, con cuatro triunfos, dos en eslalon y otras dos en gigante.**

La verdad es que fue una temporada muy 'completita' porque, por ejemplo, en el Mundial de surf me quedé a muy poco de la segunda y este año sí que voy ya a por el oro. Y en la Copa de Europa de esquí no sólo fue el hecho de ganar las medallas sino que las bajadas se parecieron más a los entrenamientos y eso cuenta mucho.





*“No hay un éxito que destaque entre los demás, pero una medalla paralímpica o en la Copa del Mundo lo cambiaría todo”*

**Y de todos los éxitos que has conseguido ya, ¿hay alguno que te haga especial ilusión o qué recuerdes con más cariño?**

(Se lo piensa mucho) Yo creo que no.... Por ahora no ha habido ninguno que resalte entre los demás. Una medalla paralímpica o en la Copa del Mundo lo cambiaría.

**En lo negativo, que por culpa de la pandemia no pudiste clasificarte para los Juegos Paralímpicos de Invierno de Pekín.**

Sí, me quedé a nada de poder estar, pero creo que todo pasa por algo y si no ha sido este año, en las siguientes llegaré lo más fuerte posible. Ya estamos pensando en cómo llegar de fuerte a Milán, me apetece un

montón.

**Donde sí parece que vas a poder debutar ya es en la Copa del Mundo.**

Sí, ya tengo puntos para ir a Copas del Mundo, así que espero empezar en esta temporada y poder estar compitiendo con las mejores porque lo prefiero a competir con un menor nivel y ganar.

**¿Y este año, cómo tienes el surf?**

A principios de diciembre hay otro Mundial, en La Jolla (California) también. He estado entrenando este verano y a ver si puedo ir a las Islas Canarias antes porque sí que me gustaría hacerlo bien y ganar el oro.

**Tu primer Mundial de surf, en marzo de 2020, fue una aventura. Recién llegada de la Copa de Europa de esquí hiciste la maleta para irte a California y allí os tocó de lleno la irrupción mundial de la pandemia**

Llegamos de California y ya estaba todo el mundo confinado, fue como una película, no me lo creía.

**Y si ya es difícil compaginar estudios y un deporte, ¿cómo lo es con dos?**

Bueno, es que uno es más de verano y otro es más de invierno, así que en invierno dedico una semana a surfear y en verano una semana a esquiar. Es complicado porque tienes mucho menos tiempo libre, pero si es lo que te gusta no es tan horrible.

**También sabemos que te gusta la 'handbike' (bicicleta de mano). ¿En un futuro un nuevo deporte para competir?**

A ver, en principio no. La 'handbike' me gusta, pero no para competir, me gusta para entrenar o para salir de vez en cuando, no como deporte en sí.



**Lo que sí parece bastante difícil es compaginar el deporte de alto nivel y los estudios.**

Sí. Ahora acabo de terminar el Bachillerato con muy buenas notas, pero me ha costado muchísimo porque he tenido menos tiempo que el resto, me he perdido un montón de cosas y mis apuntes eran como el 'teléfono escacharrado', siempre me faltaba algo. Pero estoy muy contenta y tengo claro que si pones ganas, al final lo consigues. Además, en el instituto, siempre que decía que iba a competir, intentaban hacer lo posible para que me llegasen los apuntes y me han cambiado algún examen, pero ha sido sobre todo gracias a mis compañeras.

**¿Y cómo es un día a modo de ejemplo de entreno y estudio?**

Me tengo que levantar muy pronto para subir a esquiar porque hay que marcar. Hago 3 o 4 horas de esquí de palos, después como y mientras el resto se echa la siesta o se ducha, yo me pongo a estudiar.

Después tengo gimnasio una hora u hora y media y también tengo que encerar el material, aunque eso a veces lo hace mi entrenador y así yo puedo estudiar, y luego bajo a cenar. Este año me ha costado más porque después de cenar tenía que estudiar, porque 2º Bachillerato me ha costado mucho.

**“ EL DEPORTE ME HA AYUDADO UN MONTÓN A SER MÁS INDEPENDIENTE ”**

**Todo esto sería más difícil sin la ayuda de patrocinadores.**

Sí, yo he tenido mucha suerte con 'Almar', que me está ayudando un montón y también es ahora patrocinador en surf, y también 'Allianz'. Sobre todo es más en el esquí porque siendo una persona, mi entrenador tiene que cargar con todo y es un lío, y

estas ayudas son un 'empujoncito'.

**Tú nunca te has puesto límites pese a tu discapacidad y tus padres tampoco.**

Sí, eso es superimportante porque muchas veces los padres te sobreprotegen y al final de eso no sale nada bueno.

**¿Y tú te has encontrado con alguna traba en tu vida por tu discapacidad?**

No. Sí es verdad que en general a la gente con discapacidad se nos ve a veces como 'ay, pobrecitos', y a veces hay que preguntar si necesitas ayuda y no ayudar sin que te lo pidan.

**Y ya para acabar, está claro que el deporte ha jugado un papel muy importante en tu vida.**

El deporte me ha ayudado un montón, sobre todo a ser un poco más independiente y a ser un poco más organizada (ríe).

**19 A su servicio**  
Son Deportistas de Alto Nivel (DAN) y funcionarias, dos vocaciones que han sabido conjugar para ser las mejores

**26 Un 2022 a ritmo de éxitos femeninos**  
Las deportistas españolas no han bajado el nivel en el año postolímpico

**31 Barcelona '92, 30 años del esplendor del deporte femenino**  
Los Juegos de 1992 supusieron el despegue del deporte femenino español



+ Programas  
Mujer y Deporte

**Reportaje**  
BOLETÍN

# A SU SERVICIO

Son Deportistas de Alto Nivel (DAN) y funcionarias, dos vocaciones que han sabido conjugar para ser las mejores. Ahora nos cuentan cómo es su día a día

FOTOS\_ EUROPA PRESS/FEDERACIONES/CEDIDAS



**DURANTE LA COMPETICIÓN,** se emplean a fondo para ser las primeras; una vez acabada la misma, se ponen al servicio de la ciudadanía. Muchas son las deportistas españolas que han confirmado su vocación de servicio público entrando a formar parte, tras años de preparación y duras oposiciones, de la administración. Todas coinciden en las facilidades de las que disponen para entrenar y para poder representar a España en los diferentes campeonatos, aunque el sacrificio diario es igualmente enorme.

