

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y DEPORTE
Grado en Ciencias de la Actividad Física y el Deporte

Curso: 2023-2024

**ANÁLISIS DE PERCEPCIONES Y EXPERIENCIAS DE PADRES Y
MADRES JUDOKAS Y NO JUDOKAS SOBRE LA PRÁCTICA DE
JUDO DE SUS HIJOS E HIJAS**

Autor: Unai Merino Mencía
Director: Oidui Usabiaga Arruabarrena

Fecha: 27 de mayo de 2024

ÍNDICE

RESUMEN.....	2
1. INTRODUCCIÓN	4
2. MARCO TEÓRICO	5
3. ANTECEDENTES	6
4. OBJETIVOS	7
5. METODOLOGÍA.....	8
5.1. DISEÑO.....	8
5.2. PARTICIPANTES	8
5.3. TÉCNICA DE RECOGIDA DE DATOS	10
5.4. ANÁLISIS DE LOS DATOS	11
6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN	12
6.1. CONTEXTO O ENTORNO FAMILIAR.....	12
6.1.1. Interés hacia la práctica de judo de sus hijos e hijas.....	12
6.1.2. Motivos por los que practican judo y no otros deportes	13
6.2. ENTORNO DEL CLUB.....	14
6.2.1. Grupo de compañeros/as de su hijo/a en el club	14
6.2.2. La entrenadora.....	15
6.3. BENEFICIOS Y RIESGOS DE LA PRÁCTICA DE JUDO.....	17
6.3.1. Beneficios y motivaciones del judo	17
6.3.2. Riesgos y desmotivaciones del judo	20
6.3.4. Objetivos o expectativas que tienen sobre sus hijos/as	24
6.4. COMPETICIÓN	25
6.4.1. Opinión respecto a que su hijo/a compita en judo.....	25
6.4.2. Opinión respecto a las bajas de peso en competición	27
6.5. PERSPECTIVA DE GÉNERO DE LA PRÁCTICA DE JUDO.....	29
6.5.1. Creencia sobre estereotipos de género asociados al judo.....	29
7. CONCLUSIONES	30
8. APLICACIONES PRÁCTICAS	32
9. REFERENCIAS	32
10. ANEXOS	36
I GUIÓN ENTREVISTA JUDOKAS	36
II HOJA DE INFORMACIÓN Y CONSENTIMIENTO INFORMADO	39
III CUESTIONARIO SOCIODEMOGRÁFICO JUDOKAS.....	41
IV ENTREVISTAS TRANSCRITAS.....	47

RESUMEN

Los hábitos deportivos de padres y madres tienen influencia sobre sus hijos e hijas y la probabilidad de que estos practiquen algún deporte. Sin embargo, en el caso del judo, es escasa la literatura científica en torno a la influencia que tienen los padres y madres sobre la práctica de judo de sus hijos e hijas. Ante esto, el objetivo principal del trabajo fue conocer, comprender y comparar las experiencias y percepciones de padres y madres judokas y no judokas en torno a la práctica de judo de sus hijos e hijas. Este Trabajo de Fin de Grado es un estudio de caso diseñado y desarrollado siguiendo las directrices de la investigación cualitativa, realizando entrevistas en profundidad a ocho padres y madres (4 judokas y 4 no judokas). Todas las entrevistas fueron sometidas a un análisis inductivo. Los resultados fueron variados, aunque la mayoría coincidía en algunos matices, independientemente de si eran judokas o no, por lo que, en términos generales, no hubo diferencias relevantes entre judokas y no judokas. Según la percepción de los padres y madres, el club de judo analizado tenía puntos fuertes como son, un grupo sólido, una entrenadora competente, los beneficios propios del judo, una vertiente competitiva y una visión libre de estereotipos de género. Por contra, como áreas a mejorar, se destacó la comunicación entre la entrenadora y algunos deportistas, con los que en ocasiones había sido demasiado exigente, o la posibilidad de, en un futuro, dar formaciones a padres y madres sobre los diferentes riesgos que menos se habían manifestado de la práctica de judo competitivo, como son las frustraciones o los trastornos de la conducta alimentaria.

Palabras clave: judo, influencia parental, elección del deporte, investigación cualitativa.

ABSTRACT

Parents' sporting habits have an influence on their children and their likelihood of practicing sports. However, in the case of judo, the amount of scientific literature on the topic is scarce. Thus, the main objective of the present study was comparing experiences and perceptions between judo practicing and non-practicing parents with their children's experience. This Final Degree Project was designed and developed following the guidelines of qualitative research, conducting in-depth interviews with eight fathers and mothers (4 judokas and 4 non-judokas). All interviews were analysed inductively. Results were varied, although most of them coincided in some nuances, regardless of whether they were judokas or not, generally speaking there were no relevant differences between judokas and non-judokas. According to the parents' perceptions, the analysed judo club had some strengths such as a solid group, a competent trainer, judo benefits, a competition-oriented aspect and a gender stereotype free vision. As a weak point, the communication between the trainer (who sometimes was excessively demanding) and some athletes stood out. Finally, the possibility of educating parents on the hidden and less evident risks of judo (i.e., frustration and eating disorders) was highlighted as well.

Keywords: judo, parental influence, choice of sport, qualitative research.

1. INTRODUCCIÓN

Como judoka, podría decir que prácticamente he nacido y he aprendido a caminar en un tatami. Mi madre, la entrenadora de judo del Judo Club San Ignacio Ippon, lo tuvo muy claro y desde bien pequeño, tan pequeño que no tengo memoria de ello, quizás con uno o dos años, ya me llevaba al Club de Judo a jugar en el tatami. En mi casa, aunque mi padre no es judoka, mi hermana también hacía judo conmigo, que es 2 años mayor que yo. En el entorno familiar siempre estaban presentes los valores del respeto, la fortaleza y la constancia, que son algunas de las enseñanzas de este noble arte marcial que me han marcado la vida. A medida que fui creciendo, iba descubriendo el apasionante mundo de la lucha en el tatami, todo un arte. Los sonidos de las caídas controladas y las proyecciones de las técnicas fueron mi melodía cotidiana y así fui creciendo, adentrándome cada vez más en este arte marcial.

A día de hoy, sigo siendo el mismo niño que ha crecido, pero mi pasión por el judo también lo ha hecho. Cada decisión que tomo, cada gesto que hago está marcado por la influencia de toda una vida dedicada al judo, al igual que la vida de mi madre.

Mi madre, apasionada judoka y apasionada de la enseñanza, fue mi primera maestra y el tatami fue mi primer terreno donde jugar. Siempre me ha encantado y me encanta la competición, pero a medida que voy madurando, el deseo de compartir este conocimiento y pasión por el judo, al igual que lo hace mi madre, está comenzando a calar dentro de mí.

En la Universidad, estoy estudiando Ciencias de la Actividad Física y el Deporte, con el objetivo de obtener una formación mayor para el día de mañana poderla impartir con el resto de personas, ya sean alumnado de educación física como deportistas o judokas de un club.

En el día a día en el club, entreno con muchos compañeros y compañeras que son padres y madres que tienen a sus hijos e hijas también apuntados a judo en el club. El día que me paré a pensarlo, me di cuenta que en este club, el judo se ha convertido en un vínculo que tejemos entre padres, madres, hijos e hijas. Del mismo modo, me ocurre con mi madre.

Esto me hizo pensar: “¿Qué percepciones tendrán los padres y las madres judokas respecto a que sus hijos hagan judo?” Y al mismo tiempo, me vino otra gran duda a la cabeza: “¿Habrán muchas diferencias entre las perspectivas de los padres/madres judokas y los que no lo son?”

Entonces, a la hora de decidir el tema del Trabajo Fin de Grado me pareció un tema idóneo.

El propósito del presente trabajo de fin de grado, fue analizar las diferentes perspectivas de los padres y las madres tanto judokas como no judokas respecto a las perspectivas que tenían acerca de la práctica de judo de sus hijos e hijas. En particular, se trató de un estudio de caso de carácter cualitativo con los padres y las madres de los judokas del Judo Club San Ignacio Ippon de Vitoria- Gasteiz.

El trabajo comenzó con el marco teórico, describiendo la influencia que tienen los padres y las madres sobre la actividad física de sus hijos e hijas. Después, se desarrollaron los antecedentes para conocer que hay escrito en literatura científica relacionado con la investigación que se iba a llevar a cabo. A continuación, se redactaron los objetivos del estudio y en el apartado metodológico se detalló cómo se iba a llevar a cabo la investigación. Después, presentaron los resultados y fueron discutidos en función de la literatura científica actual. Finalmente, se sacaron las conclusiones propias de la investigación.

2. MARCO TEÓRICO

Los hábitos de los padres y madres tienen influencia sobre sus hijos e hijas, sobre todo en edades tempranas (Muñoz et al., 2021). Hay mucha literatura científica que estudia la relación que hay entre el nivel de actividad física que realizan los padres/ madres y la actividad física de sus hijos e hijas. Varios estudios indican que la práctica de actividad física o la práctica deportiva de los padres y madres aumenta la probabilidad de que sus hijos e hijas realicen algún tipo de ejercicio físico (Moore et al., 1991; Bois et al., 2005; Edwardson et al., 2010; Strandbu et al., 2020; Wheeler, 2012). Además, los hábitos de actividad física de padres y madres influyen en la actividad física de sus hijos a todas las edades (Strandbu et al., 2020).

En la actualidad, se puede observar que cada vez hay más consciencia de los beneficios de la actividad física, por lo tanto, es normal que los padres y madres quieran tener todos esos beneficios tanto para ellos mismos como para sus hijos e hijas. Tal y como aparece en la literatura científica, muchos padres y muchas madres creen que el deporte para sus hijos y para sus hijas es imprescindible, como por ejemplo Stefassen y colaboradores (2018) que en su estudio concluyen que, en todas las clases sociales, los padres y madres ven los deportes como una parte importante de una infancia adecuada. En el estudio de Strandbu y colaboradores (2020) la mayoría de jóvenes percibieron que sus madres y sus padres estaban bastante interesados en los deportes para sus hijos y 8 de cada 10 jóvenes indicaron que sus padres y madres realmente querían que ellos practicaran deportes.

Wheeler (2012) divide los motivos por los que los padres y madres quieren que sus hijos e hijas realicen deporte en dos categorías, por un lado, los resultados positivos que puedan tener ellos/as en dicha práctica y en la otra categoría se encuentran las razones por los que los padres y madres apoyan a sus hijos e hijas y les fomentan actividades deportivas. Las razones son las siguientes: disfrutar del deporte, mantenerse en forma y saludablemente, hacer amigos y promover la participación en el futuro.

La investigación de Pracht y colaboradores (2020) muestra que los motivos de los padres y madres para apuntar a sus hijos e hijas a practicar diferentes deportes son los siguientes, citados de mayor a menor relevancia según padres y madres.

- Beneficios en el crecimiento y desarrollo personal: aprender a perder, respetar reglas, establecerse metas, aprender autodisciplina.
- Beneficios a nivel social: hacer amigos y relacionarse con más personas.
- Beneficios a nivel de bienestar: consumir energía extra y mantenerse ocupado.
- Motivaciones extrínsecas enfocadas en los padres y madres: conseguir que su hijo o hija sea profesional, famoso o que gane dinero en esa práctica deportiva.

3. ANTECEDENTES

En cuanto a la influencia de los padres y las madres, concretamente en la práctica de judo de sus hijos, apenas se han encontrado evidencias científicas. Aunque, los padres y las madres que conocen de primera mano un deporte, sus riesgos y sus beneficios, tienen más motivos para animar o desanimar a su hijo a practicarlo.

En el estudio de Deval y colaboradores (2016), los motivos por los que los padres introducían a sus hijos en la práctica del judo son cinco: la socialización, la forma física, la competición, el autocontrol y la educación. Además, también destacaban positivamente las normas y los valores que transmite el judo para la sociedad en general.

A pesar de que el judo no sea un deporte de grandes masas o tan conocido como el fútbol o el baloncesto, es un deporte que se ha ganado bastante buena fama. Esto se puede evidenciar en el estudio de Zanetic y colaboradores (2019), que mostraba que los padres y las madres, generalmente tienen una actitud positiva hacia el judo y hacia sus hijos e hijas que practican judo pese a no tener grandes conocimientos sobre el deporte. Toda la información que conocían estos padres y madres del judo era la que observaban a través de la interacción de sus hijos e hijas en ese deporte y las razones por las que defendían en el estudio que

apuntaban a sus hijos e hijas a judo, estaban orientadas hacia la visión del judo como un deporte útil y de calidad para sus hijos e hijas, valorando muy positivamente su satisfacción y la línea pedagógica del deporte.

Brevemente, podemos resumir que hay mucha evidencia de que la práctica deportiva de los padres y madres influye en la práctica deportiva de sus hijos e hijas. En cambio, en el caso del judo en concreto, tanto los padres y madres que tienen un historial deportivo o han practicado judo como los que desconocen ese deporte, ambos grupos tienen motivos positivos para que sus hijos e hijas lo practiquen. Aunque, no se han encontrado estudios sobre las percepciones de padres, madres y sus experiencias respecto a la práctica de judo de sus hijos e hijas como para sacar conclusiones o para comparar las diferencias entre los padres y madres que han practicado judo y los que no.

Viendo que hay poca literatura científica, nace la motivación de llevar a cabo esta investigación para conocer las distintas percepciones y experiencias tanto de madres como de padres judokas y no judokas respecto a la práctica de sus hijos e hijas en judo. A continuación, detallo los objetivos de la investigación.

4. OBJETIVOS

El objetivo principal del trabajo fue conocer y comprender las experiencias y percepciones de padres y madres en torno a la práctica de judo de sus hijos e hijas. En concreto, se pretendió comparar las vivencias de padres y madres no judokas con las de padres y madres judokas.

Como objetivos secundarios, se fijaron los siguientes:

- Conocer los motivos por los que los padres y madres han decidido que sus hijos hagan judo y no otro deporte.
- Conocer las percepciones que tienen los padres y madres acerca del club, la entrenadora y los entrenamientos.
- Conocer los beneficios y los riesgos que ven los padres y madres en la práctica del judo.
- Conocer como perciben la competición los padres y madres de los jóvenes judokas.
- Conocer las expectativas que tienen los padres y madres en cuanto al futuro de sus hijos e hijas como judokas.
- Conocer la opinión de los padres y madres sobre los estereotipos de género asociados al judo.

5. METODOLOGÍA

5.1. DISEÑO

Para este estudio se adoptó un diseño cualitativo, en concreto, fue un estudio de caso. Los estudios de caso llevados a cabo mediante entrevistas en profundidad pueden ser adecuados para conocer y comprender las experiencias y percepciones de padres y madres en torno a la práctica deportiva de sus hijos e hijas.

5.2. PARTICIPANTES

A través de un muestreo intencionado se eligieron padres y madres judokas y no judokas con hijos e hijas que practicaron judo durante mínimo un año en un club de Vitoria- Gasteiz. Para considerar a padres y madres como judokas se estableció que debían tener una experiencia importante en el judo, lo que se tradujo en la obtención de mínimo cinturón marrón. En total fueron entrevistadas 8 personas, cuatro judokas (dos madres y dos padres) y cuatro no judokas (dos madres y dos padres). En la Tabla 1 se han especificado las características de cada participante.

Tabla 1. Características de los/as participantes

Participantes	Edad	Edad de sus hijos/as y experiencia en judo	Historial deportivo
Madre judoka 1	58 años	<ul style="list-style-type: none"> • Hija ex judoka, 23 años, cinturón marrón. • Hijo judoka, 21 años, cinturón negro 3º DAN. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Es la entrenadora del club. Es entrenadora desde 1989. ○ Cuando era pequeña jugaba a baloncesto en el instituto.
Madre no judoka 1	53 años	<ul style="list-style-type: none"> • Hija judoka, 20 años, cinturón negro 1º DAN. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ No es deportista. Le gusta salir a andar o dar un paseo por el monte. ○ Cuando era joven tampoco practicaba deporte.
Padre no judoka 1	60 años	<ul style="list-style-type: none"> • Hija ex judoka, 23 años, cinturón marrón. • Hijo judoka, 21 años, cinturón negro 3º DAN. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Actualmente va al gimnasio a entrenar. ○ Cuando era joven, practicó deportes relacionados con la naturaleza y la montaña, como la caza y la pesca.
Padre judoka 1	50 años	<ul style="list-style-type: none"> • Hija judoka, 9 años, cinturón amarillo. • Hijo judoka, 14 años, cinturón verde-azul. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Actualmente práctica judo ○ Cuando era joven practicó muchos deportes todos ellos relacionados con la lucha y las artes marciales.
Padre judoka 2	45 años	<ul style="list-style-type: none"> • Hija judoka de 13 años cinturón azul. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Actualmente practica judo y hace carreras de montaña. ○ Cuando era joven practicó muchos deportes, sobre todo fútbol.
Padre no judoka 2	55 años	<ul style="list-style-type: none"> • Hija judoka, 20 años, cinturón negro 1º DAN. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ No es deportista. Le gusta salir a caminar, ir al monte o dar algún paseo con la bici. ○ Cuando era pequeño practicó muchos deportes como pelota, fútbol y sobre todo, carreras de Cross.
Madre judoka 2	35 años	<ul style="list-style-type: none"> • Hija judoka, 14 años, cinturón azul. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Actualmente practica judo y va al gimnasio. ○ Cuando era joven practicó otros deportes.
Madre no judoka 2	47 años	<ul style="list-style-type: none"> • Hija judoka, 18 años, cinturón negro 1º DAN. 	<ul style="list-style-type: none"> ○ Actualmente realiza running. ○ Cuando era joven practicó otros deportes.

