

EL TIRO CON ARCO COMO CONTEXTO DEPORTIVO PARA EL FOMENTO DE LA IGUALDAD ENTRE HOMBRES Y MUJERES.

Cabo Jiménez, Juan Antonio
Departamento de psicología experimental
Universidad de Sevilla
juanantoniocabojimenez@hotmail.es

Álvarez Fernández, María Ángeles
Departamento de psicología experimental
Universidad de Sevilla
lavasier@gmail.com

Estrada Contreras, Omar
Departamento de psicología experimental
Universidad de Sevilla
oestrada@us.es

RESUMEN

En este trabajo ofrecemos una visión general de la situación deportiva actual desde una perspectiva de género y diferenciando aquellos deportes más técnicos de aquellos otros en los que las capacidades físicas potenciales de los deportistas y las deportistas van a suponer la principal variable de éxito en el rendimiento. Posteriormente, nos centramos en el tiro con arco en particular. Vamos a comentar varios aspectos de este deporte, comenzando por una breve descripción del mismo, resaltando la importancia de los aspectos psicológicos, comentando las diferencias existentes que podemos encontrar en esta práctica deportiva entre hombres y mujeres, así como el caso concreto de las arqueras surcoreanas. Finalmente realizamos algunas propuestas de intervención y mejora hacia la igualdad entre hombres y mujeres en esta modalidad deportiva y sugerimos algunas líneas futuras de investigación desde esta perspectiva de género.

PALABRAS CLAVE

Deporte, género, mixitud, tiro con arco.

El deporte es un contexto de actividad en el que se refleja claramente la realidad social de la época y donde mejor se plasma la polémica sobre la jerarquía de los sexos. En este escenario podemos encontrar de manera muy recurrente discursos que van a legitimar y perpetuar la superioridad física, biológica, del hombre frente a la mujer (Fausto-Sterlin 2000; Barbero 2005; Miller 2001; Morgan 1999; Devís y otros 2005; Vicente 2005; citados en Judit Vidiella Pagés, 2007).

Basándonos en las aportaciones de Carmen Diez Mintegui (1996), esta correspondencia entre la realidad deportiva y la realidad social aparece reflejada a lo largo de la literatura, así como en las críticas de algunos autores al deporte como contexto en el que se reproduce el modelo de masculinidad prepotente de la época (Sage 1990; Messner y Sabo (eds.) 1990; Messner 1992; citados en); en la importancia del deporte como factor influyente en el aumento de la violencia masculina y en la sociedad en general (Miedzian 1995), o en el papel que como escenario de conducta en edades tempranas puede cumplir en la construcción de una identidad masculina que se opone a los valores tradicionalmente considerados femeninos, desvinculando al individuo de su participación en la vida afectiva y familiar (Badinter 1993).

Podemos considerar, por tanto, que el deporte es un campo de interacción donde se van a poner en juego aquellos patrones de comportamientos que hemos aprendido a lo largo de nuestro proceso de socialización, de nuestra propia historia de aprendizaje. De este modo, las expresiones, ideas y actitudes de los deportistas y las deportistas estarían sesgadas en base al género asignado en función del sexo biológico de cada persona, asociando determinados atributos al género masculino y otros distintos al género femenino. Nos encontramos ante un pensamiento de tipo binario en el que no cabe otra posible consideración de género que no sea el masculino o el femenino; un pensamiento binario característico de una sociedad patriarcal que además se basa en el linaje y la pureza de sangre, por lo que podemos encontrarnos con afirmaciones del tipo “los hombres están hechos para el deporte”, “los hombres llevan el deporte en la sangre” o “las mujeres siempre estarán en desventaja al competir con un hombre”.

Es un sistema patriarcal donde el poder auto-atribuido al hombre impidió en su tiempo la total participación de la mujer en los eventos deportivos, y donde actualmente lo sigue haciendo en determinados contextos deportivos. De esta forma podemos encontrarnos deportes donde no existe una categoría femenina a pesar de que hay constancia de un gran número de mujeres que practican dicho deporte, como el salto de esquí en los Juegos Olímpicos de Invierno, a pesar de que desde 1981, toda modalidad deportiva que se introduce en los Juegos Olímpicos debe contar con una categoría masculina y femenina (José Oriol Tusell Viladot, 2009).

Sin embargo, el sistema de categorización por género es en sí mismo una categorización androcéntrica que atribuye un rol sumiso a la mujer y un rol dominante al hombre además de una posición jerárquica superior respecto a la primera. Es por ello que una propuesta interesante sería aquella que tratara de romper con ese sistema de categorización y sembrara la semilla para una categoría totalizadora que englobe todas las combinaciones de atributos posibles. Siempre teniendo en cuenta que no se busca defender la igualdad absoluta entre hombres y mujeres; Ambos son diferentes en algunos aspectos de su constitución biológica, sin embargo, dichas diferencias no implican una discriminación por déficit sino que deben ser consideradas como una cualidad de la mixitud del ser humano. Una propuesta que no pretenda más que dar la libertad y la posibilidad de construir una identidad propia personal, que no sea impuesta por una categoría previa ya establecida en la que la persona es encasillada desde su nacimiento.