“Decidí opositar por consejo de una amiga que entrena conmigo. Ella es funcionaria y me explicó todas las ventajas que existen para los funcionarios que compatibilizan su trabajo con el deporte de alto nivel”, explica la **nadadora paralímpica Marta Fernández**. “Cuando das el paso hacia la vida laboral es difícil encontrar un trabajo que te permita seguir con el deporte, por problemas de horarios o disponibilidad para poder participar en los campeonatos”, añade.

## MARTA FERNÁNDEZ: “MI TRABAJO ME AYUDA A DESCONECTAR DE LA PISCINA”

La burgalesa, que nació con parálisis cerebral, se ha convertido en la nueva estrella de la natación paralímpica en nuestro país, una vitola confirmada con tres medallas en Tokio; el pasado mes de junio se convirtió en doble campeona del mundo al vencer en 150 estilos y 50 mariposa en el Mundial de natación

paralímpica de Madeira (Portugal), unos éxitos que celebran a lo grande en la **Delegación del Gobierno de Castilla y León en Valladolid**, donde se ha sacado su plaza.

“Cuando me incorporé al trabajo, tenía mucho miedo por los problemas que pudieran surgir con los entrenamientos a la hora de trabajar, pero desde el primer momento todo son facilidades para poder compaginarlo. Estoy muy agradecida por toda su ayuda, sin duda hace que todo sea mucho más sencillo. Al ser deportista de alto nivel tengo permiso para poder ausentarme del trabajo para participar en concentraciones y competiciones. Actualmente tengo jornada reducida en el trabajo para poder centrarme en el deporte. Tengo mucha suerte, me gusta mi trabajo y me ayuda a desconectar de la piscina”, confiesa.

Su camino empezó en el año 2018, cuando empezó a opositar, en principio al cuerpo de administrativos de la Junta de Castilla y León. “Como no salía ninguna convocatoria para examinarse, comencé a estudiar para el Cuerpo general de Administrativos del Estado, aunque me presenté a otros exámenes de otros cuerpos para ir cogiendo experiencia a la hora de examinarme. Aprobé y conseguí la plaza en la convocatoria del 2019-2020. Aunque como consecuencia de la pandemia, el proceso se alargó bastante en el tiempo. En marzo de 2021 me incorporé a mi puesto de trabajo en la Delegación del Gobierno de Castilla y León como administrativa en el área de agricultura. Mi trabajo es ayudar con la certificación de las exportaciones a países terceros de la Unión Europea, o el análisis de datos y estadísticas, entre otras funciones”, señala.



Junto a la ministra de Política Territorial, Isabel Rodríguez

Mientras, en la Universitat de les Illes Balears (UIB) da clases toda una semifinalista olímpica. La atleta **Natalia Romero**, campeona de España de 400 metros en pista cubierta en dos ocasiones (2009 y 2011), llegó a semifinales de 800 metros el pasado año en Tokio tras una carrera mucho más larga. “Fue una temporada difícil y emocionante a partes iguales. Venía de una lesión como consecuencia de los entrenamientos en tapiz rodante durante el confinamiento, y la temporada de pista cubierta resultante fue un desastre”, explica.

“Pensé en tirar la toalla muchas veces durante el invierno, pero solo la mínima posibilidad de estar en Tokio no me permitía dejar el deporte así. Cuando empezó el verano, conseguí que mi lesión estuviera totalmente controlada y los entrenamientos empezaron a mejorar mucho. Esto me dio la confianza suficiente para competir muy bien, especialmente en los momentos clave. Gracias a esto, conseguimos clasificarnos. El mes previo, ya clasificada, fue

increíble en cuanto a felicidad y motivación, haciendo que disfrutara como nunca el antes, el durante y el después de los Juegos”, rememora la jienense.

Tras la gran experiencia en la capital japonesa, regresó a su rutina habitual como **profesora titular de Fisioterapia**. “Hay épocas del año en las que es realmente complicado entrenar porque

## NATALIA ROMERO: “MI TRABAJO COMO PERSONAL DOCENTE E INVESTIGADOR ME DA UNA GRAN ESTABILIDAD”

se acumulan muchas horas de clase al día y los entrenamientos no pueden parar. Ir por la mañana a dar tres de clase, ir a entrenar después y volver por la tarde a dar clase es algo que pasa muy a menudo en esa época del año.

Puedo hacer el entrenamiento, pero me falta la otra mitad: el descanso”, desvela.

“Esto realmente me ocurre durante unos tres o cuatro meses al año; el resto, es más fácil porque son otro tipo de tareas que no causan tanta fatiga o no conllevan estar tanto rato de pie y concentrada dando clase. Llegar cansada a entrenar o, lo que es casi más frecuente, impartir clase después de un entrenamiento duro, hace que no rinda lo mismo, ni en una tarea ni en otra”, continúa.

Sobre su puesto de trabajo, reconoce que le ofrece “gran estabilidad” y que eso le permite afrontar los retos deportivos con menos presión. “Al margen de la época más difícil de clases, mi trabajo como personal docente e investigador en la UIB me da una gran estabilidad, y eso, sin duda, hace que pueda rendir mejor. Aunque además tengo muchas facilidades para el uso de instalaciones y un equipo profesionales que lo hace un poco más fácil”, prosigue.