5.3. TÉCNICA DE RECOGIDA DE DATOS

Los datos de este estudio fueron recogidos a través de la entrevista en profundidad. Las entrevistas se realizaron utilizando un guion de preguntas que fue adaptado a cada tipo de participante, madres-padres judokas y madres-padres no judokas (ver anexo I). El guion para padres-madres judokas preguntaba sobre sus experiencias como judokas. Sin embargo, el guion para padres-madres no judokas ahondaba en sus experiencias sobre la práctica deportiva. En los dos guiones, los temas principales que se abordaron mediante preguntas fueron:

1. Entorno del club
2. Preferencias deportivas
3. Percepciones sobre la competición de judo
4. Beneficios y riesgos de la práctica del judo
5. Motivaciones y desmotivaciones hacia la práctica del judo
6. Perspectiva de género en el judo
7. Percepciones sobre judo y otros deportes

Previo a las entrevistas, se les informó sobre el proyecto de investigación y que las entrevistas iban a ser grabadas. Asimismo, se les pasó un consentimiento informado para que lo firmasen. Después se les pasó un cuestionario sociodemográfico diferente a los padres y madres judokas y a los que no lo eran, también adaptado a sus prácticas deportivas. El cuestionario simplemente tenía como objetivo recopilar datos objetivos sobre las edades de los padres, estilo de vida, práctica deportiva y algunos datos más (ver anexos II y III).

Las entrevistas fueron realizadas en un sitio tranquilo y con poco ruido para que no hubiese interferencias con la grabadora. Para la dinámica de la entrevista, se les comentó a los participantes antes de encender la grabadora que no se esperaba de ellos respuestas ni correctas ni incorrectas. Todas las respuestas dadas serían buenas y se trataba de ser sincero. Por este motivo, todas las preguntas fueron abiertas y flexibles, con el fin de que la persona entrevistada pudiera contar lo que quisiera y como quisiera.

El guion de las entrevistas se siguió con cierta flexibilidad, no en todos los casos se realizaron todas las preguntas, pero en ningún caso se perdió el rumbo de los objetivos, aunque no se respetase el orden de las preguntas en su totalidad. Esto se debía a que durante la entrevista se buscaba crear un clima relajado, como si se tratase de una conversación informal y no de un interrogatorio.

Después de realizar las entrevistas, cuando se apagó la grabadora, hubo participantes que aportaron más información. En estos casos, una vez finalizada la entrevista, se anotaron a mano los comentarios que la persona entrevistada hizo cuando se apagó la grabadora.

5.4. ANÁLISIS DE LOS DATOS

Inicialmente se transcribieron todas las entrevistas de forma manual para tenerlas por escrito y que fuera más sencillo analizar todos los datos (ver anexo IV). Las duraciones de las entrevistas fueron muy variadas, las más cortas duraron cerca de 15 minutos y las más largas se extendieron hasta los 45 minutos.

Una vez transcritas las entrevistas, se siguieron los pasos de un análisis de contenido (Rapley, 2014). Primero, se leyeron una y otra vez todas las entrevistas, subrayando las partes que más se repetían y se relacionaban con el objeto de estudio. Una vez reducida la información de forma inductiva, se construyó un sistema de categorías (ver Tabla 2) por el que fueron clasificados los datos.

Tabla 2. Categorías y subcategorías

CATEGORÍAS	SUBCATEGORÍAS
1. Contexto o entorno familiar	1.1. Interés hacia la práctica de judo de sus hijos e hijas 1.2. Motivos por los que practican judo
2. Entorno del club	2.1. Grupo de compañeros/as de su hijo/a en el club 2.2. La entrenadora
3. Beneficios y riesgos	3.1 Beneficios y motivaciones del judo 3.2 Riesgos y desmotivaciones del judo 3.3 Objetivos o expectativas que tienen sobre sus hijos/as
4. Competición	4.1. Opinión respecto a que su hijo/a compita en judo 4.2. Opinión respecto a las bajadas de peso
5. Perspectiva de género	5.1 Creencias sobre estereotipos de género en judo

Por cada categoría y subcategoría se compararon las experiencias y percepciones de madres-padres judokas con las de madres-padres no judokas.

6. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

6.1. CONTEXTO O ENTORNO FAMILIAR

6.1.1. Interés hacia la práctica de judo de sus hijos e hijas

Parece que los padres y madres que son o han sido judokas son los principales interesados en que sus hijos practiquen judo. La elección y la inmersión en esta disciplina deportiva suele llevarse a cabo de forma directa e indirecta. En todo caso, influye su historial deportivo. Así lo manifiesta Madre judoka 1: “fue decisión mía porque como yo hacía judo, pues mis hijos con 3 años empezaron a hacer judo.” Otro padre entrevistado también se expresa en este mismo sentido:

A mí me gusta que los hijos decidan que quieren hacer. No me gusta obligarles a nada. Pero bueno, indudablemente y de manera quizás consciente o quizás inconsciente, yo le hable de los beneficios del judo. Creo que esto hizo que él se formara una idea buena y bonita de lo que es el judo y me pidió que le apuntara. (Padre judoka 1)

Por otro lado, muchos padres y madres no judokas, coinciden con los padres y las madres judokas en que la mayoría animaron a sus hijos a practicar judo, sin ni siquiera haberlo probado ellos, y las razones son diversas. En algunos casos, las motivaciones para que sus hijos hagan judo vienen dadas por ese deseo de hacer algún arte marcial que ellos tuvieron de más jóvenes y no lo llegaron a realizar o como método de autodefensa para salir de situaciones complicadas como se afirma en la siguiente respuesta:

A mí siempre me gusto, yo siempre quise hacer algún arte marcial. Y el tener una hija pues como que tenía que hacer un deporte, ¿estaba claro no? Yo quería que hiciese algún deporte y me decante por el judo porque aparte de que ella se va a sentir integrada en un grupo, en un equipo que lo necesitamos todos a esas edades. El deporte estaba ahí y bueno, le podría servir para ella poder salir de situaciones un poquito más delicadas. Según están las cosas hoy, no viene mal... (Padre no judoka 2)

En otros casos, aunque las madres y padres no judokas no conozcan el judo, se animaron a que su hijo/a lo practicara por la influencia de otras personas como es el caso de Padre no judoka 1: “Por su madre, ella dijo de apuntar a los críos a judo.” y como es el caso de la siguiente madre:

Para mí era muy importante que no hicieran un solo gesto, que no se especializaran en un solo gesto de lanzar a canasta o golf o tenis, o... Y coincidí en un curso con una pedagoga psicomotricista y le dije oye, que deporte, que deporte podrían hacer de pequeños, porque ella compartía la misma opinión. Entonces me dijo “Lo mejor las artes marciales, en principio

cualquier arte marcial”. En las artes marciales trabajan muchas cosas, para empezar el respeto, conocer tu cuerpo y saber hasta dónde llega. (Madre no judoka 2)

En un estudio que analiza los motivos por los que los padres introducen a sus hijos en la práctica del judo, concluyó que los motivos son cinco: la socialización, la forma física, la competición, el autocontrol y la educación. El factor que más varianza explica es el de socialización. También, destacaban muy positivamente del judo las normas y pautas sociales que habilita a sus hijos e hijas para participar como miembros de la sociedad en general y para realizar o desempeñar determinados roles sociales (Deval et al., 2016).

En la investigación de Pracht y colaboradores (2020) muestran los motivos de los padres y madres para apuntar a sus hijos e hijas a practicar diferentes deportes. Los motivos son los siguientes, citados de mayor a menor relevancia. En primer lugar, están los beneficios en el crecimiento y desarrollo personal, por ejemplo, aprender a perder, respetar reglas, establecerse metas, aprender autodisciplina, entre otros. En segundo lugar, están los beneficios a nivel social, por ejemplo, el hacer amigos y relacionarse con más personas. En tercer lugar, los padres mencionan los beneficios a nivel de bienestar como, por ejemplo, consumir energía extra y mantenerse ocupado. Por último, el motivo al que menor peso le daban era a las motivaciones extrínsecas enfocadas en los padres y madres, por ejemplo, que su hijo se haga profesional, que sea famoso o que gane dinero en esa práctica deportiva.

6.1.2. Motivos por los que practican judo y no otros deportes

En muchos casos los padres y las madres judokas han practicado otros deportes además de judo y las razones por las que se han decantado por el judo son muy diversas. En algunos casos vienen dadas por los horarios, como en el caso de Padre judoka 1: “Pues porque me resulta cómodo, en los horarios y tal, y porque es eso, de los deportes que me gustan es lo que más cómodo me resulta”. En otro caso, ha sido porque es lo que más les llama la atención y le gusta, como le ocurre a Madre judoka 1: “Me decante por el judo porque me llamo mucho la atención, me gustó mucho y cuando empecé a practicarlo, vi que era lo que más me gustaba y me lo tome como una forma de vida el practicar judo”. En cambio, para Madre judoka 2, una de las razones por las que hace judo, además de coincidir con las razones de Madre judoka 1, pudo estar influenciada por su madre, que se negaba a que ella hiciera judo cuando era más pequeña:

De pequeñita me querían apuntar a gimnasia rítmica en el colegio y me quería fichar la federación de gimnasia porque tengo mucha flexibilidad. Yo prefería judo o algún deporte de lucha, pero, mi madre no quería porque siempre decía que como era muy burra me iba a partir algo, así que al final de mayor he dicho, “ya no me pude decir que no” jajaja. (Madre judoka 2)

Por último, en el caso de Padre judoka 1, hubo varios factores para que él volviera a practicar judo, uno de ellos es que no lo considera un deporte agresivo, pero, el primer factor que menciona, que quizá sea uno de los más importantes, es juntarse con su hijo y practicar judo junto a él.

Pues en el judo es que hubo varios factores. Hubo varios factores para que volviera. Un factor muy importante fue que mis hijos estaban haciendo judo. Quería estar también cerca de mis hijos, esto me lo permitía y pues fue un factor muy importante para mí. Otro de los factores es que el judo lo considero un deporte de lucha, pero no un deporte agresivo y esto es muy importante. (Padre judoka 1)

En el estudio de Zanetic y colaboradores (2019), los resultados mostraron que los padres y madres generalmente tienen una actitud positiva hacia el judo y hacia sus hijos e hijas que practican judo, pese a no tener grandes conocimientos sobre el deporte. Gran parte de la información que reciben estos padres viene de las interacciones de sus hijos e hijas con el resto de deportistas y con los entrenadores y entrenadoras. Los padres y madres pueden observar en este sentido como el judo aporta aspectos positivos a sus hijos e hijas. Las razones que se muestran en el estudio sobre porqué los padres y las madres apuntan a sus hijos e hijas a judo están orientadas hacia la visión del judo como un deporte útil y de calidad para ellos, en el que valoran muy positivamente que estén satisfechos con la práctica y la línea pedagógica que sigue el judo.

Peranzi (2008) coincide con Padre judoka 1, el cual no considera que el judo sea un deporte agresivo. Así, este autor defiende que el judo es un deporte de lucha y que todos los deportes que requieren actos físicos se realizan con violencia, poniendo el ejemplo de golpear una pelota con una raqueta o dar una patada a un balón. En cambio, cuando habla de agresividad, hace referencia a la voluntad de dañar al oponente. Por lo tanto, se puede decir que el judo es tan violento como el fútbol pero que no es agresivo, porque la intención nunca es dañar a tu rival.

6.2. ENTORNO DEL CLUB

6.2.1. Grupo de compañeros/as de su hijo/a en el club

Los y las participantes de este estudio piensan que el grupo de compañeros y compañeras que tienen sus hijos e hijas en el club es muy bueno. Así lo afirman tanto judokas como no judokas, por ejemplo, Madre judoka 2: “Yo estoy encantadísima porque de hecho en ese ambiente, sus mejores amigos allí los ha conocido. Su mejor amigo lo conoció haciendo judo. Y bueno, hasta su pareja la conoció haciendo judo jajaja”. La Madre no judoka 2 coincide con lo

que dice la Madre judoka 2 y refuerza su pertenencia a un grupo cohesionado: “Muy bien. Osea ella va muy a gusto, pienso que se siente arropada. Osea que si tiene un problema yo creo que es gente con la que ella puede contar y eso para ella es importante”.

Según el Consejo Superior de Deportes (CSD, 2011) los agentes de socialización que impulsan la práctica deportiva son la familia 42% y las amistades 16%. Si el padre o la madre realiza actividad deportiva, se genera más práctica deportiva en los y las escolares, siendo mayor en el caso de las chicas. Sin embargo, tal y como muestran Strandby y colaboradores (2020), aunque la influencia de los padres y madres tiene mucho peso en la práctica deportiva de sus hijos, durante la adolescencia hay una clara disminución de las tasas de participación. En esta etapa de muchos cambios, las motivaciones hacia la práctica deportiva también cambian. En la adolescencia, los jóvenes y las jóvenes comienzan a depender más de la influencia de sus amistades, debido a que estos amigos y amigas son naturalmente las personas más cercanas a ellos con las que comparten tiempo, actitudes, estándares, valores y preferencias que, en última instancia, influyen en varios comportamientos, entre ellos, la práctica deportiva (Cheng et al., 2013).

6.2.2. La entrenadora

Todas las personas entrevistadas no tienen ninguna duda en que la entrenadora es una buena profesional de su trabajo y están contentos con ella, como afirma Madre no judoka 1 y Padre no judoka 2: “Buena entrenadora, muy buena.” “Encantados con ella. Siempre lo hemos dicho. Gracias a ella que mi hija está ahí en judo y sigue haciendo judo”.

Otras percepciones o expectativas que han salido en las entrevistas sobre la entrenadora, hacen alusión a que todo lo que ha conseguido ella tiene un mérito adicional, por haber forjado el club en un entorno donde las barreras de género en el deporte eran bastante fuertes en aquella época.

Pienso que es una mujer que ha tenido que sacarse las castañas en un mundo de hombres, porque era un mundo de hombres impecablemente en su época, desde mi opinión desde la ignorancia del mundo del judo. Pero, lo que veo es que es una mujer que se ha hecho un mundo. De hecho, cuando la ves en un campeonato de España, a ella todo el mundo la conoce y la respeta y esto no es gratis, esto es por una trayectoria entonces me quito el sombrero. Además, siempre intenta buscar soluciones y esto no lo hace cualquiera. (Madre no judoka 2)

Por un lado, los padres y madres judokas que conocen a la entrenadora dentro del tatami, remarcan la capacidad de guiar al grupo que tiene, por ejemplo, Padre judoka 2: “Mmm

bien. Tiene conocimientos más que de sobra en judo y que sabe llevar muy bien sobre todo a los chavales que me parece más difícil”

En general la figura del entrenador en el deporte creo que es algo super importante. Si no, no podemos aprender bien. La figura del entrenador es indiscutiblemente una persona con una competencia increíble. Sabe muchísimo de judo pero no solamente eso, porque eso sería sólo una parte de lo que buscaríamos en un club. Además de eso, está pendiente de las personas que forman el club, está pendiente de las necesidades de cada uno, de las carencias. No trata a todo el mundo igual porque sabe que unos tenemos unas limitaciones y otros no. Técnicamente es muy buena, pero otra cosa que hace muy bien es gestionar al grupo, lo cual no creo que sea fácil.
(Padre judoka 1)

Por otro lado, como parte negativa, hay madres tanto judokas como no judokas que, aunque valoren mucho su sinceridad y que sea tan clara y directa, creen que a veces sus formas para dirigirse a algunos y algunas jóvenes son quizás un poco duras, y pueden llegar a hacer sentir mal a las personas más sensibles. A lo mejor un toque más suave en la comunicación podría hacer que las interacciones en el club entre los deportistas y la entrenadora sean más armoniosas y no tan autoritarias en algunos casos.