De este modo, desde la propia psicología en su vertiente más experimental y deportiva y asumiendo una perspectiva de género, nos planteamos la posibilidad de incluir una categoría mixta en cada modalidad deportiva. Partimos de la consideración de diferencias a nivel biológico entre hombres y mujeres, donde aquellos pueden desarrollar en potencia algunas capacidades en mayor medida que las mujeres, como la fuerza, y viceversa, como la flexibilidad. Lo cual no quiere decir que haya mujeres con más fuerza que un hombre y hombres con más flexibilidad que una mujer. Es por ello que el primer paso sería establecer una distinción entre deportes técnicos y deportes de capacidad máxima, donde los primeros no requieran de un desarrollo de las capacidades físicas a nivel máximo, mientras que en los segundos la fuerza, la flexibilidad, la velocidad, etc, serían explotadas en todo su potencial (Ver Gráfico 1).

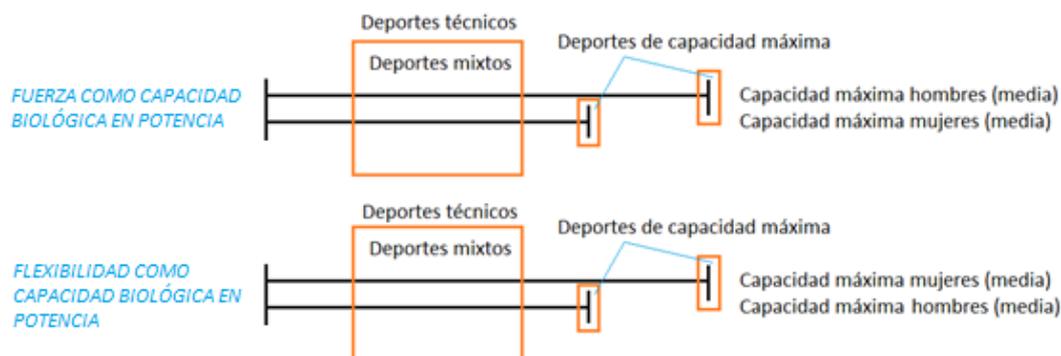


Gráfico 1: Distinción entre deportes técnicos y deportes de capacidades máximas.

Dada esta diferenciación nos parece acertado el hacer categorías en función del sexo (no del género) en los deportes de capacidad máxima, una categoría de hombres (que no masculina) y una categoría de mujeres (que no femenina). Mientras que sería en aquellos deportes más técnicos donde se incluirían una categoría mixta además de las ya establecidas en función del sexo. La posibilidad de crear equipos mixtos sin límites de edad supondría una serie de beneficios, no sólo para las mujeres, sino también para la sociedad en general, entre ellos (Oriol, 2009):

- Aumento del número de jugadores/as.
- Aumento del número de equipos.
- Aumento de calidad en las Ligas.
- Educación para y a favor de la igualdad entre hombres y mujeres en el mundo del deporte.

Por último, cabe preguntarse cuál es la función del deporte como evento social. Parece ser que se valora más el ganar, el rendir al máximo y explotar al cien por cien las capacidades de los deportistas y las deportistas que el mero evento deportivo y las relaciones humanas que también se ponen en juego y que supondrían una influencia al resto de la sociedad. El deporte debería de considerarse como un escenario donde hombres y mujeres puedan exponer sus cualidades como deportistas en un entorno de competición y sin olvidar el elemento lúdico del deporte; un escenario donde las diferencias de sexo no legitimen un sistema jerárquico y de superioridad de unas personas sobre otras.

Este trabajo tiene como objetivo principal realizar un abordaje sobre el panorama actual del deporte en general y del tiro con arco en particular para sentar las bases de futuras investigaciones con perspectiva de género tanto en la modalidad deportiva de tiro con arco como en aquellas otras en las que sea viable.

EL TIRO CON ARCO

Vamos a hacer una breve presentación de esta modalidad deportiva tratando de atender a los factores más relevantes o que puedan ser más influyentes en la diversidad de resultados obtenidos en las clasificaciones.

Nuestro trabajo se va a centrar en dos modalidades específicas de tiro con arco: el arco compuesto o de poleas y arco recurvo. Hemos seleccionado estas dos modalidades ya que, en los resultados publicados por la Real Federación Española de Tiro con Arco (FETA), son las únicas en las que existe una categoría (senior) con al menos 30 arqueros y arqueras.

En primer lugar, es preciso que conozcamos los instrumentos con los cuales vamos a tratar. Veamos cuales son las principales diferencias entre un tipo de arco y otro.