Sin embargo, no siempre pensó en ejercer como profesora. “Nunca me había planteado la docencia como parte de mi futuro. Estudié fisioterapia porque me gustaba la parte asistencial y su relación con el mundo del deporte. Sin embargo, al acabar la carrera, hice un máster de investigación y docencia para la actividad física y la salud, y me di cuenta de que lo que realmente me apasionaba era investigar por qué ocurren las lesiones y qué podíamos hacer para prevenirlas en el deporte. Digamos que fue más la investigación, la que hizo que tomase el camino del doctorado para después formar parte del cuerpo docente universitario. Investigación y docencia casi siempre van de la mano y a mí me encanta mi trabajo”, indica.

“Por el contrario, el deporte siempre ha estado en mi vida y ha sido precisamente la piedra angular de todo lo demás, guiando lo que quería estudiar y hacia dónde quería ir. Fisioterapia y Ciencias del Deporte eran esas dos titulaciones que me permitían quedarme cerca del deporte el resto de mi vida, aunque desde otra perspectiva. Por eso, primero hice una y, años después, acabé estudiando también la otra”, subraya.

### “MI SIGUIENTE PASO ES ALCANZAR LA FIGURA DE CATEDRÁTICA”

En el futuro, seguirá adelante con sus dos pasiones. “En el ámbito deportivo, no soy una atleta precisamente joven. Pero es justo eso lo que me ha dado la estabilidad emocional y vital que me permite estar muy centrada y saber lo que quiero y lo que me beneficia. Ahora priorizo la calidad a la cantidad, en todos los sentidos, y cuido muchos aspectos de mi día a día para poder alcanzar mi mejor versión. Solo así podría vivir otros Juegos Olímpicos, y eso me mantiene muy centrada y motivada. A nivel académico, por el contrario, tengo todo el tiempo por delante. Aunque ya sea Titular de universidad, el siguiente paso es alcanzar la figura de Catedrática. Mientras tanto, tenemos varios proyectos muy interesantes relacionados con deporte y nuevas tecnologías, e incluso otros sobre la salud de mujeres deportistas. Poder darles viabilidad es una tarea complicada y frustrante a veces, pero a la vez muy motivante”, destaca.





Por su parte, la piragüista **Laura Pedruelo** compagina sus horas sobre el kayak con su servicio en su comisaría de Zamora. “Siempre me ha llamado mucho la atención el Cuerpo, aunque he vivido muy centrada en mi carrera deportiva y era complicado superar una oposición tan dura como es la de la Policía Nacional. Considero que realizamos una función muy importante dentro de la sociedad. Actualmente estoy adscrita al **Grupo Operativo de Respuesta (GOR) dentro de la Brigada Provincial de Seguridad Ciudadana de la Comisaría Provincial de Zamora**”, cuenta.

Reconoce que no dispone de “mucho tiempo libre”, pero aprovecha bien las 24 horas del día gracias en parte a las facilidades que le ponen en el trabajo. “La verdad es que desde la comisaría me ayudan muchísimo y lo compagino muy bien a la hora de entrenar y competir. Me siento muy afortunada del trato

que recibo por parte de mis compañeros y jefes de trabajo”, indica.

Todos ellos, además, celebran como el que más sus hazañas deportivas, como el título de campeona de España de K1 1.000 conquistado el pasado mes de julio, una cita en la que también se proclamó subcampeona de K1 500.

## LAURA PEDRUELO: “MIS COMPAÑEROS COMPARTEN MIS ÉXITOS CONMIGO”

“Mis compañeros empatizan muchísimo con mi vida deportiva. Ellos pueden ver de primera mano cuando llego a trabajar o vengo de entrenar o luego tengo que ir a entrenar, en función del turno en el que esté; ven el

sacrificio y el trabajo diarios. A la hora de competir siempre están pendientes y comparten siempre conmigo mis éxitos deportivos”, explica.

Sin dejar de lado su labor en el Cuerpo, Laura ya está enfocada en sus retos futuros, entre los que se encuentra estar en París 2024 para poder asistir a los primeros Juegos Olímpicos de su carrera.

“La próxima temporada 2022-23 es año preolímpico, va a ser un año muy ambicioso y con objetivos muy altos como es poder clasificar para los Juegos Olímpicos. Hay que ser realistas e ir paso a paso, primero estar lo más arriba a nivel nacional para poder representar a España en las competiciones internacionales y una vez clasificada luchar por clasificar para los Juegos Olímpicos en el Campeonato del Mundo”, manifiesta.

También la paratriatleta **Susana Rodríguez**, actualmente a la espera de que se resuelva la última Oferta Pública de Empleo del Servizo Galego de Saúde para tomar posesión de su plaza como **médica especialista en medicina física y rehabilitación**, ha sabido conjugar las dos grandes vocaciones de su vida.

“Creo que mi interés por la medicina nace durante mis primeros años en la Educación Primaria y Secundaria; me interesaba todo aquello relacionado con el cuerpo humano y con mejorar la calidad de vida de las personas que tuviesen cualquier problema de salud. Además, mi padre es anestesista y veía lo que le gustaba su profesión, y tenía curiosidad por saber qué hacía en su trabajo. No sé qué habré querido ser antes, si médica o deportista profesional, pero creo que una y otra profesión se complementan bien”, asegura la vigente campeona olímpica.

Unas pasiones que le han obligado a llevar una vida ajetreada en los últimos años y a recorrer dos veces al día los más de 70 kilómetros que separan Vigo, donde reside, de Santiago de Compostela. “Compatibilicé ambos trabajos durante mi formación como médico residente en Medicina Física y Rehabilitación. Trabajaba por

## SUSANA RODRÍGUEZ: “EL DEPORTE Y LA MEDICINA SE COMPLEMENTAN BIEN”

la mañana en el hospital en Santiago y entrenaba por las tardes en Vigo; esto suponía que tenía que hacer todas las sesiones de entrenamiento seguidas sin poder recuperar entre una y otra, acostarme tarde y madrugar

mucho, Mis compañeros me ayudaron mucho con los traslados, ya que yo, por mi discapacidad, no tengo carné de conducir y tengo que depender del transporte público. Para desplazarme a las competiciones o concentraciones nunca tuve problemas, mi jefe siempre me respetó mucho y siempre dice que el día que gané la medalla de oro en Tokio fue uno de los días más felices de su vida”, rememora.