Es una entrenadora exigente muchas veces. Si que es severa, no tanto con los adultos, pienso que con ellos es más flexible y la considero más severa o más dura con los infantiles. Pero, también creo que es porque tiene la mentalidad de competición y la perfección y entonces les orienta no con la ternura, sino con la exigencia pues de un entrenador que forma a deportistas.
(Madre judoka 2)

Pues que a veces le fallan las formas. En las formas a veces, a la hora de, no el contenido, si no como lo dice a los niños, a las niñas, los niños dicen “me va a echar la bronca” “se va a enfadar mogollón” creo que a veces igual podría decir lo mismo de otra manera. Ahora, también es verdad que igual no habría conseguido lo mismo. Yo no sé si el tipo de instrucción está relacionado con un tipo de psicología deportiva, no tengo ni idea porque eso se me escapa. Pero, también creo que independientemente del grupo que tiene, ha hecho una gran labor con mucha gente y con muchos chavales hasta tal punto que a lo mejor la respetan más a ella que a sus propios padres. Quiero decir, creo que es una mujer que impone, pero que a veces no mide a quien se lo está diciendo, que quizás haya personas que necesiten esa instrucción tan autoritaria y esa mano dura, y que hay personas que son más sentidas y sensibles y el cómo te dirijas a ellos les puede afectar. (Madre no judoka 2)

Como se observa en las citas anteriores, hay claras diferencias entre las opiniones de padres y madres entorno a la entrenadora. Las madres al parecer valoran más las formas en las

que la entrenadora se dirige a los y las deportistas, mientras que los padres, se fijan más en sus conocimientos y cualidades para la mejora del rendimiento deportivo.

Según Trigueros y colaboradores (2019) el entrenador puede influir mucho en los deportistas en función de 2 estilos de instrucción, la instrucción controlada o la instrucción más autónoma. La instrucción controlada está más relacionada con un estilo de enseñanza autoritario mientras que la autónoma se relaciona con un estilo más liberal. La forma de instruir del entrenador de forma indirecta influirá en la filosofía del club.

La instrucción controlada aporta un mayor control del grupo, aunque a costa de incrementar los niveles de presión en el mismo, debido a que este estilo se caracteriza por tener una instrucción basada en imponer una forma de pensar y hacer de una forma específica y preconcebida, siempre con la misma estructura. En cambio, la instrucción autónoma aumenta la motivación, la autonomía y disfrute, lo que en consecuencia puede hacer aumentar el esfuerzo y la concentración en la actividad (Trigueros et al., 2019).

En el contexto de la relación entrenador-atleta hay que tener cuidado con la instrucción muy controlada, ya que, si no se logran los resultados, deportistas sensibles pueden pasarlo mal, tienen más facilidad para experimentar frustración, trabajar tensos o sentirse presionados (Trigueros et al., 2019).

Lo ideal para los atletas es que los entrenadores fomenten la motivación intrínseca de sus atletas y los tipos autodeterminados de motivación extrínseca de sus atletas. Desde una perspectiva de desarrollo, los entrenadores deberían querer transmitir los valores de su deporte y no simplemente inducir comportamientos. Por lo que, proponer que los comportamientos, la estructura y la participación de los entrenadores apoye la autonomía, es un factor clave en el desarrollo de la motivación intrínseca de los atletas y los tipos de motivación extrínseca autodeterminados (Mageau, 2003).

6.3. BENEFICIOS Y RIESGOS DE LA PRÁCTICA DE JUDO

6.3.1. Beneficios y motivaciones del judo

En cuanto a los beneficios de la práctica del judo, todos los padres y madres tanto de judo como no judokas coinciden en que el judo aporta muchos más beneficios que riesgos. Mas allá de los beneficios físicos, tanto los padres como las madres veían beneficios a nivel social, emocional y educativo.

Las respuestas de los entrevistados y entrevistadas han sido muy diversas. Cada uno tiene un punto de vista, pero en dos entrevistas las respuestas coincidían en que una de las cosas

que más les gusta es que sus hijos/as disfruten de ese deporte y les guste ese deporte, tal y como lo afirman Madre judoka 1, “Pues lo que más me gusta es que a él le guste tanto como me gusta a mí”, y Madre no judoka 1, “Bueno, es una forma de hacer algo. Es una forma de entrenar, una ayuda para salir, relacionarse con más gente. Y, sobre todo, de disfrutar. Porque ella disfruta haciendo judo y eso es lo que más me gusta”.

No parece haber diferencias relevantes entre las respuestas de madres y padres judokas y las respuestas de madres y padres no judokas, pero las respuestas eran variadas. Por otro lado, se han dado coincidencias en lo que más les gusta de que sus hijos e hijas hagan judo, que es que se mueven en un entorno sano, tal y como lo dicen Padre judoka 2, “Pues que tiene un grupo de compañeros bastante sano. Y que mientras está haciendo deporte no está haciendo otras cosas [nocivas]”, y Madre judoka 2:

Primero, el entorno de ella me parece maravilloso. Quiero decir, si allí va a entrenar, pero como la gente es muy sana, luego ella se queda con eso y eso le sirve para la vida. No sé cómo decirlo, absorbe digamos las buenas vibras o las cosas positivas de ahí y las extrapola a su vida habitual. (Madre judoka 2)

Peranzi (2008) explica que el judo aporta posibilidades socializadoras y valores éticos desde su propia lógica. Además, los valores éticos que describe coinciden muchos de ellos con los beneficios que los padres y madres ven que tiene el judo. Algunos de los valores son los siguientes: cooperación, respeto por uno mismo y por el compañero, sentimiento de lucha y saber tanto ganar como perder.

En otros casos, los entrevistados y entrevistadas mencionaban como beneficios el simple hecho de practicar deporte, lo que entienden que implica salud (Padre no judoka 1). Otros hablan de la serenidad y la ayuda que aporta para canalizar frustraciones (Padre judoka 1) y una madre no judoka menciona que le gusta, debido a que es un deporte muy completo, pero que lo que más le gusta ahora mismo es que le da seguridad a su hija, tal y como explica en la siguiente cita:

Pues sí, me gusta trabajar todo el cuerpo, que conozca, que se conozca su cuerpo. Que afronte las situaciones. Lo que más me gusta ahora mismo... Pues pienso que le da seguridad. Le da potencia, le da seguridad. (Madre no judoka 2)

Según la literatura científica, se ha observado que la práctica de artes marciales mejora la capacidad de adaptación, la resiliencia y aumenta los niveles de autoestima produciendo bienestar (Moore et al., 2019), por lo que, este bienestar puede ser otro de los grandes motivos de que los padres y madres practiquen judo.

En esta misma línea, es importante mencionar la revisión sistemática de Gutiérrez García (2018). Esta revisión tiene como objetivo resumir la evidencia sobre el efecto físico, fisiológico, motor, social y psicológico de la participación de judo en niños y niñas. Los resultados de la revisión sistemática concluyeron que la participación en judo mejoró el mineral óseo de los brazos y la condición física de los participantes en variantes como la flexibilidad, la resistencia muscular o la agilidad. También evitó el aumento de sus niveles de grasa subcutánea, pero tampoco demostró ser superior en comparación con la práctica de otros deportes.

A nivel educativo, todos los entrevistados y entrevistadas estaban de acuerdo con que el judo aporta valores educativos a sus hijos/as. En el grupo de padres y madres no judokas, la mayoría centran su atención en la disciplina que les aporta a sus hijos e hijas, dado que es la imagen que más se proyecta en las competiciones. En cambio, los padres y las madres judokas han destacado más los valores educativos del día a día en el tatami, como el compañerismo o la amistad. Esto se puede observar por ejemplo en las siguientes citas de madres y padres no judokas. Madre no judoka 1 menciona que “se ve cuando se va a las competiciones y se nota como enseñan y la disciplina que hay en los chavales. Y se ve cómo los chavales atienden a lo que explican los entrenadores.” En esta misma línea, Madre judoka 1 dice que “por supuesto que sí. Porque hay unos valores muy muy importantes, como son el respeto, la amistad, el compañerismo, la disciplina.” Una madre no judoka que ha valorado muy positivamente las muestras de respeto que se dan en el judo, dice que se deberían de dar en todos los aspectos de la vida y no sólo en el mundo del judo y dentro del tatami. Tal y como se puede observar en el siguiente pasaje de entrevista:

Si es educativo, absoluto, rotundo. Púa, pues eso, en el saludo al tatami, al profesor, al maestro, al contrincante le doy la mano, eso me parece vamos y debería de estar en casa, pero es que en el judo está. El respeto, educación, si creo que es educativo al 2 mil por cien. (Madre no judoka 2)

Un estudio de Marusak y colaboradores (2022) evidencia que un novedoso programa escolar de artes marciales, reduce el estrés y los problemas emocionales y de conducta entre los niños y niñas de la escuela primaria. Hubo un alto nivel general de satisfacción entre los niños, las niñas y el profesorado. Además, el 100% de los niños y niñas, y el 83% del profesorado recomendaron este programa a otro niño/a o profesor/a.

En este mismo sentido, Lakes y Hoyt (2004) hablan sobre el impacto positivo que tienen los programas escolares de artes marciales en el bienestar socioemocional, la resiliencia, la autoeficacia y la autorregulación.

Por contra, si bien ninguna madre o padre lo ha manifestado, en la revisión sistemática de Gutiérrez García (2018) se han observado una ligera tendencia a niveles más altos de ira en las personas que practicaban judo respecto a las que no lo practicaban. Probablemente haya otros factores, ya sean personales o ambientales, el tipo de instructor/a, o de grupo, que sean los que puedan influir en que el deportista tenga una mayor o menor tendencia a tener comportamientos de ira.

Dentro de las motivaciones, la que más se repetía en primer lugar era la competición. Esto se puede evidenciar, por ejemplo, en la cita de Madre judoka 1, “él desde muy pequeño siempre ha querido ser campeón, entonces le ha gustado siempre mucho la competición, le gusta competir y le gusta ganar y mejorar esforzándose día a día”, o en la siguiente cita de un padre judoka.

Motivaciones, pues bueno, esta también metida en el tema de campeonatos, pues motivaciones, eso, pues sacar resultados. Mayormente que le gusta, que va a gusto con los compañeros y luego que es muy cabezona y le gusta entrenar para ver si mejora los resultados. (Padre judoka 2)

Tanto la importancia que le dan a socializar con el grupo en los beneficios, como la competición, parece ser que es lo que más peso tiene en las motivaciones que, además, coincide con las motivaciones por las que los padres y madres animan a sus hijos e hijas a hacer judo en el estudio de Deval y colaboradores (2016). Parece ser que hay relación entre los motivos por los que los padres apuntan a sus hijos a judo y las creencias que tienen sobre las motivaciones de sus hijos, siendo la socialización o la competición el nexo entre estas percepciones.

6.3.2. Riesgos y desmotivaciones del judo

Todas las madres y padres contemplan varios riesgos como la frustración o los trastornos alimenticios, pero sin ninguna duda, el principal es el riesgo de lesión (física), si bien creen que es común en todos los deportes. A continuación, se pueden observar dos comentarios sobre este riesgo:

Bueno, que puedan tener lesiones. Sí, pero eso entra dentro de todos los deportes. (Madre no judoka 1)

Las lesiones son los riesgos a los que más miedo tengo. (Padre judoka 1)

Por otro lado, en cuanto a las frustraciones, han sido contempladas por un padre y por una madre, ambos judokas. El Padre judoka 2 compara los deportes individuales con los deportes de equipo y cree que hay más posibilidades de frustrarte en deportes individuales,

aunque ve la frustración como algo positivo que sirve para aprender de ello, más que verlo como un aspecto negativo, tal y como explica en la siguiente parte de la entrevista.

Claro, en los deportes individuales siempre hay algo más de riesgo. Porque al final los equipos, o sea los deportes colectivos como que se difumina un poco más el tema de si pierdes o ganas. Pero cuando son deportes individuales estás tú sólo. Si lo haces bien, lo haces bien tú y si lo haces mal, lo haces mal tú también. Si eso es, ese riesgo psicológico pero bueno. Y luego el tema, es un tema de gestión. Lo veo más como una enseñanza que como un riesgo. Sabes, que aprendan a gestionar también las frustraciones, que se suele perder más que se gana normalmente. Así que, que aprendan a perder también está muy bien. Que el aprender a ganar es muy fácil, pero aprender a perder no. (Padre judoka 2)

En cambio, la visión de la madre es más negativa en cuanto a la frustración y cree que los riesgos psicológicos son los más graves en este deporte. Del mismo modo, afirma que el estrés que supone el competir en judo, tener que entrenar lo que exige el deporte y compatibilizarlo con el estudiar en edades jóvenes puede saturar al joven deportista, tal y como explica en la siguiente parte de la entrevista.

Yo creo que los físicos están, pero no los valoro igual. Quizá están en la misma línea de posibilidades de que te ocurran, pero sí que es cierto y me parecen más importantes o más graves, a mi forma de ver, los psicológicos. Todos cometemos a veces errores y si no tienen madurada esa idea de que todos nos equivocamos, pueden acabar frustrándose muchísimo y acabar pasándolo mal. La frustración sí que me parece un riesgo importante. Por otro lado, el estrés también es importante, ya que en época de estudios el por ejemplo decir “bua tengo que sacar tiempo para entrenar porque tengo una competición, pero luego tengo que estudiar porque sigo teniendo exámenes y no me da tiempo a todo” y esto te genera estrés. (Madre judoka 2)

Por último, una madre que no practica judo subraya los riesgos que puede tener el judo con el tema de la alimentación. Tal y como lo explica en el siguiente fragmento de la entrevista.

El intentar estar en un peso que no es el tuyo, yo creo que es un error y que genera trastornos. No sé si ahí tiene que estar el entrenador o tienen que estar los padres, no lo sé, pero no me gusta lo que pasa con los deportes en los que hay que controlar el peso, no me parece bien que hagas cosas raras de que no bebo agua en dos días o cosas así, eso no lo veo. Que haya gente profesional de la élite que lo haga, pues muy bien, pero nosotros aquí donde estamos, que no somos élite, que ojalá lleguemos, pero los que no vamos a llegar tengamos los pies en la tierra. Que, aunque lo hagan los de élite, muy bien, pero al nivel al que estamos claro, me parece que no tiene sentido. Para mí lo que es hacer burradas con la alimentación no lo compro, pero no lo compro ni en el judo, ni en la gimnasia, ni en ningún deporte. (Madre no judoka 2)

Además, volviendo al tema de la frustración, Madre no judoka 2, al igual que Padre judoka 2, coincide en que la frustración es un tema a gestionar, es decir, de saber ganar y saber perder. Hay que tener los pies en la tierra y saber el nivel en el que estás. Así lo manifiesta en la entrevista.

Y psicológicamente insisto, creo que es importante el papel del entrenador porque vamos a ver, frustración, joe, habrá que saber ganar y habrá que saber perder, sabes. Entonces, insisto, cual es el objetivo, pienso que hay que saber dónde uno está y marcarse un objetivo con los pies en la tierra. Lo importante es poner el foco de que te vas a medir contra alguien de muy alto nivel. Y no hay que compararte con alguien si ganas o pierdes, porque hay que saber a qué nivel esta cada uno o que posibilidades de entrenamiento tiene cada uno, porque no es lo mismo alguien de alto rendimiento que entrena en un CAR o alguien que hace judo 3 días a la semana. Y bueno, también es evidente que hay que entrenar y si no entrenas no vas a conseguir nada, porque si no entrenas en el deporte, nadie te regala nada y tú te lo tienes que ganar. (Madre no judoka 2)

En la literatura científica se evidencian todos los riesgos mencionados por los padres y madres. Por un lado, están las lesiones. Orenga y colaboradores (2020) afirman que las lesiones más comunes en el judo son en dedos de la mano, la rodilla y el tobillo. En el estudio, de todos los judokas que participaron, se extrajo un promedio de 6,5 lesiones por cada judoka a lo largo de su vida deportiva. Por lo tanto, esto justifica que, aparte de ser una de las preocupaciones principales de los padres, las lesiones son uno de los riesgos principales de practicar judo. El tipo de lesiones más comunes son las contusiones, seguido de esguinces, artropatías inflamatorias y luxaciones. Aunque, como punto a favor, analizando el tratamiento médico, más de la mitad de lesiones no fue necesario tratarlas por personal sanitario, alrededor de una cuarta parte fueron tratadas y diagnosticadas por un fisioterapeuta y menos de una cuarta parte requirieron valoración e indicación médica. Asimismo, únicamente el 4,29% de las lesiones necesitaron tratamiento quirúrgico para solventar la lesión (Orenga et al., 2020).