El arco recurvo (AR) debe su nombre a la estructura característica de este arco, consistente en una doble curvatura. Es el único arco que tiene carácter olímpico. Cuenta con mayor longitud de las palas, lo que unido al diseño Deflex del cuerpo, la suave doble curvatura de cada una de ellas y una potencia de uso de entre 30 a 40 libras, proporciona suavidad y precisión en el tiro.

Por su parte, el arco compuesto (AC) es un arco especialmente diseñado para proporcionar al arquero o arquera una posibilidad de uso de un arco que cuente con más potencia de tiro que la que normalmente podría manejar con facilidad con un arco recurvado. Esto se consigue con el auxilio una poleas en los extremos de las palas y una más que estudiada combinación de cables y cuerda. Esta reducción puede llegar a ser de entre el sesenta y el ochenta por ciento. Este diseño de funcionamiento obliga al arco a tener una apertura definida, esto es, que debe ser ajustada para cada deportista (Juanjo Hernández, s.f.).

Ambos tipos de arcos pueden ser modificados en algunos de sus componentes siempre dentro de los límites estipulados por el reglamento vigente para cada competición. Esto quiere decir que dentro de un mismo torneo, de una misma categoría de la misma modalidad, podemos encontrarnos una gran variedad en cuanto a las características de los arcos. Los componentes principales de ambos tipos de arcos pueden observarse en el Gráfico 2.

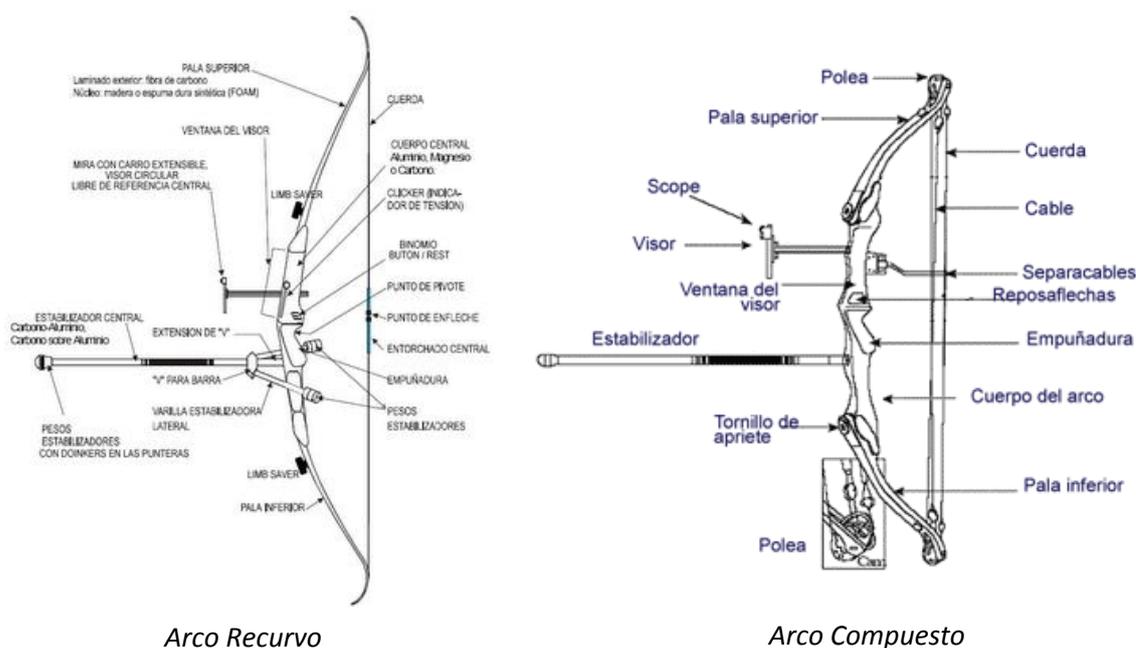


Gráfico 2: Componentes principales del arco recurvo y del arco compuesto.

También es importante comentar que en la modalidad de AC se exige más precisión que en AR. De este modo, para puntuar 10, el AC precisa de acertar en el aro o centro más pequeño de la diana, mientras que el AR puntúa 10 al acertar en el siguiente aro o centro de mayor tamaño, lo cual supone un diámetro de 2 centímetros más que en el AC (ver Gráfico 3).

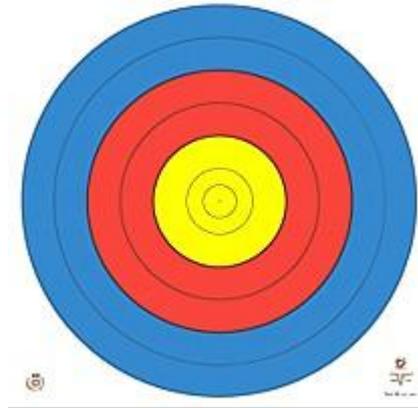


Gráfico 3: Diana oficial de la FITA.