En unos meses, volverá a aquella rutina, a la espera de su nuevo destino laboral. “¡Prefiero no imaginarlo demasiado! Tocaré de nuevo adaptarse, conocer el lugar, a los compañeros... Y espero que mientras me apetezca pueda seguir compatibilizando el trabajo con el deporte de alto nivel. Ojalá pueda quedarme en un lugar donde sea fácil acceder con transporte público y pueda tener la adaptación del puesto de trabajo”, desea.



### LA IMPORTANCIA DE UNA SALIDA.

Desde que tenía 21 años, **Laura Palacio** también tuvo que hacer encaje de bolillos para trabajar y entrenar, aunque ahora, tras retirarse del karate profesional en 2021, se dedica en cuerpo y alma a servir como Policía Nacional en Santa Cruz de Tenerife. “Desde que tenía 15 años quería ser policía, lo tenía claro. Cuando terminé el bachillerato tenía 17, sabía que me quedaba un año para poder presentarme, así que mientras estudié la carrera. Estudié Derecho para enfocarlo y que me fuese útil en el futuro. Entrar en el equipo nacional era un sueño que tenía en esa época, pero no imaginaba que iba a poder compaginarlo de esta manera. Fue un doble sueño cumplido y muy fácil de compaginar”, señala.

## LAURA PALACIO: “CREO QUE ES MUY IMPORTANTE TENER UNA SALIDA LABORAL”

Laura brilló en 2019 para convertirse en campeona de Europa de kumite, un éxito que se sumó a un palmarés en el que cuenta con un oro en Juegos Europeos, otras dos medallas continentales y tres mundiales. Todo bajo el amparo y con la ayuda de la Policía Nacional. “Dentro de la Policía está la sección de deportes, en donde todos los deportistas estamos amparados; nos dan permiso para poder viajar sin ningún problema. Yo, además, tuve mucha suerte con mis jefes en Santa Cruz de Tenerife, en la Brigada de Policía de Seguridad Ciudadana, que me permitían incluso

llegar un poco más tarde para poder entrenar. Siempre se lo agradeceré, porque me facilitaban muchísimo las cosas. Eran un apoyo”, recuerda.

Todo cambió con su retirada el pasado año, en el que pudo al fin cumplir un sueño profesional. “Mi profesión es vocacional y siempre he querido estar en el ‘zeta’, el coche patrulla. Mientras competía, el tema de los turnos era complicado, cuando era de noche necesitabas entrenar y tenías menos tiempo... Estuve en otro puesto muy gratificante profesionalmente, pero siempre tenía en mente estar en el coche patrulla. Cuando me retiré, hablé con mis jefes y me dejaron estar donde yo quería. Ha sido una retirada cumpliendo un sueño profesional. Estoy disfrutando todos los días, voy encantada al trabajo”, dice.

Sin embargo, ha querido seguir ligada al deporte. “Mi marido, Javier Orán, entrena a un club en Canarias y lleva a una deportista finlandesa con el Comité Olímpico Finlandés y le echo una mano cuando necesita. Estoy aprendiendo de él. Sacamos el título nacional de entrenador, empecé a sacar el nivel 2 cuando aun estaba compitiendo y la parte teórica del nivel 3, la parte práctica fue en el verano en el que me retiré”, expresa.

Además, Laura destaca “la importancia” de que los deportistas tengan “una salida laboral” tras poner fin a la carrera deportiva. “Entré en la Policía cuando aun estaba en la selección nacional. Creo que es muy importante tener una salida laboral; mucha gente se pregunta qué hacer, y para mí fue muy fácil”, reconoce.



# UN 2022 A RITMO DE ÉXITOS FEMENINOS

El deporte femenino español sigue rayando a un gran nivel y en este 2022 ya ha dado muchas alegrías, tanto en modalidades olímpicas como en las no olímpicas, y también en el de personas con discapacidad

FOTOS\_ EUROPA PRESS/FEDERACIONES



## ÉXITOS DEL DEPORTE FEMENINO EN 2022

**UN CAUDAL DE MEDALLAS** que ha aumentado el potencial deportivo de las mujeres en este país, añadiendo éxitos hasta ahora nunca conseguidos, a nivel polideportivo, con nuevas figuras y otras ya consagradas, alguna como la karateca **Sandra Sánchez** que ha decidido poner fin ya a su periplo en la alta competición.

Las mujeres, a nivel individual o por equipos, sumaron el pasado verano en los Juegos Olímpicos de Tokio siete de las 17 medallas totales, dos de oro gracias a Fátima Gálvez, junto a Alberto Fernández en la modalidad mixta de foso olímpico, y a la mencionada Sandra Sánchez, en la modalidad de kata del kárate.



Adriana Cerezo



Jone Magdaleno



Cecilia Castro



Sandra Sánchez

### SANDRA SÁNCHEZ PUSO FIN A SU CARRERA CON UN ORO EN LOS JUEGOS MUNDIALES

Precisamente, la talaverana decidió que este 2022 sería su último año y puso el broche de oro conquistando el último título internacional que le faltaba, el de campeona de los Juegos Mundiales. La campeona olímpica, de Europa y mundial también se impuso en la cita celebrada en Estados Unidos a la japonesa Hikaru Ono para cerrar su enorme palmarés. Meses antes, en Turquía, tampoco había fallado en el Europeo, con su séptimo oro consecutivo.

Otra figura que brilló en la capital japonesa fue la joven madrileña **Adriana Cerezo**, que estuvo a un suspiro de colgarse el oro en la categoría de -49 kilos con tan sólo 17 años. En este 2022, sigue subiendo al podio en grandes citas y fue bronce en un Campeonato de Europa donde **Jone Magdaleno** (-62) y **Cecilia Castro** (-67) fueron oro, y **Alma Pérez**, plata (-53), y también plata en los Juegos Mediterráneos de Orán (Argelia).