Por otro lado, están los problemas de frustración. En el estudio de Tico (2009) las personas adultas que fueron entrevistadas afirmaron que han vivido y que recuerdan distintas situaciones malas durante las competiciones de distintos deportes cuando eran jóvenes. Entre estas situaciones, destacan situaciones de presión excesiva, situaciones que han generado violencia verbal y situaciones de mucho estrés para algunos deportistas. Además, los entrevistados reconocían que la cara negativa del modelo competitivo actual es el estrés que genera, la importancia sobredimensionada de la victoria y la presión para conseguir el éxito cómo objetivo principal, acompañado de una especialización precoz, la falta de iniciativa personal y la aparición de conductas violentas o antisociales en el deporte. Por último, también

mencionan que la presión excesiva ejercida por padres o entrenadores es uno de los principales motivos de abandono de la práctica deportiva.

El último riesgo que se ha comentado es el Trastorno de la Conducta Alimentaria (TCA). Márquez (2008) afirma que los trastornos de la conducta alimentaria se presentan con relativa frecuencia en deportes en los que es importante el control del peso corporal. En esta misma línea, Ceballos (2005) afirma que los TCA han aumentado de manera significativa en los últimos años y coincide con Márquez (2008) en que hay cierta tendencia a que esto ocurra en deportes en los que se compite por categoría de peso, como es el caso del judo. Algunos de los factores por los que se puede producir el TCA son: la presión social, la presión de los compañeros y compañeras del deporte, la presión del propio deporte, la práctica deportiva, las características psicológicas del deportista y la presión del entrenador/a. Dentro de las características que pueden provocar el desarrollo de un TCA, tiene especial importancia el estilo de instrucción que desarrolla cada entrenador/a a la hora de relacionarse con sus deportistas (Ceballos, 2005). Los entrenadores/as autoritarios pueden favorecer la aparición de TCA, debido a que este tipo de entrenador/a no facilita a sus deportistas el acercamiento o la posibilidad de comentar dudas o preocupaciones acerca del peso o planes de nutrición. En cambio, los entrenadores y entrenadoras democráticos en el entrenamiento, al ser personas más dialogantes, cercanos y accesibles, reducen el riesgo de desarrollo de TCA en los deportistas (Dosil, 2004).

En cuanto al abandono de la práctica de judo, según los padres y madres podría darse debido a las siguientes desmotivaciones: lesiones, falta de tiempo y problemas en las relaciones sociales, por ejemplo, el abandono de la práctica de algún compañero o algún conflicto entre compañeros. El motivo de lesión se puede observar en la siguiente respuesta de Padre no judoka 1: “pues no veo motivos e, eso lo sabrá él. Pues sería por una lesión, principalmente por eso.” La falta de tiempo o agobio ha sido mencionada por una madre judoka, que expuso lo siguiente:

Igual por agobio. Por agobio, pero no por el judo en sí, si no por agobio de que esta ahora mismo en una edad en la que hay muchos dilemas, muchos auto dilemas con ella misma, mucho estrés, está en un curso en el que le exigen más, le cuesta un poquito más y yo creo que sería por eso, por no poder con todo. (Madre judoka 2)

En cuanto a las relaciones sociales, tanto un padre judoka como una madre no judoka coinciden con que uno de los motivos importantes para que su hijo/a dejase la práctica de judo serían las relaciones sociales. Eso se puede observar en las siguientes citas de las entrevistas.

Ahora hemos tenido, recientemente, un caso en el que su mejor amigo ha dejado de hacer judo y él ha dicho, “bueno pues yo papá no se si dejar de hacer judo”. Y yo le he dicho, “bueno pues está muy bien que tu mejor amigo deje de hacer judo y tú te lo plantees, pero es solamente era

por él que tu venías a hacer judo. ¿No había otras cosas que te hacían venir?”. “¿Había otros compañeros y te daba otras satisfacciones no?” Y finalmente no lo ha dejado. Creo que mi hijo lo dejaría si el entorno social no fuera el adecuado, es decir, si no tuviera otras personas con las que se llevará bien que no es el caso. (Padre judoka 1)

Si que tuvo una racha que no sabía quiénes iban a entrenar y tal, y no estaba tan motivada, pero si sigue con los compañeros de siempre, yo creo que no lo dejaría. Para ella es muy importante lo social y quien esté. (Madre no judoka 2)

Según García Ferrando y colaboradores (2017), los niños y niñas que no realizan deporte, en general, dan como argumentos que no les gusta (20%) o que no se les da bien en un (11%). Aunque, puede que estas respuestas sean por no estar a gusto con el profesor/a o la orientación de la actividad.

Por otro lado, los agentes de socialización que más impulsan la práctica deportiva son la familia (42%) y las amistades (16%) (CSD, 2011). Otros agentes como los profesores y las profesoras influyen en menor medida, un 2%. Esto sí que es cierto que ocurre en las primeras edades pero, a medida que los niños se van haciendo mayores, va descendiendo la influencia de los padres/madres y va aumentando la influencia de las amistades en esa práctica deportiva (García Ferrando et al., 2017). Por lo tanto, es bastante habitual lo que comentó Padre judoka 1, sobre que el tema social tiene gran importancia para que su hijo siga practicando judo.

6.3.4. Objetivos o expectativas que tienen sobre sus hijos/as

En referencia a las expectativas de padres y madres, la mayoría ha respondido que no tienen ningún objetivo y que lo que les gustaría es que sigan practicando este deporte y disfruten de este deporte. Se puede observar, por ejemplo, en las siguientes respuestas.

Hombre, como a cualquier padre, me gustaría que llegue lo más alto que pueda. Pero bueno, en principio, yo me conformo con que siga muchos años y siga disfrutando. Al margen de los objetivos que consiga, eso me da un poco más igual. Eso es. Que siga, que lo siga practicando. (Padre judoka 2)

Para mí que siga disfrutando. No veo ningún resultado deportivo que digas campeona de no sé qué... no, no. Me da igual. Que siga disfrutando, que siga teniendo decepciones o frustraciones, pero que le hagan aprender de ellas y que le hagan seguir y le hagan seguir disfrutando. (Madre no judoka 2)

Por otro lado, un padre judoka ha dicho que le gustaría que su hijo consiguiera el cinturón negro de judo, pero porque no lo ve como un objetivo muy complicado, sino que cree que es algo sencillo si se tiene una constancia en el judo. Así lo explica en el siguiente fragmento:

Hombre sí, me gustaría que consiguiera, son objetivos muy sencillos, me gustaría que consiguiera un cinturón negro. Me parece sencillo si es constante en su trabajo. Me parece que, si trabaja lo suficiente, durante el tiempo suficiente, antes o después lo conseguirá. (Padre judoka 1)

Tanto la tensión psicológica y el perfeccionismo propios como la presión que pueden ejercer los entrenadores/as y los padres y madres en sus hijos, pueden hacer que los/as jóvenes sufran agotamiento deportivo (Gustafsson et al., 2011). Por ello, es importante que los padres y madres tampoco sean demasiado exigentes con los objetivos que esperan de sus hijos e hijas. En ese aspecto, los padres y madres entrevistadas, coinciden en que el único objetivo que tenían era que sus hijos disfrutaran y sigan con la práctica del judo.

6.4. COMPETICIÓN

6.4.1. Opinión respecto a que su hijo/a compita en judo

En cuanto a la opinión de los padres y madres respecto a que sus hijos compitan, parece que la mayoría coinciden en que les gusta y disfrutan de la competición de sus hijos e hijas, aunque al mismo tiempo, también sufren cuando están en el tatami luchando. Por ejemplo, Padre no judoka 1 dice: “Me parece bien, hombre me pongo nervioso cuando está compitiendo y eso, pero bien. Lo paso mal. Hombre, a él le gusta competir pues que compita. No le voy a quitar, ni le voy a convencer, ni que compita ni que no compita. Sí, sí que sufro. Estoy nervioso, pero sí que disfruto”. En este sentido, este mismo padre dice que es difícil explicar todo lo que se siente, porque cuando está compitiendo su hijo, afirma que hay una mezcla de muchos sentimientos, “es difícil explicar lo que siento cuando compite. Tengo todo revuelto”.

En el caso de los padres judokas que han competido, les hace ilusión y disfrutan viendo a sus hijos e hijas competir, aunque los nervios y el sufrimiento coinciden con el de los padres que no son judokas.

Bueno, lo llevo con bastantes nervios, más de los que tenía yo cuando competía, pero bueno, bien. No deja de ser algo que es un hobby. Quiero decir, que tampoco quiero que lo enfoque como algo a vida o muerte. Sin más, que haga lo que pueda y sin más. Si, si la verdad es que me gusta. Si, me gusta competir a mí, entonces me gusta ver competir a mi hija. (Padre judoka 2)

Ahora mismo no compiten y hay una parte de mí que desearía que compitieran. Sin embargo, prefiero darles libertad para que ellos se dirijan y decidan qué es lo que quieren hacer (Padre judoka 1)

En cambio, uno de los padres en la entrevista afirmó que estaría más tranquilo si su hija no compitiera en judo, ya que sufre mucho cuando la ve competir.

Puff, al principio nos costó mucho. En infantil y así bueno, todavía pues como que demasiado daño no se podía hacer y tal, pero una vez que paso ya a cadete y ya para adelante, como que

veías unos combates duros que eran ya peleas en condiciones y que se podían hacer daño vamos. Pero luego, después lo he visto bien porque ella quería y quería hacerlo, entonces bueno, pues hay que apoyarla. Pero sí, siempre nos ha parecido, bueno yo por lo menos he sufrido. Pues me duelen los agarres y todo igual que a ella en el tatami. Me pongo en bastante tensión y hay veces que si ella hace fuerza empujo con ella y la ostia. Pero bueno, la verdad es que me gusta ir y verla. (Padre no judoka 2)

Entrevistador: “Osea, ¿tu preferirías que ella no compitiera? Estarías más tranquilo.”

Padre no judoka 2: “Pues sí, la verdad”

En otra entrevista, una madre no judoka respondió que, además de disfrutar y sufrir, sentía sobre todo orgullo de que su hija compitiera en judo, tal y como lo explica en el siguiente fragmento de la entrevista.

[Lo disfruto] sí y lo sufro, pero me encanta, me encanta que compita. Sí, siento que es una mezcla de todo. Siento realmente, siento mucho orgullo. Me siento muy orgullosa, pero no porque gane o por que pierda, simplemente por el hecho de que este ahí, de que afronte, ya me parece que eso es admirable. Lo que siento es orgullo de entrada, no porque gane o porque pierda, me siento orgullosa. (Madre no judoka 2)

González (2015) afirma que, si se tiene en cuenta el tiempo dedicado a la competición de judo y el tiempo dedicado al entrenamiento, el riesgo de padecer una lesión es entre 50 y 90 veces más grande en las competiciones. Esto implica que por cada hora de competición podrían darse 60 lesiones, mientras que sólo se daría una lesión por cada hora de entrenamiento. Esto puede explicar los nervios y el sufrimiento que experimentan los padres y madres al ver a sus hijos e hijas competir, independientemente de que disfruten de sus combates.

En cambio, Masia y colaboradores (2009) defienden que la competición es un buen instrumento para la formación y educación de los niños. Estos afirman que a la mayoría del profesorado le gusta que su alumnado compita o le gustaría que participara en algún tipo de competición, y expone como motivos principales el aumento de la motivación y la importancia que ésta tiene en su formación como medio de enseñanza-aprendizaje.

En el judo competitivo, es importante cuidar la resiliencia y el optimismo en la competición, ya que son determinantes para evitar el burnout en el Judo (García et al., 2014). En esta investigación que llevaron a cabo con judokas uruguayos, se dieron cuenta que no tenían demasiada resiliencia, ya que tenían dificultades para adaptarse y superar barreras o retos competitivos elevados. En cambio, la mayoría tenían una actitud optimista, lo que les protegía del burnout, por lo que podemos decir que el burnout se puede asociar a unos bajos niveles de optimismo.

6.4.2. Opinión respecto a las bajadas de peso en competición

La gran mayoría de padres y madres han respondido que en edades de crecimiento no ven bien que sus hijos e hijas hagan bajadas de peso. También han comentado que depende mucho el nivel en el que se encuentren y el estado de forma que tengan. Así lo comenta Madre judoka 1, “dependiendo de la edad, puede ser factible. Pero en el caso de mi hijo, cuando ha tenido que bajar de peso, no lo he visto bien “. En esta misma línea, Padre no judoka 1 dice, “yo creo que cada uno tiene que ir en el peso que el cuerpo le pide” y Padre judoka 2, añade “pues dependiendo del nivel, ahora mismo por ejemplo y estando creciendo como está pues no le dejaría.”

Por otro lado, el Padre judoka 1 ha respondido que el tema de bajar de peso y controlar el peso lo ve de forma positiva y que puede ayudar al deportista a saber llevar una buena alimentación sin hacer excesos. Así lo explica en el siguiente fragmento de la entrevista.

En parte lo he vivido porque mi hijo mayor estaba hace un par de años un poquitín pasado de peso. Aún no había pegado el estirón y no estaba gordo, pero estaba un poquito pasado. Intente que comiera un poco menos cosas grasas, cuidar un poco más la alimentación y me apoye en los compañeros que estaban haciendo judo. Le hacía equivalencias de mira el compañero pesa no sé cuánto, y no se puede pasar, vamos a ver si tu consigues mantener este peso. Este compañero tiene este peso, vamos a ver si tú puedes mantener este peso y puedes estar en su categoría. Sí, lo veo positivo. Hombre, obviamente no veo positivos casos de anorexia o de... Pero bueno, temas de salud que al final controlamos el peso no para estar extremadamente delgados ni extremadamente nada, sino para estar en forma, eso lo veo muy positivo. (Padre judoka 1)

En este caso, se observa que ve el lado positivo de las bajadas de peso, porque su hijo como dice él “está un poquitín pasado de peso”, aunque también afirma que en la élite las bajadas de peso no suponen riesgo para los deportistas, porque son los primeros interesados en no ver afectado su rendimiento.

Yo personalmente creo que un competidor lo que intenta es estar lo más en forma posible. Y creo que es capaz de discernir si llegado a un peso determinado puede poner en riesgo su salud. Porque si pone en riesgo su salud no va a estar en la competición al 100%, por lo tanto, yo veo un poco en contrasentido el riesgo de la alimentación con un judoka, incluso con un judoka de élite. Yo personalmente no lo veo muy posible. Un judoka intentará cuidar su cuerpo lo máximo posible y si no llega a un peso pues a lo mejor tiene que ir a otro. (Padre judoka 1)

Martínez Abellán (2013) afirma que las rápidas pérdidas de peso que se realizan en las fases precompetitivas producen diferentes efectos adversos sobre el rendimiento. Sobre todo, los peores efectos se dan en las fases de pérdida de masa corporal en diferentes manifestaciones de fuerza (isométrica, isocinética e isoinercial), en la resistencia muscular, en la potencia

muscular, la capacidad anaeróbica y el consumo máximo de oxígeno. Además, si para dar un peso se realizan deshidrataciones repetidamente, con el tiempo puede llevar al deportista a sufrir diferentes patologías (Périard et al., 2012). Aunque parezca un contrasentido llevar a cabo prácticas que pueden hacer disminuir el rendimiento, como bien se ha citado antes, hay evidencias de que los trastornos de la conducta alimentaria se presentan con relativa frecuencia en deportes en los que es importante el control del peso corporal (Márquez, 2008). De acuerdo con este mismo autor, la incidencia es mayor en mujeres, manifestándose con frecuencia una baja autoestima, una imagen corporal distorsionada en la que el cuerpo es percibido con un exceso de peso, ineficiencia, perfeccionismo y un sentido de pérdida de control, con un mecanismo compensatorio ejercido a través de la manipulación de la comida y la utilización de métodos inadecuados de control del peso. Además, a las mujeres deportistas los TCA les provocan irregularidades del ciclo menstrual, reducción de la densidad mineral ósea y osteoporosis, lo que se conoce como la tríada de la atleta femenina.