Las distancias de tiro respecto a la diana es otro elemento a tener en cuenta en este deporte. En la mayoría de las competiciones, las distancias son las mismas para hombres y mujeres; por ejemplo, en las competiciones en sala tanto hombres como mujeres tiran a 18 metros. Sin embargo, hay otras como la Round FITA donde las distancias para los hombres son de 90, 70, 50 y 30 metros para los hombres y de 70, 60, 50 y 30 metros para las mujeres.

Las competiciones más popularizadas en este deporte son las de categoría masculina y femenina, aunque también existen competiciones mixtas, sin embargo, éstas están menos extendidas y reconocidas. En las competiciones mixtas se forman equipos constituidos por el primer clasificado de la categoría masculina y la primera clasificada de la categoría femenina de cada país y en cuanto a las puntuaciones, se suman los resultados de uno y de otra.

Estamos de acuerdo en que la experiencia y la práctica así como todo aquello que suponga un apoyo y sustento de este deporte va a suponer unos beneficios que repercuten de alguna forma en el rendimiento. Pero también hay otros muchos elementos que intervienen en el tiro con arco, como pueden ser la lateralidad ocular del arquero o arquera, la posición y colocación del cuerpo, la respiración y la atención durante el proceso de tiro, la motricidad gruesa y fina, siendo ésta última de gran importancia, o factores ambientales como el terreno, la visibilidad ambiental o el viento. Curiosamente, en contra de lo que generalmente podríamos pensar, la capacidad visual del arquero o arquera, dentro de unos mínimos, no es el elemento principal que determina el rendimiento óptimo. De hecho, no visualizan desde su posición de tiro el área específica o centro de la diana donde deben dirigir la flecha, solamente los componentes más globales y diferenciados de la diana objetivo, como los colores. Muchos de estos factores pueden ser entrenados tanto a nivel físico como psicológico.

EL ENTRENAMIENTO PSICOLÓGICO EN EL TIRO CON ARCO

Las variables psicológicas más influyentes que pueden afectar en la práctica del tiro con arco son las relacionadas con la respiración, la ansiedad, la atención y la visualización.

Por un lado, la respiración es un factor que repercute de forma importante a la hora de estabilizar el arco en el movimiento de anclaje, por lo que saber controlar la forma en que se respira es de vital importancia. Por otro lado, determinados patrones de respiración pueden influir en los niveles de ansiedad del arquero o arquera. Para intervenir en esta interrelación mutua entre ansiedad y respiración podemos emplear técnicas de control de la respiración junto a mecanismos de biofeedback como el pulsímetro para medir el pulso cardiaco o termómetros digitales para tomar la temperatura periférica del arquero o arquera. De esta forma, un elevado pulso cardiaco junto con un descenso de la temperatura de las manos son indicadores fisiológicos de un estado de ansiedad. En estos casos, el corazón bombea mayor cantidad de sangre y ésta pasa de las extremidades superiores a las inferiores para propiciar una respuesta de huida más eficaz, de ahí la menor temperatura de las manos, ante una señal de peligro que genera ansiedad. Empleando estos métodos junto con las técnicas de control de la respiración estaremos propiciando un entrenamiento adecuado para que el arquero o arquera aprenda a controlar su estado de ansiedad mediante la respiración y así mismo poder ajustar ésta última al movimiento de anclaje para facilitar el tiro y obtener un resultado óptimo.

La ansiedad también puede ser entrenada de forma independiente a la respiración. En este caso, se ha demostrado que mediante la presentación de palabras e imágenes positivamente valoradas es posible disminuir los niveles de ansiedad en deportistas (Omar Estrada Contreras y Eugenio Antonio Pérez Córdoba, 2008). En este trabajo citado, también se emplearon los mismos instrumentos de biofeedback mencionados anteriormente. Además, la evaluación de la ansiedad puede completarse con instrumentos específicamente creados para este fin como el CSAI-2 o el STAI.

Por otro lado, para el entrenamiento de la atención previamente debemos de definir la cualidad de dicho proceso atencional. Siguiendo la teoría de Nideffer de 1976, podemos entender que la atención que prima en este deporte, o al menos la más relevante, es la externa y estrecha, es decir, la atención centrada en un objeto concreto ajeno al propio arquero o arquera como puede ser la diana o el propio arco. El instrumento empleado para esta evaluación sería el TAIS. Sin embargo, desde el modelo interconductual propuesto por Jacob Robert Kantor (1926) y desarrollado por Emilio Ribes (1985), M^a Ángeles Álvarez Fernández, Omar Estrada Contreras, Eugenio A. Pérez Córdoba y Luis Gustavo González Carballido (2011) considera que existe otra variable a considerar en la categorización del proceso atencional; éste es el desligamiento de la atención. En este sentido, si atendemos a objetos o eventos que están físicamente presentes diremos que la atención está ligada al contexto; mientras que si dichos objetos o eventos a los cuales atendemos no están presentes, como el caso de los pensamientos, los recuerdos o la imaginación, diremos que esa atención está desligada del contexto, estableciéndose de esta forma un contacto funcional con dicho objetos o eventos. Esto implicaría una revisión tanto a nivel conceptual como metodológico sobre los estudios de la atención. En conclusión, si añadimos esta categoría de clasificación podemos decir que el entrenamiento en atención debería ir encaminado a fomentar, principalmente, un proceso atencional estrecho, externo y ligado. Sin olvidar que también existen otras combinaciones de estas variables del proceso atencional que si no son suficientemente consideradas pudieran repercutir en el rendimiento óptimo del arquero o arquera.