# ÉXITOS DEL DEPORTE FEMENINO EN 2022

**MÁS VETERANA, Teresa Portela**, vio cumplido su sueño y en sus sextos Juegos logró la plata en K1 200 metros, un éxito que le anima a seguir compitiendo al más alto nivel y que ha demostrado este año con su plata mundial junto a **Sara Ouzande** en el K2 200. El piragüismo, el deporte español más laureado a nivel olímpico, continúa demostrando su buen trabajo y ha tenido un año descomunal con dos medallas más en el Mundial, ambas de **María Corbera** en C1 200 (plata) y C1 5000 (bronce). La madrileña no se quedó ahí porque en el Europeo sumó tres preseas más gracias a sus oros en C1 500 y 5000 y su plante junto a **Antía Jacome** en C2 500. **Isabel Contreras** (K1 1000), la pareja **Laia Pelachs** y **Begoña Lazkano** (K2 1000) y **Eva Barrios** (K1 5000) subieron al podio como medallistas de bronce.

Este año también ha habido unos Juegos Olímpicos, en este caso de Invierno, donde España tuvo una indiscutible protagonista gracias a la catalana **Queralt Castellet**. La de Sabadell, en su quinta cita olímpica, brilló en la cita de Pekín con una sensacional plata en la modalidad de 'halfpipe', el primer metal de una mujer española desde el histórico bronce de Blanca Fernández-Ochoa en 1992. Además, la 'rider' también consiguió la segunda plaza en los X-Games.

Otras dos protagonistas de este 2022 han sido **Laura Fuertes** y **Araceli Navarro**, que lograron éxitos muy relevantes en boxeo y esgrima, respectivamente. La púgil asturiana se convirtió en la primera mujer en ganar una medalla, un bronce en -50 kilos, en un Mundial, mientras que la esgrimista madrileña firmó el mismo éxito en el Campeonato del Mundo en la modalidad de sable, la primera presea mundialista de una mujer desde 1997 (Taymi Chappé).

No faltó tampoco a su cita con el podio la jugadora de bádminton **Carolina Marín**, que tras su grave lesión de rodilla se proclamó campeona de Europa por sexta vez en Madrid.



Carolina Marín



Queralt Castellet



Teresa Portela y Sara Ouzande



María Corbera

## ÉXITOS DEL DEPORTE FEMENINO EN 2022

**Y ES QUE ESPAÑA DEMOSTRÓ** en el año postolímpico que es una potencia polideportiva y subió al podio en otros deportes como el judo, el kárate o la halterofilia. La judoca **Julia Figueroa** logró el bronce continental (-48 kilos), y los equipos de kata (**María López, Lidia Rodríguez y Raquel Roy**) y kumite (**María Espinosa, Carlota Fernández, María Nieto y María Torres**) fueron plata y bronce en el Europeo, respectivamente, y la haltera **María José Giménez-Güervos Pérez**, bronce europeo en la modalidad de total olímpico de 49 kilos, con bronce también en arrancada y plata en dos tiempos.

También hubo éxitos en dos deportes olímpicos de importancia como el atletismo y la natación. La marchadora **Raquel González** fue subcampeona de Europa en los 35 kms marcha y el equipo de maratón también fue subcampeón continental con **Marta Galimany, Elena Loyo, Irene Pelayo y Laura Méndez**.

En el agua, hubo bronce mundial para el equipo de natación artística formado por **Cristina Arambula, Abril Conesa, Berta Ferreras, Emma García, Mireia Hernández, Meritxell Mas, Alisa Ozhogina, Paula Ramírez, Iris Tió y Blanca Toledano** en 'highlight', y platas europeas para **María de Valdés**, en los 5 kms de aguas abiertas, y **Emma García (2)** junto a **Pau Ribes**, en dúo.

Además, **Ana Arnau, Inés Bergua, Valeria Márquez, Mireia Martínez, Patricia Pérez y Salma Solaun** se proclamaron subcampeonas de Europa en el ejercicio de tres con cinta y dos con pelota de la gimnasia rítmica, mientras que en vela, **Támara Echegoyen y Paula Barceló** terminaron terceras en el Mundial de la clase FX. La ciclista **Natalia Fischer** fue campeona de Europa en la modalidad de XC Maratón; **María Xiao**, junto a la rumana Adina Diaconu, se colgó el bronce en dobles mixto del Europeo, y, en el Mundial de Petanca, hubo oro para **Sara Díaz y Aure Blázquez** y plata para Díaz junto a Javier Cardeña.



Raquel González



Equipo español de natación artística



María de Valdés

# ÉXITOS DEL DEPORTE FEMENINO EN 2022

**TAMBIÉN ESTÁ SIENDO UN GRAN AÑO** a nivel de selecciones y equipos. Así, en el mes de septiembre, la **selección española femenina de waterpolo**, subcampeona olímpica en Tokio, lograba un éxito más y reeditaba su título continental en Split (Croacia). Mucho antes, a principio de año, las **'Leonas' de rugby** mantenían su dominio continental con su noveno título, y la **selección de fútbol sala** también se proclamó reina de Europa y la de **fútbol playa** hacía doblete con el Mundial y el Europeo. Las **'Guerreras' del balonmano** se colgaron el oro en los Juegos Mediterráneos. Además, las **selecciones Sub-17 y Sub-20 de fútbol** han conseguido coronarse campeonas del mundo.

Mientras a nivel de clubes, el **HC Generali** se proclamó campeón de Europa de hockey patines, el **Rocasa Gran Canaria**, de la EHF European Cup de balonmano, y el **UCAM Cartagena**, de la Copa de Europa de tenis de mesa.