El consumo adecuado de energía y micronutrientes, es esencial para los niños y niñas en edad de crecimiento, las restricciones calóricas y de líquidos durante el entrenamiento físico en la infancia o durante la adolescencia, podrían perturbar las regulaciones metabólicas y hormonales que influyen sobre el crecimiento, la maduración, la composición corporal, el ciclo menstrual y la capacidad reproductora (Boisseau ,2006). Este mismo autor, afirma que esto incrementa el riesgo de traumatismos como fracturas por sobrecarga. Asimismo, es importante destacar el estudio de Franchini (2012) en el que informa que los atletas que realizan rápidas bajadas de peso, presentan disminución de la memoria a corto plazo, menos concentración y autoestima, así como una mayor confusión, ira, fatiga y depresión. Además de estos problemas, Franchini (2012) indica que hay un alto porcentaje de luchadores que están bastante preocupados por su masa corporal y la ingesta de alimentos y, en consecuencia, realizan grandes restricciones calóricas. Muchos deportistas, entre un 10 y un 20%, no son capaces de controlar lo que comen y el porcentaje aumenta a un 30 - 40% después de las competiciones, lo que hace aumentar la probabilidad de sufrir trastornos alimentarios como atracones, anorexia y bulimia (Franchini, 2012). En palabras de este mismo autor, muchos luchadores no están satisfechos con su cuerpo, a pesar del bajo porcentaje graso que suelen tener. Este comportamiento parece estar más marcado en los deportistas de más alto nivel y no es sorprendente que la prevalencia de sobrepeso y obesidad sea mayor en ex atletas de deportes de combate en comparación con ex atletas que no practicaban deportes en los que se realizan bajadas de peso.

6.5. PERSPECTIVA DE GÉNERO DE LA PRÁCTICA DE JUDO

6.5.1. Creencia sobre estereotipos de género asociados al judo

Tanto madres como padres del mundo del judo como los que no lo son, han manifestado que el judo es tanto de chicas como de chicos, tal y como se puede observar en las siguientes respuestas.

Perfectamente lo he visto yo mismo, pueden hacer tanto chicas como chicos. Pueden hacer gente mayor o gente joven, es un deporte para todo el mundo. (Padre no judoka 1)

Pues no, la verdad es que no. La verdad es que yo creo que es bastante paritario. Bueno bastante paritario incluso lo veo muy, lo veo, no te diría que más adecuado, pero bastante apropiado para las mujeres. (Padre judoka 2)

En cambio, cuando durante la entrevista se les preguntó si creían que todo el mundo pensaba como ellos, la gran mayoría respondió que sí, pero dos madres, una judoka y otra que no lo es, respondieron que no. Estas dos madres, argumentaron que mucha gente no piensa igual que ellas y que todavía se sorprenden cuando una chica hace judo, cosa que no hacen cuando se trata de un chico. Quizá no tanto en niñas, pero sí en el caso de mujeres más mayores. Esto se puede observar en las siguientes respuestas de las entrevistas.

Yo creo que el judo es un ejemplo para demostrar que eso no es así. Pero bueno, tú generalmente preguntas a cualquiera qué deporte hacen y te cuentan y no pasa nada, pero cuando una chica te dice que hace judo, la gente se extraña y te lo preguntan dos veces como, “¿ah, tú haces judo?”, y eso es algo propio de una mentalidad más anticuada. Con la edad de mi hija quizás a la gente no le sorprendía tanto lo de hacer judo, porque lo visualizan un poco como que es una niña, lo hace en el cole y que haga de todo. Pero si sale al tema que yo también lo hago, lo que te he dicho, se extrañan y dicen “¿ah, tú también haces?”. Sin embargo, igual mi pareja dice “yo hago boxeo” o lo que sea y dicen “ah, qué bien” no sé qué. Como que lo tienen más interiorizado, como que las luchas son de chicos. No sé si está peor visto, pero sí que sé que no está visto que las chicas hagan deportes de lucha. (Madre judoka 2)

Todavía en pleno siglo XXI, cuando digo que mi hija hace judo, dicen, “¿judo?”. Muchas respuestas son de sorpresa como “¿hace judo?”. En chicos no generaría esa respuesta, estoy convencida. A ver, esta respuesta no es así con todo el mundo, pero todavía hay gente que dice “¿judo?” y la respuesta es “pues sí, es una chica y hace judo y no pasa nada”. Quiero decir, es que no es pelear, es otra cosa, que eso yo también lo he aprendido después de ver a mi hija. El judo es “hola”, te saludo, empezamos la disputa para medirnos a ver quién es mejor, acaba el combate, al final eres tú mejor o soy yo mejor, da igual, te vuelvo a saludar, te doy la mano y te agradezco el combate, eso es el judo. El judo no es pelear, es medirse. (Madre no judoka 2)

Según Channon (2014), cada vez hay más mujeres que practican artes marciales y que, además, cada vez están obteniendo niveles más altos en esa práctica. Esto se puede deber a los siguientes motivos: un objetivo, el disfrute de la actividad, el deseo de aprender y desarrollar habilidades de combate, sentirse más seguras y las aspiraciones a tener una carrera deportiva y competitiva exitosa.

En cambio, de acuerdo con García Fernando (2017), los hombres y las mujeres suelen tener distintas motivaciones a la hora de realizar deportes; los motivos principales de los hombres, ordenados de mayor a menor importancia, son hacer ejercicio, divertirse, salud y amistades. En cambio, las motivaciones por las que las mujeres practican deportes son hacer ejercicio, salud, divertirse y mantener la línea. Las dos últimas motivaciones de las mujeres tienen una diferencia mínima, concretamente divertirse 45% y mantener la línea 41%, lo que implica que le dan casi la misma importancia, cuando en los hombres mantener la línea ni se menciona como una motivación. Esto puede deberse a los estereotipos asociados al género femenino y la presión por los estándares de belleza femeninos que hay en la sociedad.

Aunque los hombres y las mujeres tienen motivaciones diferentes, a día de hoy, cada vez hay más mujeres en las artes marciales (Channon, 2014). No obstante, las mujeres todavía están en una sociedad en la que están más expuestas a comentarios de sorpresa, como los que nos explicaban algunas madres cuando cuentan que sus hijas hacen judo. Esto explica que todavía hay estereotipos atribuidos a las mujeres como, por ejemplo, qué deportes deben practicar o estereotipos que al final generan presión social, al igual que ocurre con mantener la línea, algo que motiva a las mujeres para que practiquen deporte, pero no ocurre en los hombres.

7. CONCLUSIONES

A continuación, se exponen las principales conclusiones del estudio.

- Los padres y madres judokas, en la mayoría de casos han decidido que sus hijos e hijas practiquen judo porque es la práctica que ellos han disfrutado desde jóvenes. En cambio, los padres y madres no judokas han decidido que sus hijos e hijas practiquen judo por diferentes motivos, como cumplir el deseo que ellos mismos tenían de pequeños de realizar judo o algún arte marcial, o por recomendaciones de practicar judo por parte de otras personas.
- Tanto los padres y madres judokas como los no judokas afirman que el grupo de compañeros de judo está muy unido. Del mismo modo, coinciden en que la entrenadora tiene grandes conocimientos y sabe guiar muy bien al grupo. En este caso, las diferencias

más considerables entre las percepciones de las y los entrevistados no están entre el grupo de madres y padres judokas y no judokas, sino entre los padres y las madres. Los padres, han valorado positivamente la capacidad de la entrenadora para guiar y motivar al grupo, mientras que, dos madres, una judoka y otra no judoka, aunque valoran mucho la profesionalidad y la efectividad de instrucción de la entrenadora, como aspecto negativo indican que, a veces, es demasiado dura y quizás debería medir un poco más las formas en las que se dirige a algunos alumnos y alumnas que son más sensibles.

- Los beneficios que contemplan todas las personas entrevistadas eran muy variados pero ambos grupos, tanto judokas como no judokas, coincidían en que lo que más les gustaba era que sus hijos e hijas se movieran en un entorno sano. Respecto a los beneficios a nivel educativo y formativo, el grupo de madres y padres no judokas han dado más importancia a la disciplina, el orden y la formalidad que ven reflejada en los campeonatos. En cambio, los padres y madres judokas han valorado otros aspectos como el compañerismo, el respeto, las relaciones sociales y otros aspectos que se ven en el día a día en el tatami. En cuanto a los riesgos, la gran mayoría de madres y padres de ambos grupos, mencionan las lesiones en primer lugar. En segundo lugar, por detrás de las lesiones, destacan las frustraciones. En tercer lugar, el riesgo de desarrollar un TCA ha sido el último riesgo contemplado. Este último, es un riesgo que muchos no han contemplado, pero tiene mucha evidencia científica que lo respalda.
- En cuanto a las percepciones y experiencias de la competición, ambos grupos, tanto el de judokas como el de no judokas, experimentan sentimientos similares de nervios y sufrimiento, aunque generalmente disfrutaban por igual. En referencia a las bajadas de peso, la gran mayoría ha respondido que en edades de crecimiento no ven bien que sus hijos hagan bajadas de peso, pero que esto depende del nivel y del estado de forma en el que se encuentren.
- La gran mayoría de expectativas de las y los entrevistados, tanto las de judokas como no judokas, coincidían en que no tenían ningún objetivo concreto para sus hijos e hijas, más allá del disfrute y de que mantengan esa adherencia a la práctica de judo.
- Todos los padres y madres creen que el judo es un deporte tanto de hombres como de mujeres. En cambio, aunque la mayoría creen que todos piensan igual que ellos y ellas,

dos madres, una judoka y otra que no lo es, afirman que no todo el mundo piensa así ya que, cuando comentan que ellas o que sus hijas hacen judo, ven reacciones de sorpresa y a personas extrañadas, como si se tratase de algo raro, mal visto o que simplemente no está tan contemplado en la sociedad como en el caso de los hombres.

8. APLICACIONES PRÁCTICAS

Una vez extraídas estas breves conclusiones, podemos aportar las siguientes propuestas prácticas. Hay que seguir potenciando el grupo sólido, la entrenadora competente, los múltiples beneficios del propio judo y la visión libre de estereotipos de género que tiene el club. Sin embargo, como áreas de mejora, sería muy interesante plantear métodos de instrucción donde la comunicación y la exigencia por parte del entrenador/a sea más flexible y se adapte mejor a las y los deportistas más sensibles. Otra propuesta interesante podría ser implementar cursos o charlas formativas para padres y madres de adolescentes, para informarles sobre otro tipo de riesgos del judo competitivo bastante desconocidos, como son las frustraciones mal gestionadas o los trastornos de la conducta alimentaria.

9. REFERENCIAS

- Bois, J. E., Sarrazin, P. G., Brustad, R. J., Trouilloud, D. O., & Cury, F. (2005). Elementary schoolchildren's perceived competence and physical activity involvement: the influence of parents' role modelling behaviours and perceptions of their child's competence. *Psychology of Sport and Exercise*, 6(4), 381-397.
- Boisseau, N. (2006). Consecuencias de la restricción de peso impuesta por el deporte en la infancia. *Annales Nestlé*, 64(2), 77-84.
- Ceballos, I. D. (2005). Propuesta de un programa de prevención de trastornos de la conducta alimentaria para entrenadores. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 5, 67-80.
- Channon, A. (2014). Towards the “undoing” of gender in mixed-sex martial arts and combat sports. *Societies*, 4(4), 587-605.
- Cheng, L. A., Mendonça, G., & Farias Júnior, J. C. D. (2014). Physical activity in adolescents: analysis of the social influence of parents and friends. *Journal de Pediatria*, 90, 35-41.
- Consejo Superior de Deportes. (2011). *Fundación Alimentun. Los hábitos deportivos de la población escolar en España*. Consejo Superior de Deportes

- Deval, V. C., Abella, C. P., & Sánchez, E. C. (2016) Motivos que inducen a los padres a introducir a sus hijos en la práctica del deporte del judo. *Extraído de: <https://judoinfo.com/>*
- Dosil, J. (2004). *Psicología de la actividad física y del deporte*. McGraw- Hill.
- Edwardson, C. L., & Gorely, T. (2010). Parental influences on different types and intensities of physical activity in youth: A systematic review. *Psychology of Sport and Exercise, 11*(6), 522-535.
- Franchini, E., Brito, C. J., & Artioli, G. G. (2012). Weight loss in combat sports: physiological, psychological and performance effects. *Journal of the International Society of Sports Nutrition, 9*(1), 52.
- García Ferrando, M., Puig Barata, N., Lagardera Otero, F., Llopis Goig, R., & Vilanova Soler, A. (2017). *Sociología del deporte*. Comercial Grupo ANAYA.
- García, C. R., Vallerino, V. T., & Montero, F. J. O. (2014). Resiliencia, optimismo y burnour en judokas de competición uruguayos. *Revista Iberoamericana de Psicología del Ejercicio y el Deporte, 9*(2), 267-279.
- Rodríguez, E. M. (2015). *Epidemiología de lesiones en la práctica del judo en alto nivel*. [Tesis Doctoral]. Universidad de Alfonso X el Sabio, España.
- Gustafsson, H., Kenttä, G., & Hassmén, P. (2011). Athlete burnout: An integrated model and future research directions. *International Review of Sport and Exercise Psychology, 4*(1), 3-24.
- Gutiérrez-García, C., Astrain, I., Izquierdo, I., Gomez-Alonso, M. T., & Yague, J. M. (2018). Effects of judo participation in children: A systematic review. *Ido Movement for Culture. Journal of Martial Arts Anthropology, 18*(4), 63-73.
- Lakes, K. D., & Hoyt, W. T. (2004). Promoting self-regulation through school-based martial arts training. *Journal of Applied Developmental Psychology, 25*(3), 283-302.
- Mageau, G. A., & Vallerand, R. J. (2003). The coach–athlete relationship: A motivational model. *Journal of Sports Science, 21*(11), 883-904.
- Márquez, S. (2008). Trastornos alimentarios en el deporte: factores de riesgo, consecuencias sobre la salud, tratamiento y prevención. *Nutrición Hospitalaria, 23*(3), 183-190.

- Martínez Abellán, A. (2013). Efectos de las pérdidas de peso y la deshidratación en deportes de combate: una revisión. *SPORT TK-Revista EuroAmericana de Ciencias del Deporte*, 2(2), 59–68. Extraído de: <https://revistas.um.es/sportk/article/view/194631>
- Marusak, H. A., Borg, B., Morales, A., Smith, J. C., Blankenship, K., Allen, J. L., Goldberg, E., & Bluth, M. H. (2022). Martial arts-based curriculum reduces stress, emotional, and behavioral problems in elementary schoolchildren during the COVID-19 pandemic: A pilot study. *Mind, Brain and Education*, 16(1), 5–12.
- Masia, J. R., Pi, M. D. C. M., & Plá, L. A. (2009). La competición deportiva como medio de enseñanza en los centros educativos de primaria. *Retos. Nuevas Tendencias en Educación Física, Deporte y Recreación*, (16), 5-8.
- Moore, B., Woodcock, S., & Dudley, D. (2018). Developing Wellbeing Through a Randomised Controlled Trial of a Martial Arts Based Intervention: An Alternative to the Anti-Bullying Approach. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(1), 81.
- Moore, L. L., Lombardi, D. A., White, M. J., Campbell, J. L., Oliveria, S. A., & Ellison, R. C. (1991). Influence of parents' physical activity levels on activity levels of young children. *The Journal of Pediatrics*, 118(2), 215-219.
- Muñoz-Comet, J., & Martínez-Pastor, J. I. (2021). La influencia de la actividad física de los padres en la participación deportiva. ¿Cómo afecta a la desigualdad de clase social?. *Revista Internacional de Sociología*, 79(2), e185-e185.
- Orenga, S., Oliver, V. H., Gabaldón, B. R. P., Ochoa, M. G., Zacarés, S. E., Soliveres, I. C., & Dolcet, C. V. (2020). Estudio de las lesiones en el judo. *Revista Española de Cirugía Osteoarticular*, 55(283).
- Peranzi, F. G. (2008). Judo como práctica educativa. In *Jornadas de Cuerpo y Cultura de la UNLP (La Plata, 15 al 17 de mayo de 2008)*.
- Périard, J. D., Tammam, A. H., & Thompson, M. W. (2012). Skeletal muscle strength and endurance are maintained during moderate dehydration. *International Journal of Sports Medicine*, 33(8), 607-612.
- Pracht, D. W., Houghton, V., Fogarty, K., & Sagas, M. (2020). Parents' motivations for enrolling their children in recreational sports. *Journal of Amateur Sport*, 6(1), 81-99.
- Rapley, T. (2014). *Los análisis de conversación, de discurso y de documentos en investigación cualitativa*. Morata.

- Strandbu, Å., Bakken, A., & Stefansen, K. (2020). The continued importance of family sport culture for sport participation during the teenage years. *Sport, Education and Society*, 25(8), 931-945.
- Ticó, J. (2009). La competición en el deporte de base: ¿educación o perversión?. *Cuadernos de Psicología del Deporte*, 9, 86-86.
- Trigueros, R., Aguilar-Parra, J. M., Cangas-Díaz, A. J., Fernández-Batanero, J. M., Mañas, M. A., Arias, V. B., & López-Liria, R. (2019). The influence of the trainer on the motivation and resilience of sportspeople: A study from the perspective of self-determination theory. *PloS one*, 14(8), e0221461.
- Wheeler, S. (2012). The significance of family culture for sports participation. *International Review for the Sociology of Sport*, 47(2), 235-252.
- Žanetić, D., Sertić, H., Segedi, I., & Glavaš, M. M. (2019). Parents attitude towards judo. In 6th European Judo Science & Research Symposium and 5th Scientific and Professional conference. *Applicable research in judo*, 60.