Finalmente, la visualización es otro elemento psicológico clave en el entrenamiento en el tiro con arco. Este proceso es muy útil en aquellas tareas técnicas de corta duración y de una complejidad y posibilidades de variabilidad mínimas. En este sentido, la visualización consiste en visualizar “mentalmente” nuestra futura ejecución y su resultado. Este trabajo hace que los circuitos neuronales que intervienen durante la propia actividad deportiva se activen también con la visualización, de forma que cuando entrenamos la visualización estamos fortaleciendo esos circuitos neuronales, agilizando dichos mecanismos biológicos y mejorando nuestro rendimiento en la práctica real.

Pero además podemos ampliar el proceso de evaluación psicológica de nuestros arqueros y arqueras mediante la aplicación de pruebas que bien no son específicas del ámbito deportivo, pero que al estar relacionadas con la persona deportista pueden igualmente influir en su rendimiento. Algunas de estas pruebas son el TSCI o el SSCI de Vealey (1986) para la evaluación de la autoconfianza o el POMS de McNair (1971) para la evaluación de los estados de ánimo (Isabel Balaguer, 1996).

Tras lo expuesto, podemos concluir que el entrenamiento psicológico optimiza la ejecución en la competición, mejorando los resultados.

DIFERENCIAS Y SIMILITUDES EN LAS CATEGORÍAS MASCULINAS Y FEMENINAS

La diferenciación de estas dos categorías no responde a una diferencia cualitativa entre los arcos empleados por hombres y mujeres. Tanto el AR como el AC, dentro de las variabilidades permitidas y de forma que se adapte lo mejor posible a cada arquero y arquera de forma particular, variando de esta forma tanto el peso, como el tamaño o los componentes, son utilizados por hombres y mujeres en las categorías y modalidades correspondientes.

A pesar de que el tiro con arco no es un deporte donde el desarrollo de las capacidades físicas sea un requisito para el óptimo rendimiento, sino más bien un deporte técnico, el número de personas federadas tanto a nivel nacional, autonómico y provincial son en su amplia mayoría arqueros. Mientras que las arqueras tan sólo suponen un pequeño porcentaje de federadas. En España, el número total de licencias en 2011 fue de 8600, 7203 de las cuales fueron de hombres y 1397 de mujeres (Real Federación Española de Tiro con Arco, s.f.).

Esto tiene una implicación importante. De forma general podemos ver que la mayoría de las competiciones el número de deportistas masculinos es muy superior al femenino. Con estos datos, sería conveniente preguntarnos si podemos analizar el rendimiento de hombres y mujeres en base a los resultados publicados.

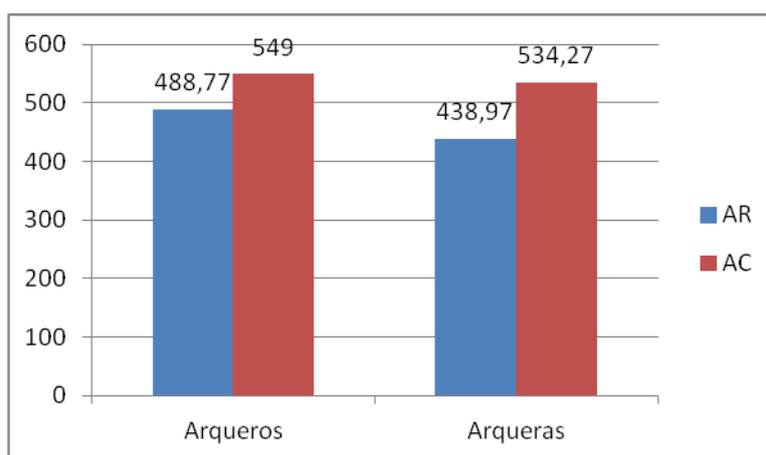
En este sentido hay que convenir que el análisis de estos resultados puede mostrar diferencias a favor de unos o de otras, o no haberlas, pero podrían resultar sesgadas por la diferencia de porcentajes, siendo conveniente controlar otras variables muy influyentes como serían la práctica deportiva y el entrenamiento previo, dado que, como hemos podido comprobar, son muy diferentes según la persona y el género. Por este motivo, todas aquellas comparaciones y análisis estadísticos a nivel grupal pueden sufrir un sesgo importante.