Y el deporte paralímpico también ha dado muchos éxitos en este 2022, empezando por el más potente, la natación, que brilló en el Mundial de Madeira (Portugal) con oros para **Marta Fernández**, **Michelle Alonso**, **Núria Marquès**, la jovencísima **Anastasiya Dmytriv**, de 13 años, o cinco metales para la 'veterana' **Sarai Gascón** y otros cuatro para **María Delgado**.

**Susana Rodríguez y Sara Loehr**, campeonas en Tokyo 2020 en Paratriatlón para deportistas con discapacidad visual, se hicieron con el oro en el Europeo de Paratriatlón, una cita donde también ganó el oro la joven **Andrea Miguélez** (PTS4) por delante de **Marta Francés**. **Rakel Mateo** fue plata en la modalidad de PTS2.

Además, la 'rider' **Irati Idiákez** ganó dos medallas de plata en el Mundial de Snowboard, y la esquiadora **Audrey Pascual**, protagonista de este número, se proclamó por segunda vez campeona de la Copa de Europa. También **Sonia Rivero** fue plata europea en tiro paralímpico.



Equipo español femenino de waterpolo



Marta Fernández



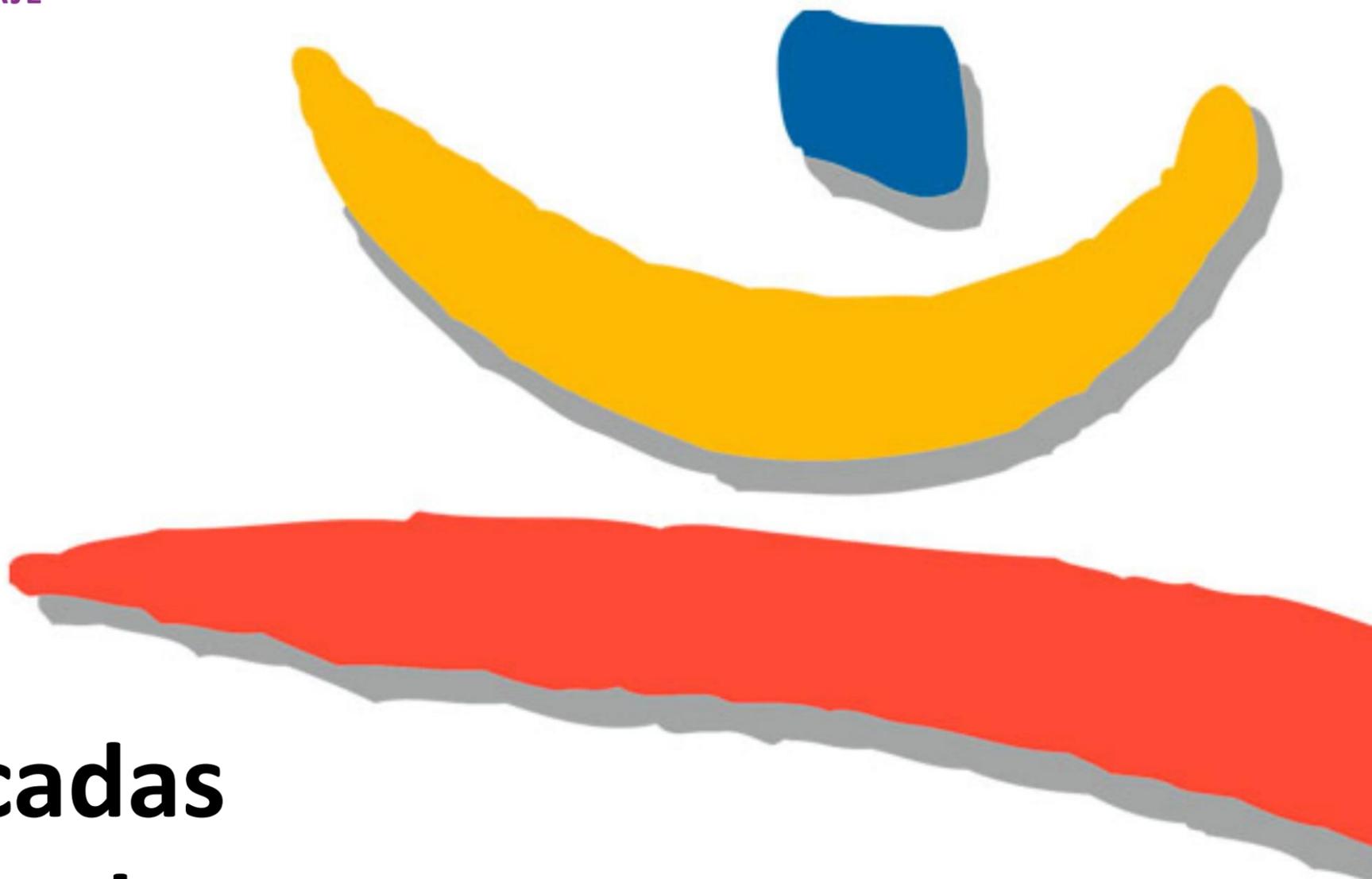
Susana Rodríguez y Sara Loehr



Irati Idiákez



Sarai Gascón



# Tres décadas de esplendor femenino

**L**os Juegos Olímpicos de Barcelona 1992 fueron un gran paso adelante de todo el deporte español, pero significaron especialmente una explosión para el deporte femenino, que pasó de tener un papel residual y casi de invitado a llegar a convertirse en el principal sustento del medallero nacional, produciendo heroínas y mitos que no podrían haber sido sin el impulso inicial que se consiguió en la cita que acaba de cumplir 30 años.

Carolina Marín, Mireia Belmonte, Andrea Fuentes, Lydia Valentín o Sandra Sánchez en Tokyo 2020 son el rostro de la victoria del deporte femenino español, que en los dos últimos Juegos Olímpicos ya supone más de un 40 por ciento del total de la delegación. Parece impensable ya, o cuesta imaginar, lo que sucedía antes de Barcelona, cuando España llevaba a apenas 31 mujeres, como en Seúl '88 (13 por ciento del total) o a las 16 de Los Ángeles '84 (8 por ciento).