10. ANEXOS

I GUIÓN ENTREVISTA JUDOKAS

Contexto, entorno familiar:

- ¿Por qué haces o hiciste judo? ¿Qué te aporta?
- ¿Practicaste otros deportes?
- ¿Por qué te decantaste por el judo?
- ¿Hasta qué grado has llegado haciendo judo?
- ¿A qué grado ha llegado tu hijo/a haciendo judo?
- ¿Al principio, quien decidió que tus hijos practicasen judo, fue decisión parental o propia por parte del hijo?
- Entorno en el club
 - ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tienes en judo?
 - ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tiene tu hijo/a en judo?
 - ¿Crees que hay buen ambiente en las clases de judo?
 - ¿Qué opinas de la entrenadora de judo?
 - ¿Qué opinas de los entrenamientos que se imparten en el club?
- Preferencias:
 - ¿Cuál es la parte que más te gusta o mejor ves, respecto a que tu hijo/a practique judo?
 - ¿Cuál es la parte que menos te gusta o peor ves, respecto a que tu hijo/a practique judo?
- Competición
 - ¿Actualmente compites en la categoría de veteranos de judo?
 - ¿Has competido en judo cuando eras más joven?
 - ¿Cómo ves que tu hijo/a compita en judo?
 - ¿Cómo ves que tu hijo/a tenga que bajar a un peso concreto para hacer una competición en la que está clasificado en ese peso?
- Beneficios y riesgos de la práctica del judo
 - Dime los riesgos que asocias a la práctica del judo (especifica cuales)
 - ¿Qué beneficios aporta? (abierto)
 - ¿Ves el judo como un deporte educativo? ¿Por qué?
- Motivaciones y desmotivaciones hacia la práctica del judo
 - ¿Por qué motivos crees que dejarías de practicar judo?
 - ¿Por qué motivos crees que tu hijo/a dejaría de practicar judo?

- ¿Por qué crees que tu hijo/a hace judo?
- ¿Cuáles crees que son las motivaciones de tu hijo/a para practicar judo?
- ¿Crees que a tu hijo/a el judo le aporta algo positivo para la vida más allá de los beneficios a nivel de rendimiento físico que puede aportar la práctica de judo?
- ¿Hay algún objetivo que te gustaría que tu hijo alcanzase en el judo? Puede ser de rendimiento o enseñanzas y aprendizajes que le sirvan para la vida. Si es que si ¿Cuáles?
- Perspectiva de género
 - ¿Crees que el judo es un más apropiado para chicos por ser un deporte de lucha? ¿Por qué?
- Judo y otros deportes
 - ¿Crees que el judo ayuda o aporta algo distinto, respecto a lo que aportan otros deportes?
 - ¿Qué crees que tienen de distinto los deportes de lucha como el judo en comparación con otro tipo de deportes individuales o de equipo?
 - ¿Crees que hay algo que diferencia al judo del resto de deportes de lucha como el boxeo, el kick boxing u otras disciplinas?

GUIÓN ENTREVISTA NO JUDOKAS

- Contexto, entorno familiar:
 - ¿Prácticas o practicaste algún deporte cuando eras joven?
 - ¿Te ves a ti misma haciendo judo? ¿Por qué?
 - ¿Tienes a algún familiar que hace judo aparte de tu hijo/a? ¿Crees que eso influye en que tu hijo/a haga judo?
 - Si vosotros no practicabais judo, de donde surgió el deseo de practicar judo de vuestros hijos/as.
 - ¿Al principio, quien decidió que tus hijos practicasen judo, fue decisión parental o propia por parte del hijo?
 - ¿A qué grado ha llegado tu hijo/a haciendo judo?
- Entorno en el club
 - ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tiene tu hijo/a en judo?
 - ¿Crees que hay buen ambiente en las clases de judo?
 - ¿Qué opinas de la entrenadora de judo?
 - ¿Qué opinas de los entrenamientos que se imparten en el club?
- Preferencias:

- ¿Cuál es la parte que más te gusta o mejor ves, respecto a que tu hijo/a practique judo?
- ¿Cuál es la parte que menos te gusta o peor ves, respecto a que tus hijo/a practique judo?
- Competición
 - ¿Cómo ves que tu hijo/a compita en judo?
 - ¿Cómo ves que tu hijo/a tenga que bajar a un peso concreto para hacer una competición en la que está clasificado en ese peso?
- Beneficios y riesgos de la práctica del judo
 - Dime los riesgos que asocias a la práctica del judo (especifica cuales)
 - ¿Qué beneficios aporta? (abierto)
 - ¿Ves el judo como un deporte educativo? ¿Por qué?
- Motivaciones y desmotivaciones hacia la práctica del judo
 - ¿Por qué motivos crees que tu hijo/a dejaría de practicar judo?
 - ¿Crees que a tu hijo/a el judo le aporta algo positivo para la vida más allá de los beneficios a nivel de rendimiento físico que puede aportar la práctica de judo?
 - ¿Hay algún objetivo que te gustaría que tu hijo alcanzase en el judo? Puede ser de rendimiento o pueden ser enseñanzas y aprendizajes que le sirvan para la vida. Si es que si ¿Cuáles?
 - ¿Cuáles crees que son las motivaciones de tu hijo/a para practicar judo?
- Perspectiva de género
 - ¿Crees que el judo es un más apropiado para chicos por ser un deporte de lucha? ¿Por qué?
- Judo y otros deportes
 - ¿Crees que el judo ayuda o aporta algo distinto, respecto a lo que aportan otros deportes?
 - ¿Qué crees que tienen de distinto los deportes de lucha como el judo en comparación con otro tipo de deportes individuales o de equipo?
 - ¿Crees que hay algo que diferencia al judo del resto de deportes de lucha como el boxeo, el kick boxing u otras disciplinas?

II HOJA DE INFORMACIÓN Y CONSENTIMIENTO INFORMADO

HOJA DE INFORMACIÓN

Responsable del estudio

Nombre y apellidos: Oidui Usabiaga Arruabarrena

Email: Oidui.usabiaga@ehu.eus

Telefono: 945013539

Título del proyecto

Análisis de las distintas percepciones y experiencias de los padres judokas y no judokas respecto a la práctica de sus hijos en judo: estudio en el Judo Club San Ignacio Ippon.

Descripción del proyecto

El objetivo principal del presente estudio es conocer las experiencias y vivencias de los padres y madres respecto a la práctica de sus hijos en judo y cómo perciben dicha práctica. En esta línea, se realizará una sesión que durará 20-45 minutos. El riesgo del estudio es mínimo conllevando el uso del tiempo de los/as participantes e intromisión en la intimidad.

Participación voluntaria y revocación

- La participación en el estudio será un acto de libre decisión por parte de las y los participantes.
- La participación es altruista y no se recibirá remuneración por ello.
- Los datos obtenidos en el presente estudio serán utilizados para el proyecto actual.
- Las y los participantes pueden decidir no participar e incluso una vez iniciado el estudio, puede retirarse en cualquier momento, cuando quieran, sin tener que dar explicaciones ni exponer sus motivos y sin ningún tipo de repercusión negativa.

CONSENTIMIENTO INFORMADO

Yo, _____ con DNI nº _____
(nombre y apellidos)

Doy el consentimiento para que la entrevista sea grabada en formato de audio:

Sí	<input type="checkbox"/>
No	<input type="checkbox"/>

Comprendo que la participación es voluntaria y que puedo retirarme del estudio cuando quiera.

He sido suficientemente informado/a por lo que **DOY EL CONSENTIMIENTO** para la participación en el estudio promovido por la Universidad del País Vasco (UPV/EHU), titulado *Análisis de las distintas percepciones y experiencias de los padres judokas y no judokas respecto a la práctica de sus hijos en judo: estudio en el Judo Club San Ignacio Ippon* al que este documento hace referencia.

Fecha y firma

Quedamos a su entera disposición para cualquier aclaración que fuera preciso realizar. Si se desea conocer los resultados finales del estudio, así como si requiere cualquier aclaración en relación al proyecto, puede ponerse en contacto con el Dr. Oidui Usabiaga Arruabarrena por medio de correo electrónico (oidui.usabiaga@ehu.eus).

Agradeciendo de antemano su imprescindible colaboración para sacar adelante este proyecto,

Atentamente,

III CUESTIONARIO SOCIODEMOGRÁFICO JUDOKAS

1. **¿Cuántos años cumplirás en 2023?** *Indica el número.*

__ __ años

2. **Género.** *Marca con una cruz tu respuesta.*

- Mujer
- Hombre
- No binario

3. **¿Dónde vives actualmente?** *Indica el nombre del municipio.*

4. **¿Cuál es el nivel máximo de estudios que has alcanzado?** *Elige una única respuesta.*

- Sin estudios
- Estudios básicos
- Graduado escolar
- Bachillerato o Formación Profesional
- Estudios universitarios
- Doctorado
- No sabe / No contesta

5. **¿En qué situación laboral te encuentras hoy en día?** *Elige entre las respuestas la que mejor describa tu situación laboral. Elige una única respuesta.*

- Trabajando
- Jubilada o pensionista
- En paro
- Estudiando
- Tareas domésticas
- Otro: _____
- No sabe / No contesta
-

6. **¿Prácticas actualmente judo?** *Elige una única respuesta.*

- SI
- NO

7. **¿Cómo practicas judo?** *Elige una única respuesta.*

- No competición**
- Competición federada.** Participación en competiciones organizadas por federaciones deportivas.

8. **¿Cuántas horas a la semana de media entrenabas en judo cuando eras joven entre 12-17 años, incluyendo el tiempo de competición?** *Elige una única respuesta.*

- 0-2 horas
- 3-5 horas
- 6-9 horas
- 10-12 horas
- 13-15 horas
- 16-19 horas
- + de 20 horas

9. **¿Cuántas horas a la semana de media entrenas actualmente en judo, incluyendo el tiempo de competición?** *Elige una única respuesta.*

- 0-2 horas
- 3-5 horas
- 6-9 horas
- 10-12 horas
- 13-15 horas
- 16-19 horas
- + de 20 horas

10. **¿Con cuántos años te iniciaste en judo?**

___ ___ años

11. **¿Qué grado tienes actualmente en judo?**

- blanco
- amarillo
- naranja
- verde
- azul
- marrón
- negro (indica el DAN)
 - 1º
 - 2º
 - 3º
 - 4º
 - 5º
 - 6º
 - 7º

12. **¿Qué grado tiene actualmente tu hijo/a o tienen tus hijos/as en judo?** (marca una o varias opciones si es necesario)

- Blanco
- Blanco-amarillo
- Amarillo
- Amarillo-naranja
- Naranja
- Naranja-verde
- Verde
- Verde—azul
- Azul
- Azul-marrón
- Marrón
- Negro (indica el DAN)
 - 1º
 - 2º
 - 3º
 - 4º
 - 5º
 - 6º
 - 7º

13. **¿Durante cuántos años has practicado judo?** *Elige una única respuesta.*

- 0-3 años
- 4-7 años
- 8-11 años
- 12-15 horas
- + de 15 años

14. **¿Cuál es el nivel más alto en el que has competido o compites en judo?** *Elige una única respuesta.*

- Nivel regional o Comunidad autónoma
- Nivel nacional
- Nivel internacional
- No he competido

15. **En judo has estado más entrenado por:** *Elige una única respuesta.*

- Mujeres
- Hombres
- Mujeres y hombres por igual

CUESTIONARIO SOCIODEMOGRÁFICO NO JUDOKAS

1. **¿Cuántos años cumplirás en 2023?** *Indica el número.*

___ ___ años
2. **Género.** *Marca con una cruz tu respuesta.*
 - Mujer
 - Hombre
 - No binario
3. **¿Dónde vives actualmente?** *Indica el nombre del municipio.*

4. **¿Cuál es el nivel máximo de estudios que has alcanzado?** *Elige una única respuesta.*
 - Sin estudios
 - Estudios básicos
 - Graduado escolar
 - Bachillerato o Formación Profesional
 - Estudios universitarios
 - Doctorado
 - No sabe / No contesta
5. **¿En qué situación laboral te encuentras hoy en día?** *Elige entre las respuestas la que mejor describa tu situación laboral. Elige una única respuesta.*
 - Trabajando
 - Jubilada o pensionista
 - En paro
 - Estudiando
 - Tareas domésticas
 - Otro: _____
 - No sabe / No contesta
 -
6. **¿Prácticas alguna actividad físico deportiva?**
 - SI
 - NO
7. **¿Prácticas alguna actividad recreativa no deportiva?**
 - SI
 - NO
8. **¿Cuál es el tipo de actividad físico-deportiva principal que practicas actualmente o has practicado con mayor frecuencia?** *Elige una única respuesta y especifica la actividad.*
 - Actividades artísticas.** Por ejemplo: danza (danzas vascas, lindy hop, funky, samba, tango, zumba, aerobic, etc.), actividades físicas acrobáticas o similares. Especifica la actividad: _____
 - Actividades en la naturaleza.** Por ejemplo: andar por el monte, bicicleta de montaña, surf, piragüismo, esquí, escalada, buceo, remo y similares. Especifica la actividad: _____
 - Actividades individuales** (sin compañeros/as). Por ejemplo: caminar, correr, andar en bicicleta, nadar en la piscina, gimnasio, Pilates, yoga, Spinning y similares. Especifica la actividad: _____

- Actividades en grupo** (con compañeros/as). Por ejemplo: caminar en grupo, montar en bicicleta en un grupo de cicloturistas, grupos de marcha nórdica y similares. Especifica la actividad: _____
- Situaciones de uno contra uno.** Por ejemplo: tenis, pelota vasca, judo, karate y similares. Especifica la actividad: _____
- Situaciones de un grupo contra otro.** Por ejemplo: fútbol, balonmano, baloncesto, voleibol, rugby, tenis dobles, pelota vasca en pareja, padel parejas y similares. Especifica la actividad: _____

9. **¿Cómo practicas tu principal actividad físico-deportiva?** *Elige una única respuesta.*

- Actividad no competitiva y no organizada.** Por ejemplo, alquilar una pista y jugar un partido o andar por el monte.
- Actividad no competitiva y organizada.** Por ejemplo, apuntarse y participar en los cursos del polideportivo, apuntarse y participar en el curso de una academia de baile o participar en las salidas organizadas por un grupo de montaña.
- Competición no federada de tiempo libre.** Las sesiones de entrenamiento se dirigen a una prueba deportiva que se define previamente con un objetivo. Por ejemplo, carreras populares, marchas cicloturistas y similares.
- Competición federada.** Participar en una competición organizada por una federación deportiva en nombre de un club.

10. **¿Cuántas horas a la semana de media entrenas o entrenabas en esta actividad físico-deportiva principal, incluyendo el tiempo de competición?** *Elige una única respuesta.*

- 0-2 horas
- 3-5 horas
- 6-9 horas
- 10-12 horas
- 13-15 horas
- 16-19 horas
- + de 20 horas

11. **¿Con cuántos años te iniciaste en la actividad físico-deportiva principal?**

___ ___ años

12. **¿Durante cuántos años has practicado la actividad físico-deportiva principal?** *Elige una única respuesta.*

- 0-3 años
- 4-7 años
- 8-11 años
- 12-15 horas
- + de 15 años

13. **¿Cuál es el nivel más alto en el que has competido o compites en la actividad físico-deportiva principal?** *Elige una única respuesta.*

- Nivel regional o Comunidad autónoma
- Nivel nacional
- Nivel internacional
- No he competido

14. **En la actividad físico-deportiva principal has estado más entrenada por:** *Elige una única respuesta.*

- Mujeres

- Hombres
- Mujeres y hombres por igual

15. ¿Qué grado tiene actualmente tu hijo/a o tus hijos/as en judo? (marca una o varias opciones si es necesario)

- blanco
- amarillo
- naranja
- verde
- azul
- marrón
- negro (indica el DAN)
 - 1º
 - 2º
 - 3º
 - 4º
 - 5º
 - 6º
 - 7º

IV ENTREVISTAS TRANSCRITAS

1ª ENTREVISTA: MADRE JUDOKA 1 (19-11-2023)

- **Metadatos:** Mujer de 58 años con una hija ex judoka cinturón marrón y un hijo judoka de 21 años cinturón negro. Es la entrenadora del club.
- **Anotaciones post- entrevista:** esta entrevista esperaba que fuera más larga y la madre me proporcionara algo más de información. También fue la primera que hice. Si tengo oportunidad, le repetiré la entrevista pidiendo que desarrolle un poco más las respuestas, ya que era muy concreta y de pocas palabras respondiendo a mis preguntas.
- **Entrevista:**

Entrevistador: ¿Por qué haces o hiciste judo?