Así, al revisar las puntuaciones encontradas en diferentes campeonatos de la misma modalidad en una misma categoría, encontramos que unas veces las puntuaciones están a favor de unos y otras veces no se encuentran diferencias significativas. De estas comparaciones no podemos extraer conclusiones acerca de un mejor rendimiento de hombres o de mujeres, primero porque

la población de la que se ha obtenido la muestra de hombres es cinco veces mayor que la población de mujeres. Por otro lado, tal y como se ha comentado anteriormente, las variables de dedicación al entrenamiento, experiencia en competiciones, etc no se han controlado.

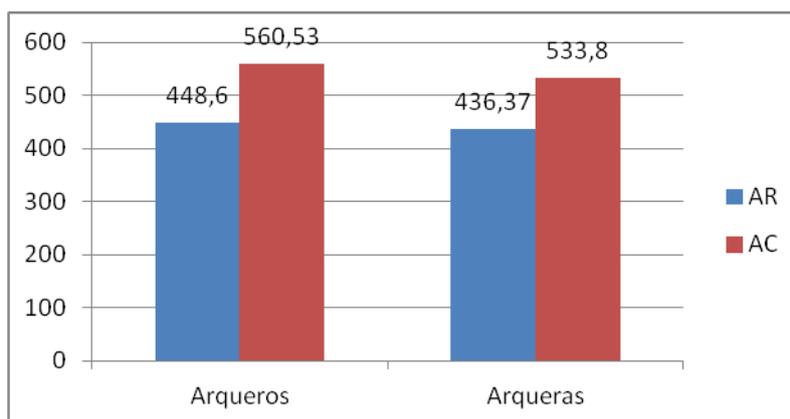
Por ejemplo, si analizamos los resultados publicados por la FETA de los dos torneos más recientes en estas dos modalidades podemos observar que en el Trofeo de Invierno Sala 2011, en la División de Arco Compuesto - Senior, con una muestra de 30 arqueros y 30 arqueras, la comparación de medias en las modalidades de arco recurvo y arco compuesto muestran más diferencias en la primera modalidad que en la segunda.

Tabla 1: Medias de puntuaciones del Trofeo de Invierno Sala 2011



Por otro lado, en el Trofeo de Navidad 2011, en la División de Arco Compuesto - Senior, la comparación de las medias en una muestra del mismo tamaño parece indicar que hay mayores diferencias en la modalidad de arco compuesto que en la modalidad de arco recurvo.

Tabla 2: Medias de puntuaciones del Trofeo de Navidad 2011



Pero hay un hándicap aún más preocupante que esto y es que en ciertas competiciones se requiere un mínimo de arqueros o arqueras para poder acceder a la clasificación. Esto implica que aunque alguna arquera se haya preparado con todo su empeño para ese torneo, siempre corre el riesgo de que no haya en número mínimo requerido para que pueda competir. Pero

podemos ir más allá y preguntarnos ¿por qué ocurre esto? ¿por qué hay casos en los que las mujeres no se presentan a las competiciones pese a estar suficientemente preparadas? La respuesta, quizás, sea más algo cultural y social que deportiva. En estos casos no es extraño encontrar arqueras que renunciar asistir a competir por el deber impuesto de cuidar de su familia, de sus hijos e hijas o de familiares que precisan de cuidados especiales, mientras que sus parejas sí acuden al no sentirse con la obligación de dedicarse a esas otras labores domésticas, consideradas más propia de las mujeres.

También es preciso comentar en este apartado lo referente a las diferencias en cuanto a las distancias como en la Round FITA. Es esta competición, los hombres compiten a 90, 70, 50 y 30 metros, mientras que las mujeres lo hacen a 70, 60, 50 y 30 metros. Podemos preguntarnos ¿a qué podrían deberse estas diferencias? ¿Realmente las mujeres no serían capaces de rendir al mismo nivel que los hombres en las distancias de 70 y 90 metros?. Esta diferenciación parte de una consideración “tradicional” acerca de las capacidades de las mujeres, las cuales son consideradas en inferioridad, física en este caso, que los hombres. Se supone que las mujeres no tienen, ni tendrán nunca, capacidad suficiente para obtener un buen rendimiento en estas distancias más largas. Pero esto es algo que no se ha cuestionado, y de lo que no hay dato alguno ya que las arqueras nunca han competido en estas distancias y por tanto no podemos comparar su rendimiento con el de sus compañeros arqueros. Recordamos que nuestra consideración parte de una concepción diferenciada del cuerpo de los hombres y de las mujeres y que por tanto a nivel de capacidades máximas potenciales podría haber diferencias, sin embargo, esta argumentación no tendría lugar para la justificación de esta situación diferencial entre hombres y mujeres dado que el tiro con arco es un deporte más técnico que de capacidades máximas.