# Barcelona '92



**POR ESO BARCELONA** estaba marcado en el calendario. Iban a ser los primeros Juegos Olímpicos en suelo español y había que estar a la altura. El número de deportistas nacionales participantes era más numeroso, pero en el caso de las mujeres era especialmente relevante, pues pasaban de las 31 a las 127, un salto para el que estaban más que preparadas como demostró **Miriam Blasco** el 31 de julio de 1992.

La vallisoletana, que llegaba a los Juegos Olímpicos tras ser campeona de Europa y del mundo el año anterior, se colgó el oro en la final de judo en -56 kg. El deporte femenino español nunca había conseguido una medalla y ella fue quien rompió ese techo. La ocasión fue de cuento de hadas. Miriam Blasco hizo historia en su propio país ante la que, además, terminaría siendo su mujer desde el año 2015, la británica Nicola Fairbrother.

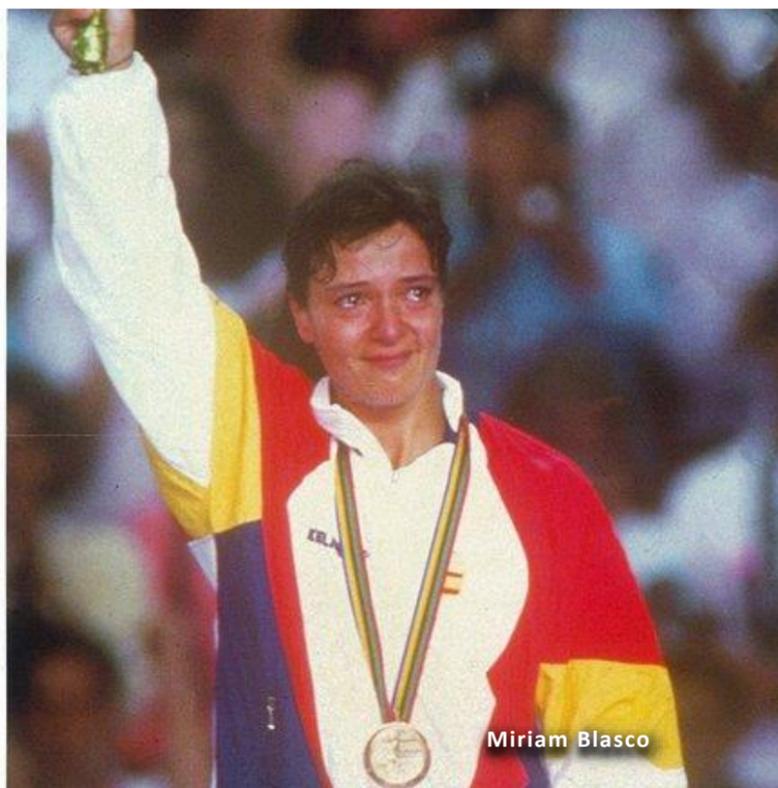
Aquello fue como quitarle el tapón a la bañera, pues en el transcurso de los Juegos Olímpicos llegarían siete medallas más. Desde París 1924, cuando participó la primera mujer española hasta 1992 no se había conseguido ningún metal, y, en Barcelona fueron ocho. Sólo un día después del histórico éxito de Blasco, sería otra judoca la que le tomaría el relevo: **Almudena Muñoz**, que el 1 de agosto conquistó el oro en -52 kg contra la japonesa Noriko Mizoguchi. En un lapso de apenas 24 horas, el Palau Blaugrana fue testigo de cómo el deporte femenino en España había roto una barrera para siempre.



Miriam Blasco



Almudena Muñoz



Miriam Blasco



Patricia Guerra y Theresa Zabel



Selección española femenina de hockey hierba



Arantxa Sánchez-Vicario



Arantxa Sánchez-Vicario y Conchita Martínez



Natalia Vía-Dufresne

De hecho, se conseguirían dos medallas de oro más en los mismos Juegos, y todos en disciplinas muy diferentes: judo, vela y hockey. En la clase 470, las regatistas **Patricia Guerra** y **Theresa Zabell** se hicieron con la victoria superando un nuevo obstáculo, pues fueron las primeras en ganar tras ser descalificadas en la primera regata.

Para Theresa Zabell eso solo significó el comienzo de una espectacular carrera de éxitos, porque, a pesar de que ya había sido campeona de Europa, ganó posteriormente dos campeonatos más, tres Mundiales y un segundo oro olímpico, esta vez en Atlanta 1996 junto con Begoña Vía-Dufresne.

Curiosamente, la hermana pequeña de esta, **Natalia Vía-Dufresne**, también se llevó su primera medalla olímpica en Barcelona 1992,

una plata, y después volvería a ganar una segunda presea plateada en Atenas 2004. La catalana, que competía en clase Europe, tenía solo 22 años y formaba parte de la nueva generación que venía a cambiar las cosas.

## LAS ESPAÑOLAS LOGRARON CUATRO OROS, TRES PLATAS Y UN BRONCE EN BARCELONA

El cuarto oro llegó en el **hockey sobre hierba** y supuso el primer metal dorado en deporte de equipos de la historia olímpica española. Un día después, llegaría el primer oro por equipos masculinos con el éxito del fútbol. El Estadio Olímpico de Terrassa, el combinado español

sorprendió a todo el mundo y se coronó campeón al batir a Alemania por 2-1, gracias a un gol de Eli Maragall en la prórroga. Un metal que tiene un mérito todavía mayor, pues era la primera vez que la selección femenina de hockey jugaba unos Juegos y no sabía ni lo que era quedar entre los tres primeros en un Europeo o Campeonato del Mundo, pero todo cambió gracias a un grupo de jugadoras completamente volcado a lo que propuso José Brasa y que fue una de las grandes alegrías inesperadas en Barcelona.