Madre judoka 1: Porque hacía una amiga mía, me gusto y quise hacerlo.

Entrevistador: ¿Qué te aporta a ti el judo o qué te ha aportado?

Madre judoka 1: Para mí ha sido un estilo y una forma de vida.

Entrevistador: ¿Practicaste algún otro deporte?

Madre judoka 1: practique baloncesto en el colegio.

Entrevistador: ¿Y cómo así te decantaste por el judo? O ¿Por qué has dicho que es una forma de vida? Sabrías explicarme.

Madre judoka 1: Me decante por el judo porque me llamo mucho la atención, me gusto mucho y cuando empecé a practicarlo vi que era lo que más me gustaba y me lo tome como una forma de vida el practicar judo.

Entrevistador: ¿Qué tus hijos practicaran judo de quien fue decisión, vuestra por parte de los padres o propia por parte tus hijos?

Madre judoka 1: Fue decisión mía porque como yo hacía judo, pues mis hijos con 3 años empezaron a hacer judo.

Entrevistador: ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tiene tu hijo en el club?

Madre judoka 1: A mí me parece que es un grupo muy homogéneo que está muy igualado en cuanto a número de hombres y mujeres, en edades y bueno me parece un grupo perfecto.

Entrevistador: ¿Crees que hay buen ambiente en las clases de judo?

Madre judoka 1: La verdad es que sí, el ambiente en judo siempre es muy bueno.

Entrevistador: ¿Qué opinas de los entrenamientos que se imparten en el club?

Madre judoka 1: Los entrenamientos están más enfocados a la competición que a la práctica de judo como hobby.

Entrevistador: ¿Cuál es la parte que más te gusta o la parte que mejor ves respecto a que tu hijo practique judo?

Madre judoka 1: Pues lo que más me gusta es que a él le guste tanto como me gusta a mí.

Entrevistador: Por otra parte, ¿cuál es la parte que menos te gusta o la parte que peor ves respecto a que tu hijo practique judo?

Madre judoka 1: El riesgo que hay de lesión y el sacrificio que conlleva el deporte de competición.

Entrevistador: ¿Cómo ves que tu hijo compita en judo?

Madre judoka 1: Me gusta que compita pues porque a mí también me ha gustado la competición.

Entrevistador: ¿Cómo verías que tu hijo tendría que bajar bastantes kg de peso para participar en una competición en la que está clasificado en esa categoría de peso?

Madre judoka 1: dependiendo la edad, puede ser factible. Pero en el caso de mi hijo, cuando ha tenido que bajar de peso no lo he visto bien, pero es cierto que es importante empezar y acabar por lo menos toda la temporada en el mismo peso.

Entrevistador: Dime los riesgos que asocias a la práctica de judo

Madre judoka 1: La lesión, al igual que en la práctica de cualquier otro deporte.

Entrevistador: Dime los beneficios que asocias a la práctica del judo

Madre judoka 1: Beneficios muchos más: organización, autoestima, responsabilidad, valores muchos aspectos....

Entrevistador: Como has mencionado valores, ¿crees que el judo es un deporte educativo?

Madre judoka 1: Por supuesto que sí.

Entrevistador: ¿Por qué?

Madre judoka 1: Porque hay unos valores muy muy importantes, como son el respeto, la amistad, el compañerismo, la disciplina.

Entrevistador: ¿Por qué motivos crees que tu hijo dejaría de practicar judo en algún momento?

Madre judoka 1: Yo creo que no lo dejaría nunca. Pero quizás alguna lesión que le impidiera continuar dentro de ese mundo.

Entrevistador: ¿Y por qué motivos crees que tu hijo sigue haciendo judo?

Madre judoka 1: yo creo que le ha enganchado igual que ha enganchado a muchísima gente.

Entrevistador: ¿Sabrías decirme cuales son las motivaciones de tu hijo para hacer judo?

Madre judoka 1: el desde muy pequeño siempre ha querido ser campeón, entonces le ha gustado siempre mucho la competición, le gusta competir y le gusta ganar y mejorar esforzándose día a día.

Entrevistador: ¿Crees que a tu hijo el practicar judo le aporta algo positivo para la vida más allá de los beneficios a nivel físico que te pueden aportar cualquier deporte?

Madre judoka 1: Yo creo que sí, yo creo que le aporta responsabilidad, le sube la autoestima, le ayuda a organizarse a ser más respetuoso.

Entrevistador: Es decir, crees que valores que aporta el judo tienen transferencia a la vida diaria.

Madre judoka 1: Yo creo que si, por supuesto que sí.

Entrevistador: En cuanto a la perspectiva de género. ¿Crees que el judo es un deporte más apropiado para los chicos por ser un deporte de lucha?

Madre judoka 1: No. Antiguamente sí que había más chicos que chicas practicando judo, pero actualmente está bastante igualado.

Entrevistador: ¿En la competición ocurre lo mismo?

Madre judoka 1: En las competiciones en España quizás haya más volumen de chicos que de chicas, pero en general el judo es un deporte que lo practican tanto chicos como chicas indistintamente.

Entrevistador: ¿Por último, crees que el judo ayuda en algo distinto a lo que te pueden aportar otro tipo de deportes como por ejemplo el fútbol o cualquier otro deporte?

Madre judoka 1: Yo creo que sí que ayuda.

Entrevistador: Sí, pero crees que ayuda en algo diferente a lo que puede aportar por ejemplo balonmano o tenis.

Madre judoka 1: No sé, que decirte. Yo creo que sí, yo creo que aporta muchos más valores que otros deportes, pero más que nada por la disciplina y por el respeto y la filosofía que tiene el judo.

Entrevistador: ¿Por ejemplo, de ver un partido de fútbol o ver un campeonato de judo, la actitud que tienen los deportistas y el público tú crees que es distinta?

Madre judoka 1: La actitud es completamente distinta. En un partido de fútbol siempre ves al público un poco más agresivo o más faltas de respeto, en cambio en los campeonatos de judo se guarda más el respeto en todas las direcciones, hacia los compañeros, adversarios, entrenadores y árbitros. No es tan habitual en el judo ver espectáculos o malas formas por parte de los deportistas como si que lo es en fútbol, por ejemplo.

Entrevistador: ¿Dentro de los deportes de lucha, crees que hay muchas diferencias entre lo que aporta el judo y lo que aporta el boxeo, el kick boxing o otras artes marciales del estilo?

Madre judoka 1: Pues la verdad es que no conozco desde dentro otros deportes de lucha. Pero visto desde fuera, el judo me parece el deporte más completo.

Entrevistador: ¿Te parece quizás el más educativo también? Por todo lo que me has comentado antes del respeto.

Madre judoka 1: Sí, por eso precisamente está recomendado por la UNESCO para los niños.

Entrevistador: Muchas gracias por tu colaboración.

Madre judoka 1: Gracias a ti.

2º ENTREVISTA: MADRE NO JUDOKA 1 (19-11-2023)

- **Metadatos:** Mujer de 53 años con una hija de 20 años cinturón negro 1º Dan. No es deportista ni ha practicado deporte de joven, aunque le gusta salir a andar.
- **Anotaciones posts entrevista:** En la entrevista fue muy breve, me daba respuestas muy cortas y tenía que tirar bastante de ella para que me diera la información. La grabadora le hacía estar un poco incomoda o nerviosa y respondía más breve. Al quitar la grabadora me dio mucha más información.
- **Entrevista:**

Entrevistador: ¿Prácticas o has practicado algún deporte cuando eras joven?

Madre no judoka 1: No he practicado ningún deporte, pero siempre me ha gustado salir a caminar o dar un paseo por el monte.

Entrevistador: ¿Te ves a ti misma haciendo judo, al igual que lo hace tu hija?

Madre no judoka 1: No, pero me hubiese gustado hacer.

Entrevistador: ¿Y por qué no te ves haciendo judo?

Madre no judoka 1: Pues porque ya soy mayor y yo creo que no podría practicarlo.

Entrevistador: ¿Por qué te hubiera gustado practicarlo?

Madre no judoka 1: Porque he visto a mi hija hacerlo y es un deporte que veo que enseña.

Entrevistador: ¿Qué enseña por ejemplo?

Madre no judoka 1: Pues enseña disciplina, enseña el saber estar, por ejemplo.

Entrevistador: ¿Hay algún familiar que haga judo aparte de tu hija?

Madre no judoka 1: El novio de mi hija.

Entrevistador: ¿Tú crees que eso ha influido en que tu hija haga judo, o ya hacía judo antes de conocer a su novio?

Madre no judoka 1: no ha influido porque mi hija hacia judo antes.

Entrevistador: ¿Entonces digamos que se han conocido en judo no?

Madre no judoka 1: Si y eso la ha ayudado mucho ha seguir adelante.

Entrevistador: ¿Si tú nunca has practicado judo, de donde surgieron las ganas de tu hija de comenzar a hacer judo?

Madre no judoka 1: Pues porque veíamos que ella estaba preparada y cuando salieron en el colegio las actividades extraescolares ella lo eligió. Y pues ella junto con su padre la apoyaron

Entrevistador: ¿A qué cinturón ha llegado vuestra hija haciendo judo?

Madre no judoka 1: al cinturón negro

Entrevistador: En cuanto al entorno del club donde entrena tu hija. ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tiene?

Madre no judoka 1: Bueno, bien, está bien el grupo.

Entrevistador: Y respecto a la entrenadora. ¿Qué opinas de ella?

Madre no judoka 1: Buena entrenadora, muy buena.

Entrevistador: ¿Qué opinas de los entrenamientos?

Madre no judoka 1: Según lo que me cuenta mi hija se entrena bien, aparte se ha visto en los buenos resultados que ha tenido.

Entrevistador: ¿Qué es lo que más te gusta de que tu hija haga judo?

Madre no judoka 1: Bueno, es una forma de hacer algo. Es una forma de entrenar, una ayuda para salir, relacionarse con más gente. Y, sobre todo, de disfrutar. Porque ella disfruta haciendo judo y eso es lo que más me gusta.

Entrevistador: ¿Qué es lo que menos te gusta de que tu hija haga judo?

Madre no judoka 1: Pues que tenga alguna lesión. Pero bueno, eso está dentro de todos los deportes y puede pasar en todos los deportes.

Entrevistador: ¿Cómo ves que tu hija haga competiciones de judo? ¿Te parece bien?

Madre no judoka 1: Si, me parece bien.

Entrevistador: ¿Cómo verías que tu hija tenga que bajar de peso para competir en una categoría de judo?

Madre no judoka 1: Pues bueno, eso sería decisión de ella y si lo tendría que hacer pues no lo vería mal tampoco. Siempre y cuando no afectase esto a su salud claro.

Entrevistador: En cuanto a los beneficios y los riesgos que tiene judo, dime que riesgos crees que puede tener el practicar judo.

Madre no judoka 1: Ninguno.

Entrevistador: Bueno, antes me has comentado el tema de que te daba miedo que se lesionara tu hija.

Madre no judoka 1: Bueno, que puedan tener lesiones. Si, pero eso entra dentro de todos los deportes, las lesiones están ahí.

Entrevistador: ¿Tu hija en concreto a tenido alguna lesión?

Madre no judoka 1: Si

Entrevistador: ¿Qué le ha pasado?

Madre no judoka 1: de rodilla

Entrevistador: ¿Ha sido grave?

Madre no judoka 1: pues lleva dos operaciones en la rodilla

Entrevistador: ¿Y tú eso cómo lo ves?

Madre no judoka 1: pues como que es algo que esta ahí dentro del deporte y es algo que puede pasar. Y pues no se puede hacer nada tampoco. Es algo que puede pasar tanto en este deporte como en todos los deportes.

Entrevistador: ¿Te parece este deporte más peligroso que algún otro en cuanto a lesiones?

Madre no judoka 1: no, no, para nada. Cada deporte tiene lo suyo y nada más.

Entrevistador: Hemos hablado de riesgos, ahora hálame un poco de los beneficios. Dime que beneficios o cosas positivas le aporta el judo a tu hija.

Madre no judoka 1: Pues yo creo que solamente con verla ya me es suficiente. Ella esta agusto y eso lo dice todo. Ella hace deporte, va agusto, quiere cada vez más y cada día se perfecciona y trata de mejorar más y con eso es suficiente. Eso es muy positivo.

Entrevistador: ¿Ves el judo como un deporte que sea educativo en edades formativas?

Madre no judoka 1: Pues porque se ve cuando se va a las competiciones y se nota como enseñan y la disciplina que hay en los chavales. Y se ve como los chavales atienden a lo que explican los entrenadores.

Entrevistador: En cuanto a las motivaciones y las desmotivaciones para hacer judo. ¿Por qué motivos crees que tu hija dejaría de hacer judo?

Madre no judoka 1: pues el único puede ser por una lesión.

Entrevistador: ¿Sí? ¿Tú crees que únicamente dejaría el judo por un limitante físico?

Madre no judoka 1: Si, si no sería por una lesión, ella no dejaría de hacer judo nunca.

Entrevistador: ¿Crees que a tu hija el judo le aporta algo positivo más allá de simplemente hacer un deporte y los beneficios físicos o de salud que cualquier deporte puede aportar?

Madre no judoka 1: Bueno, pues le ayuda igual también en lo físico no.

Entrevistador: Si, pero no solamente en lo físico. En el físico cualquier deporte que hagas te va a venir bien. ¿Pero tú crees que el judo le aporta algo más positivo para la vida, el estar haciendo judo?

Madre no judoka 1: Si porque del judo le están saliendo pequeños trabajos.

Entrevistador: ¿De qué está trabajando?

Madre no judoka 1: Esta en colegios enseñando judo a niños a las tardes.

Entrevistador: ¿Hace algo más que esté relacionado con el judo?

Madre no judoka 1: Sí, también está metida dentro del arbitraje de judo y arbitra algunas competiciones.

Entrevistador: ¿Hay algún objetivo que te gustaría que ella alcanzase en judo?

Madre no judoka 1: Ella seguirá el objetivo que ella se marque y llegará hasta donde ella quiera llegar.

Entrevistador: ¿Cuáles crees que son las motivaciones que tiene ella para seguir haciendo judo?

Madre no judoka 1: Pues no lo sé. Creo que es porque como lo ha hecho desde pequeña, esa motivación la tiene ahí y ya sigue. Sigue porque siente que tiene que seguir haciéndolo y me parece muy bien que siga.

Entrevistador: ¿Crees que es como un estilo de vida?

Madre no judoka 1: Si, y no es que sea una costumbre, pero como es bueno y le gusta pues ella sigue haciéndolo y ya está.

Entrevistador: Pero no sabrías decir porque tu hija sigue haciendo judo.

Madre no judoka 1: No, pero bueno eso tendríais que preguntárselo a ella jajaja

Madre no judoka 1: Yo creo que es por eso, porque está a gusto, porque está bien. Se siente ella segura en esa práctica. Le ayuda en la vida. Le gusta enseñar a los niños.

Entrevistador: ¿Le gusta la enseñanza?

Madre no judoka 1: Claro. Aparte de judo está estudiando magisterio, entonces la gusta la enseñanza y esto la está aportando encima y la está enseñando a cómo manejarse con los niños, como enseñarles las cosas y le está viniendo muy bien enseñar a los pequeños judo para en un futuro enseñar siendo maestra en un colegio.

Entrevistador: ¿Tu entonces crees que el dar clases de judo la puede ayudar en un futuro a dar clases en un colegio?

Madre no judoka 1: Pues algo sí que le tiene que ayudar, porque ya está dentro de ese mundo con los niños y la enseñanza. Y ya les está enseñando, un deporte, pero ya está enseñando y eso está todo unido la enseñanza ya sea deportiva o en un colegio.

Entrevistador: En cuanto a la perspectiva de género. ¿Ves el judo como un deporte “más apropiado para los chicos” por ser un deporte de lucha?

Madre no judoka 1: No, no, no. Lo veo igual. Es igual tanto chicas como chicos, porque lo he visto en las competiciones y compiten igual tanto chicas como chicos cada uno en su nivel.

Entrevistador: ¿Y tú crees que está igual de bien visto que haga judo una chica a que lo haga un chico?

Madre no judoka 1: Yo creo que sí, por lo que he visto creo que sí.

Entrevistador: Comparando un poco el judo con otro tipo de deportes. ¿Tú crees que el judo ayuda o aporta algo distinto a lo que puede aportar otro deporte?