El dilema de las diferencias entre mujeres y hombres en el deporte es algo que muchas veces parece no interesar, y esto es porque muchas personas asumen y piensan que sea el deporte que sea, en cualquier lugar que se practique, las mujeres jamás podrán competir contra un hombre porque éste las superaría en rendimiento. Sin embargo, si atendemos a la diferenciación entre deportes técnicos y deportes de capacidad máxima comentada al inicio de este trabajo, esta cuestión se relativiza bastante. Si nos centramos más específicamente en el tiro con arco, podemos encontrarnos con el caso de las arqueras surcoreanas, algunas de las cuales superarían con creces en rendimiento a la gran mayoría de los arqueros de cualquier país contra quien compitiesen. No olvidemos que el entrenamiento, la práctica y la experiencia van a ser el factor más relevante a la hora de determinar el rendimiento de un arquero o arquera.

LAS ARQUERAS COREANAS

Un caso claro de la influencia del entrenamiento en el rendimiento deportivo en el tiro con arco lo tenemos en el caso de Corea del Sur, donde el sistema de entrenamiento es algo único y muy efectivo.

A diferencia de Estados Unidos, y de otros países, el tiro con arco en Corea no es algo que empieza por una motivación recreativa. La formación no comienza como en otros países a través de clubes de tiro con arco donde la persona se inscribe de forma voluntaria, sino que los arqueros y arqueras coreanas empiezan su formación en la escuela primaria durante las clases de educación física, en torno a la edad de diez años.

Los arqueros y arqueras coreanas comienzan por aprender la mecánica disparo sin tener aún un arco en sus manos. A continuación, practican la mecánica del tiro realizando los ejercicios con el

arco, pero sin flecha; Posteriormente, tras muchos meses de práctica de esta forma las jóvenes arqueras y arqueros disparar su primera flecha. La característica principal de este método es la paciencia, y su principal ventaja es que posteriormente no habrá necesidad de corregir deficiencias técnicas (Chris Shull, 2003).

¿Por qué el dominio de las chicas es muy superior al de los chicos, aunque éstos también son muy buenos? Tal y como recoge Jon Agiriano (2004), Juan Carlos Holgado comenta que esto se resume en que las coreanas “tienen menos competencia y nadie se prepara como ellas”. Pero también hay factores institucionales que influyen en el rendimiento de los arqueros y arqueras coreanas. En primer lugar, el tiro con arco es uno de los principales deportes nacionales; luego, el sistema educativo permite una completísima preparación de los arqueros y arqueras siendo la principal actividad extraescolar que practican niños y niñas. Otro de estos factores es la gran rentabilidad que el tiro con arco supone para el país surcoreano.

Por tanto, más allá del eterno discurso entre el mayor o menor rendimiento de los hombres o las mujeres, creo que deberíamos de cambiar el foco de atención y empezar a considerar que el contexto, la práctica deportiva y situación personal de cada deportista son variables mucho más influyentes en el rendimiento que el mero hecho de tratarse de un hombre o de una mujer. Recordemos que el sexo ha sido una categoría utilizada durante muchos años como recurso o supuesto sustento teórico y práctico de discriminación hacia la mujer; pero aún hoy día podemos encontrar restos de esa ideología androcéntrica y patriarcal que únicamente considera el factor biológico para atribuir a determinadas personas una serie de derechos, características, cualidades y capacidades, las cuales pueden ser perfectamente entrenadas ya que su adquisición es ontogenética.

Las arqueras coreanas son un modelo ejemplar de éste proceso, y una luz al final del túnel cultural que les dice a las mujeres que por el simple hecho de tener un determinado sexo biológico no serán capaces de rendir del mismo modo que un hombre. Ellas son el reflejo de que otra consideración del deporte es posible y de que las mujeres tienen mucho que decir al respecto.

CONCLUSIONES, PROPUESTAS Y LÍNEAS DE INVESTIGACIÓN FUTURAS

Tal y como hemos visto a lo largo de este documento, el tiro con arco se presenta como un candidato adecuado para ser un escenario donde construir un nuevo marco de relaciones entre las personas, más humano e igualitario. Sin embargo, hemos visto que no es un deporte exento de connotaciones sexistas; pero aún así, reúne las condiciones necesarias para ser un deporte en el que hombres y mujeres puedan competir en categorías de hombres, de mujeres, mixtas y por equipos de hombres, de mujeres o mixtos. Recordemos que las categorías se establecen en base al sexo y no al género, aunque sería una proposición interesante si se cambiaran las tornas y las categorías pasaran a ser cuestión de género y no de sexo.

Como primer acercamiento a la situación objeto de nuestro interés proponemos un análisis más amplio que el realizado en base a las medias en los dos trofeos mencionados, y que aporte resultados comparativos con significancia estadística y tamaño de efecto.