Otro de los nombres propios de Barcelona 92 fue el de **Arantxa Sánchez Vicario**. La barcelonesa se plantó en unos Juegos Olímpicos donde el deporte español no había conseguido jamás tocar metal, y ella se marchó de la competición con dos. Fue capaz incluso de repetirlo en Atlanta 96, de donde también sacó un bronce y una plata.

En individuales, Arantxa ya era una tenista consagrada en el circuito, pues ya había ganado Roland Garros en 1989 y disputado la final de 1991. Superó a tres rivales hasta plantarse en los cuartos de final, donde se encontró con Conchita Martínez en un duelo fratricida. La derrotó en dos sets y accedió a las semifinales, una ronda en la que le esperaba la americana Jennifer Capriati, que terminaría siendo oro y que se deshizo de ella en tres mangas. Finalmente, se llevó el bronce.

La historia fue diferente en dobles. Ahí, junto a **Conchita Martínez**, que había sido su rival anteriormente, derrotaron a parejas de Madagascar, Suiza, Francia y Australia antes de llegar a la final contra las estadounidenses Gigi Fernández y Mari Joe Fernández. El partido estuvo muy ajustado en su primer set, que cayó del lado estadounidense, y aunque Martínez y Sánchez Vicario ganaron holgadamente el segundo, terminaron quedándose a las puertas del oro al final (5-7, 6-2 y 2-6). Aun así, se llevaron una valiosísima plata.

## LAS ESPAÑOLAS TAMBIÉN SE HICIERON CON DOCE DIPLOMAS OLÍMPICOS

La octava medalla del deporte femenino español en la Ciudad Condal fue la de la alicantina **Carolina Pascual** en gimnasia rítmica. A pesar de quedar tras las dos rusas en la ronda preliminar, consiguió batir a Oksana Skaldina para terminar llevándose la medalla de plata, solo por detrás de Alexandra Timoshenko. La alegría pudo ser doble además, pues la también española **Carmen Acedo** terminó en cuarta posición.

1992 fue el año de la explosión del deporte femenino, que consiguió mucho más que esos ocho metales. Además del cuarto puesto de Acedo en gimnasia rítmica, la **selección española de baloncesto**, que participaba por primera vez, fue quinta, igual que el **equipo de gimnasia artística** y que **Conchita Martínez** en individuales. **Maite Zúñiga** en el 1.500 y **María del Pilar Fernández** en tiro fueron sextas y otras tantas deportistas obtuvieron diplomas olímpicos, como las componentes de la **selección de balonmano** -séptimas-, las gimnastas **Eva María Rueda** y **Cristina Fraguas** –séptimas-, las judocas **Yolanda Soler** y **Begoña Gómez** -séptimas- o el **equipo de voleibol** –octavo-.



Selección de voleibol



Selección de baloncesto

La explosión del deporte femenino, que también podría comenzar con el bronce que consiguió **Blanca Fernández Ochoa** en eslalon en los Juegos Olímpicos de Invierno en febrero de ese mismo año, ha demostrado en 30 años que las diferencias en el mundo de los deportes no eran más que prejuicios y la importancia que tiene el deporte femenino dentro del panorama español.

De hecho, el giro ha sido tal, que en los Juegos Olímpicos de Londres 2012 y de Río 2016, el deporte femenino consiguió más medallas que el masculino para el palmarés español. Hasta ahora, el techo está en la cita de la capital británica, donde deportistas españolas se subieron al cajón del podio en 13 ocasiones, un límite que tendrá que ser el próximo en superarse.



+ Programas  
Mujer y Deporte

# Sabías que...

BOLETÍN



# 1 ALEXIA PUTELLAS

**La delantera** del FC Barcelona e internacional española ha sido elegida de nuevo Balón de Oro y Jugadora del Año de la UEFA, unos galardones que dan algo de luz a un verano oscuro para la catalana, que se lesionó de gravedad antes de la Eurocopa de Inglaterra. (Foto: EUROPA PRESS)

# 2 FÚTBOL

La selección española femenina Sub-17 de fútbol conquistó el pasado 30 de octubre el Mundial de la categoría al vencer a Colombia (1-0) en la final disputada en Nueva Bombay (India), por lo que revalida el título logrado hace cuatro años. (Foto: RFEF)



# ANNEMIEK VAN VLEUTEN

# 3

**La neerlandesa**, ciclista del Movistar Team, hizo historia al revalidar su título de campeona de la Ceratizit Challenge by La Vuelta, certificando un espectacular triplete en un 2022 en el que también se ha llevado las clasificaciones generales del Giro Donne y del Tour de France Femmes avec Zwift. (Foto: Unipublic).



# 4 WATERPOLO

La selección española femenina se proclamó campeona de Europa por tercera vez en su historia (2014, 2020 y 2022) después de superar en la final a Grecia. (Foto: RFEN)



## Boletín MyD Nº 39 NOVIEMBRE 2022

Publicación periódica online Programas Mujer y Deporte

### © Consejo Superior de Deportes

Subdirección General de Mujer y Deporte

c/ Martín Fierro, 5. 28040. MADRID

[www.csd.gob.es](http://www.csd.gob.es)

NIPO en línea 825-19-007-4

ISSN en línea 2174-3673

### Coordinación

Natalia Flores Sanz

### Redacción

Andrea García Acuña/Europa Press Deportes

### Diseño y Maquetación

Europa Press

### Catálogo general de publicaciones oficiales

<http://publicacionesoficiales.boe.es>

## Suscríbete

Si no has recibido el boletín directamente desde [mujerydeporte@csd.gob.es](mailto:mujerydeporte@csd.gob.es) y deseas que te sea enviado periódicamente pulsa este enlace.

Si no deseas recibir más el boletín comunícalo a: [mujerydeporte@csd.gob.es](mailto:mujerydeporte@csd.gob.es)