Si queremos que este deporte sea un modelo a seguir en cuanto a la igualdad de oportunidades y en cuanto a contexto de visibilidad de las mujeres y de su rendimiento en igual consideración que los hombres, deberíamos de apostar por una mayor promoción de las competiciones mixtas.

Por otro lado, sería interesante proponer una clasificación unitaria que recoja las puntuaciones de los arqueros y arqueras de la misma categoría y modalidad. De esta forma estaríamos acabando con el problema con que se encuentran numerosas arqueras de requerir un mínimo de asistentes a las competiciones para poder acceder a la clasificación. Hacemos esta propuesta como una modalidad añadida a las ya existentes, que puede ofrecer grandes posibilidades tanto a nivel competitivo como investigador, además de que sería un escenario modélico a seguir para aquellos deportes en los que la técnica prima sobre las capacidades físicas potenciales, en los que las mujeres y los hombres pueden competir entre ambos, divertirse y aprender de esa nueva experiencia deportiva.

Otra de las propuestas que lanzamos es la de entrenar y registrar el rendimiento de las arqueras en las distancias de 70 y 90 metros y comparar los resultados con el de algunos compañeros varones con el mismo nivel de experiencia y entrenamiento en estas distancias, controlando las muestras para que sean lo más homogéneas posible. Sólo así se podremos saber si la actual diferenciación en las distancias entre hombres y mujeres tiene sentido o carece de todo fundamento.

Como futura línea de investigación, consideramos que sería interesante el realizar estudios en arqueros y arqueras con una muestra lo más homogénea posible en cuanto a la frecuencia y tipo de entrenamiento y experiencia deportiva, y ver como éstos factores afectan al rendimiento con el objetivo de elaborar unas directrices óptimas que permitan sacar el máximo partido a los entrenamientos, como en el caso de Corea del Sur; del mismo modo, se podría evaluar la percepción de los arqueros y arqueras en las competiciones mixtas por equipos, ya existentes, y en las competiciones con clasificaciones unitarias donde hombres y mujeres compitan contra hombres y mujeres.

BIBLIOGRAFÍA

Agiriano, Jon (2004): "La última flecha de Sung Hyun Lee. El mito de las invencibles". Disponible en <http://www.archeryfocusest.com/juanca/entrevista/Sung%20Hyun%20Lee.htm>. Consultado: 15/01/2012.

Álvarez Fernández, M^a Ángeles; Estrada Contreras, Omar; Pérez Córdoba, Eugenio A. y González Carballido, Luis Gustavo (2011). Atención y Concentración en el Deporte, Formación Continuada a Distancia (FOCAD). Consejo General de Colegios Oficiales de Psicólogos.

Balaguer, Isabel (1996): "Entrenamiento Psicológico en un Grupo de Competición Femenino de Tenis", apunts, Vol. 44-45, (143-153). Disponible en http://articulos-apunts.editec.com/44-45/es/044-45_143-153_es.pdf. Consultado: 02/02/2012.

Díez Mintegui, M^a Carmen (1996): "Deporte y construcción de las relaciones de género", Gazeta De Antropología, Vol. 12.

Estrada Contreras, Omar y Pérez Córdoba, Eugenio Antonio (2008): "Palabras e Imágenes Positivas en la Respuesta de Ansiedad en Deportistas de Competición", Cuadernos de Psicología del Deporte, Vol. 8, (31-45).

Hernández, Juanjo (s.f.): El arco y sus tipos. Disponible en <http://www.tallerdearqueria.es/taller/arco.htm>. Consultado 15/01/2012.

Kantor, Jacob Robert (1926): Principles of Psychology. Principia Press, Vols. I y II, Chicago.

Nideffer, Robert Morse. (1976): "Test of Attentional and Interpersonal Style". *Journal of Personality and Social Psychology*, 34, 394-404.

Real Federación Española de Tiro con Arco (s.f.). Disponible en <http://www.federarco.es/>. Consultado: 01/03/2012.

Ribes, Emilio y López, Francisco (1985). Teoría de la conducta: Un análisis de campo y paramétrico, Trillas, México.

Shull, Chris (2003): In Korea. Part 3 of 3. How To Buid An Olympian, The Korean Way. *Archery Focus*, 7(2), 21-22.

Tusell Viladot, José Oriol (2009): "Deporte y discriminación por sexo: Fútbol, remo y salto de esquí", Indret: Revista Para El Análisis Del Derecho, Vol. 1.

Vidiella Pagés, Judit (2007): "El deporte y la actividad física como mediadores de modelos corporales: Género y sexualidad en el aprendizaje de las masculinidades", Educación Física y Ciencia, Vol. 9. Disponible en http://www.memoria.fahce.unpl.edu.ar/art_revistas/pr.3305/pr.3305.pdf. Consultado: 18/12/2011.