Madre no judoka 1: Pues no lo sé. Creo que cada deporte lleva parecido, pero no lo sé.

Entrevistador: ¿Pero tú crees que aporta algo distinto el judo a lo que puede aportar el fútbol por ejemplo?

Madre no judoka 1: Pues hombre, no es lo mismo. En algunos aspectos seguramente aporten cosas distintas porque el judo es uno contra uno, cuerpo contra cuerpo y baloncesto o fútbol por ejemplo son en equipo y seguro que aportan otro tipo de cosas. Son distintos, no son deportes iguales.

Entrevistador: ¿Pero sabrías decirme qué diferencias hay entre un deporte y otro? A nivel de valores, por ejemplo.

Madre no judoka 1: No lo sé, quizás los deportes de lucha sean más competitivos al ser uno contra uno, mientras que en los deportes de equipo es todo el equipo el que realiza el partido.

Entrevistador: ¿Y dentro de los deportes de uno contra uno o cuerpo a cuerpo como tú dices, que diferencias ves entre el judo y el boxeo por ejemplo?

Madre no judoka 1: Bueno, el boxeo es más agresivo. El judo pues también es agresivo, pero no es así. El boxeo es más agresivo y el judo lleva más técnica.

Entrevistador: ¿Y quizás por no ser tan agresivo y tener tanta técnica ves el judo más educativo que otros deportes?

Madre no judoka 1: Sí, en ese aspecto sí.

Entrevistador: Muchas gracias por tu colaboración.

Madre no judoka 1: De nada.

3º ENTREVISTA: MADRE JUDOKA 1 (20-11-2023)

- **Metadatos:** Mujer de 58 años con una hija ex judoka cinturón marrón y un hijo judoka de 21 años cinturón negro. Es la entrenadora del club. Repito la entrevista con

esta madre porque me surge la oportunidad de repetirla y considero que tenía mucha más información para aportar de la que aportó en la anterior entrevista.

- **Anotaciones post- entrevista: -**

- **Entrevista:**

Entrevistador: ¿Por qué haces o hiciste judo? ¿Qué te aporta a ti el judo o qué te ha aportado?

Madre judoka 1: Yo empecé a hacer judo porque una amiga mía del colegio hacía judo y le acompañe un par de días a ver los entrenamientos y me llamo mucho la atención el judo y quise practicarlo. ¿Qué es lo que me aporta? Pues a día de hoy el judo es todo para mí.

Entrevistador: Vale. ¿Practicaste otros deportes?

Madre judoka 1: A nivel de competición o a nivel federativo no. Hacía baloncesto en el colegio, pero sin jugar nunca partidos con otros equipos ni nada.

Entrevistador: Y si hiciste otro deporte, aunque no sea a nivel federado, ¿cómo así te decantaste por el judo?

Madre judoka 1: Pues porque cuando yo vi el judo me llamo muchísimo, muchísimo la atención. Me gustó muchísimo y quise practicarlo y cuando empecé a practicarlo pues cada vez me gustaba más y cada vez me enganchaba más.

Entrevistador: ¿A qué grado has llegado haciendo judo?

Madre judoka 1: Pues he llegado a un grado bastante alto porque actualmente soy entrenadora y tengo cinturón negro, bueno rojo-blanco 7º Dan que es un grado muy muy superior al cinturón negro.

Entrevistador: ¿Y tus hijos? ¿A qué grado han llegado tus hijos haciendo judo?

Madre judoka 1: Pues mis hijos, una hija de 23 años que solamente ha llegado hasta el cinturón marrón y otro hijo de 21 años que bueno pues está más enganchado al judo y ha llegado al cinturón negro 3º Dan.

Entrevistador: ¿Y al principio quien decidió que tus hijos practicasen judo, fue decisión vuestra o propia por parte tus hijos?

Madre judoka 1: Fue decisión de los padres, pero bueno un poquito más de decisión mía porque como yo hacía judo, daba clases de judo. Pues lo normal es que mis hijos hicieran el deporte que yo hacía. Por lo menos que lo probaran y lo conociesen.

Entrevistador: ¿Tu marido no está metido entonces en este mundo del judo no?

Madre judoka 1: No, mi marido es el único que es ajeno completamente al judo. Cuando nos conocimos yo ya hacía judo, así que me ha conocido siendo judoka. Le ha parecido siempre muy bien, lo ha respetado, pero nunca ha tenido interés ni por aprender ni por hacer ni por meterse dentro del mundo del judo.

Entrevistador: ¿Pero apoya positivamente vuestra práctica?

Madre judoka 1: Sí, lógicamente apoya positivamente. De cuatro en casa, tres practicamos judo, pues apoya completamente.

Entrevistador: No le queda más remedio que digamos.

Madre judoka 1: Bueno, pues sí, a ver, es lo que hay y lo tiene que aceptar.

Entrevistador: En cuanto al entorno del club. ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tiene tu hijo en el club?

Madre judoka 1: A mí me parece que las clases son muy homogéneas, que los grupos están muy bien definidos en cuanto a nivel, edad, hay mucho compañerismo, hay mucho respeto entre ellos. Incluso con las diferencias de edades que hay entre los más jóvenes y los más adultos dentro del mismo grupo.

Entrevistador: ¿Por lo tanto el ambiente es positivo?

Madre judoka 1: El ambiente completamente positivo. Ten en cuenta que los más pequeños pueden tener 14 años, pero los más mayores pasan de 50.

Entrevistador: ¿Y no hay judo para gente más pequeña de 14 años?

Madre judoka 1: Si también, luego hay grupos más pequeños, pero te estaba hablando concretamente del grupo de Judo adultos. Pero en el club hay 7 grupos, esos 7 grupos están divididos en edades, los más pequeñitos tienen 3 años. Hay un grupo de 3-4-5 años y luego después se van dividiendo cada 2-3 años y se va haciendo otro grupo hasta

el grupo de adultos que pues eso, ya abarca desde los 14 años hasta que quieran continuar haciendo.

Entrevistador: ¿Qué opinas de los entrenamientos que se imparten en el club?

Madre judoka 1: Yo creo que los entrenamientos están muy bien estructurados. Se trabaja preparación física, se trabaja técnica, se trabaja táctica y sobre todo se trabaja la competición. Está más enfocado a la competición en el grupo de adultos, pero bueno, también se hace, hay mucha gente que hace judo por hobby y que no compite.

Entrevistador: ¿Osea que hay dos tipos de perfiles en judo?

Madre judoka 1: Si, hay dos perfiles. El que le gustaaa... A todos les gusta igual el judo, lo que pasa es que hay gente que vale para competir y hay gente pues que no le gusta la competición o no vale y entonces bueno, lo hacen a nivel hobby.

Entrevistador: ¿Y dirías que predomina un perfil por encima del otro?

Madre judoka 1: Eee, no, no predomina. Esta bastante igualado. Dentro del mismo grupo la mitad de la clase compiten y la otra mitad no. Lo que pasa es que siempre se habla más de los que compiten pues porque al final son los que se están moviendo a campeonatos y son los que están sacando resultados y ganando medallas.

Entrevistador: Claro e implica más sacrificio también ¿no?

Madre judoka 1: Luego claro, tienes que volcarte más con ellos porque tienen que entrenar más y pues al final parece como que son más pero tampoco hay mucha diferencia del grupo que compite a los que no compiten.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto a las preferencias. ¿Cuál es la parte que más te gusta o la parte que mejor ves respecto a que tu hijo practique judo?

Madre judoka 1: La parte que mejor veo, pues veo que el hecho de estar haciendo un deporte y en este caso judo, pues le hace estar más centrado en todas las demás cosas. Se organiza mejor con los estudios, se organiza mejor en su vida diaria porque tiene que sacar tiempo para sus entrenamientos. Y mientras está entrenando, pues no está haciendo otras cosas.... no está yendo con malas compañías, no está haciendo otro tipo de cosas que no deben de hacer los jóvenes y adolescentes.

Entrevistador: Vale, osea que la parte que más te gusta seria que está centrado.

Madre judoka 1: Sí, que está centrado, está enfocado en un deporte y además le gusta, se lo pasa bien y eso le lleva a llevar una vida sana y en el ambiente del deporte.

Entrevistador: De acuerdo. ¿Y cuál es la parte que menos te gusta o la parte que peor ves respecto a que tu hijo haga judo?

Madre judoka 1: La parte más negativa o lo que peor se ve pues es el sacrificio. Al final para sacar resultados tienes que llevar una vida con sacrificio, que el sacrificio simplemente es llevar una vida como muy sana, muy ordenada, no faltar en los entrenamientos, dormir las horas suficientes, respetar tiempos de descanso, superar las posibles lesiones que pueda a ver. Al final hay que recuperar la fatiga, hay que descansar y volver a empezar continuamente. Pues bueno, la parte de las lesiones y el sacrificio que conllevan, el llevar una vida de un deportista de competición pues es un sacrificio alto y mucho le tiene que gustar para sacrificarse y seguir compitiendo a ese nivel.

Entrevistador: Vale y siguiendo un poco con el tema de la competición. ¿Actualmente tu compites en la categoría de veteranos?

Madre judoka 1: No, yo no compito. Yo tuve una lesión en la rodilla por la cual tuve que dejar la competición y a raíz de eso me centre completamente en mis alumnos y bueno, pues intento que ellos lleguen a lo máximo posible. Entonces pues bueno, al no poder competir yo, pues me centro en que compitan ellos y saquen los mejores resultados posibles, más que nada, para ellos mismo.

Entrevistador: ¿Cómo ves que tu hijo compita en judo?

Madre judoka 1: Pues yo lo veo bien, me gusta que compita, me gusta sobre todo que se divierta y que participe, que no le cree frustración el hecho de perder o que no se le suba a la cabeza el hecho de ganar. Simplemente el participar, el juntarse con compañeros de otras autonomías y vivir todo el mismo deporte pues bueno, eso ya es muy muy positivo.

Entrevistador: Hay algo que cambia en tu percepción respecto a ver un alumno tuyo competir o ver a tu hijo compitiendo.

Madre judoka 1: Puuff... completamente. Si que es cierto que cuando ves a un alumno competir lo vives, pero cuando ya es tu hijo y lleva tu sangre buff... no sé, las sensaciones son distintas, siempre como que te duele o te llega más al alma. Es decir, el que lo haga bien, el que lo haga mal o que saque resultados pues al final. Y bueno en este caso sobre

todo pues porque sabes que se lo merece y entonces cuando ves tanto sacrificio, tanta dedicación y tanto esfuerzo, se lo merece y entonces la satisfacción y la alegría es mucho más grande que cuando es un alumno que al final pues no lleva tu sangre, aunque lleve muchos años contigo y lo quieras como a un hijo.

Entrevistador: ¿Y Cómo ves que tu hijo tenga que hacer una bajada de peso para dar una categoría concreta de peso en una competición en la que ya se ha clasificado?

Madre judoka 1: Pues cuando era más pequeño en categorías alevín, infantil, cadete, pues no me parecía bien y, es más, de hecho, no lo permitía y en el momento que subía de peso se le cambiaba de categoría. Una vez que llegan a júnior o senior que ya están estables y ya no van a crecer más, sí que es cierto que tienen que mantenerse un poquito en el peso en donde ellos se encuentran fuertes y se encuentran bien. Un peso más bajo al que le corresponde realmente le hace estar débil y aumenta el riesgo de lesión. Y un peso más alto al que le corresponde pues le hace estar pasado de peso, con grasa y más torpe. Entonces, pues bueno, tienen que tener muy claro cada uno cual es el peso donde se encuentran fuertes y están bien, competir en ese peso, y claro lógicamente cuidarse y mantenerse en el peso durante toda la temporada.

Entrevistador: De acuerdo, en cuanto a beneficios y riesgos de la práctica, dime que riesgos asocias a realizar judo.

Madre judoka 1: Riesgos, riesgos lo único el riesgo de lesión. Ese es el único que siempre está en la cabeza. Que puedas tener una lesión, cuando hablamos de lesiones hay muchos tipos de lesiones. Lesiones leves, que es simplemente una torcedura o un golpe que con un poquito de hielo y un ibuprofeno se te puede pasar, o una lesión un poco más seria o un esguince una distensión que ya necesitas unos días de reposo pues igual 15 días o un mes. Y luego ya hablamos de lesiones más serias donde tienes ya que operarte, pues una rodilla o un hombro y ya puedes tirarte meses de recuperación y rehabilitación y tienes que volver a empezar. Entonces pues bueno, lo que más riesgo tiene es siempre la lesión. Y cuando piensas en una lesión siempre hablamos o pensamos en una lesión importante y fuerte, no en un pequeño golpe que al final en el judo todos los días te duele algo.

Entrevistador: ¿Entonces tener dolor en alguna parte del cuerpo es pan de cada día en el judo?

Madre judoka 1: Si, si, en el judo sí. Ten en cuenta que al ser un deporte de lucha pues siempre puedes recibir un golpe o darte un golpe sin querer o torcerte algo o tener algún tironcillo. Bueno pues es de lucha y la lucha lo que implica es que al final siempre hay algo que te duele y el cuerpo se queda machacado y dolorido. Pero diría que los riesgos son sobre todo físicos. Si, completamente físicos. Hombre puede haber algún riesgo psicológico, pero son casos ya muy concretos. Gente que se pueda obsesionar con el peso o con los resultados de la competición, pero ya son otro tipo de riesgos no tan habituales. Pero bueno, siempre puede haber alguien con algún problema, aunque esa gente seguramente si no haría judo tendría también esos problemas psicológicos u obsesivos de alguna otra manera o en alguna otra actividad.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto a los riesgos físicos. Tu hijo ha tenido alguna lesión importante.

Madre judoka 1: Pues sí, lo más importante es una lesión de hombro que ha tenido. Pues al final torceduras de tobillos o dedos de pies y manos o alguna cosa así pues bueno son cosas realmente sin importancia. Si que tuvo una lesión de hombro que le llevo bastante tiempo, le impidió, le corto prácticamente la temporada, le costó mucho recuperarse, tuvo que hacer mucha rehabilitación y volver a ponerse en forma entonces pues bueno, pues al final casi fue una temporada entera perdida.

Entrevistador: ¿Fue una lesión de intervención quirúrgica?

Madre judoka 1: No, fue sin intervención porque lo que hizo fue que se le salió el hombro, entonces lo que tenía que hacer era cuidarse mucho y fortalecer mucho para que al volver a entrenar otra vez no se le saliese y no le tuvieran que operar. Entonces al final no ha habido intervención quirúrgica, pero a veces eso es peor porque es muy lenta la recuperación y puede haber un gran riesgo de tener recaídas.

Entrevistador: ¿Y cómo está ahora? ¿Está completamente recuperado?

Madre judoka 1: Pues ahora mismo como hizo bien la recuperación, la rehabilitación y todo eso, pues está completamente recuperado. Pro bueno, eso no quita que cualquier día le pueda volver a pasar lo mismo o en alguna otra articulación del cuerpo.

Entrevistador: Vale. Hemos estado hablando un poco de los riesgos, ahora toca hablar de los beneficios. ¿Qué beneficios aporta el judo?

Madre judoka 1: Pues a ver, beneficios yo creo que los beneficios que te da lo primero es hacer un deporte. Que ya es algo positivo para llevar una vida sana. Lo segundo, un deporte que, si te gusta y te gusta la competición, pues a parte de mantenerte en forma como deporte estas compitiendo en el deporte que te gusta. Y luego, es un deporte que te aporta muchísimos valores como: respeto, disciplina, compañerismo.

Luego también como beneficios, te relacionas con mucha gente cuando estas compitiendo a nivel nacional, porque te relacionas con mucha gente de muchas autonomías y eso te hace tener amigos por todo España y que todos esos amigos al final hacen el mismo deporte, tienen la misma ilusión y es el mismo tema de conversación. Al final a todos les une que les gusta el judo y que hacen judo. Además, todos coinciden y se ven en campeonatos, concentraciones y en eventos relacionados con el judo.

Entrevistador: Me has mencionado los valores. Por lo tanto ¿tú crees que el judo es un deporte educativo por los valores que tiene?

Madre judoka 1: Por supuesto que es un deporte educativo. La UNESCO lo recomienda como el mejor deporte para niños a nivel educativo hasta los 14 o 15 años está recomendado. Y sí que es cierto que el judo por ejemplo que se puede comenzar a practicar con 3 años. Con los 3 años lo primero que se trabaja es la psicomotricidad, la lateralidad. Se trabaja mucho el desarrollo físico, luego comienzan a ver la técnica de judo y cuando van haciéndose más mayores comienzan con el inicio a la competición. Y todo esto lo van aprendiendo a la vez que se les van inculcando pues los valores de la educación, el respeto, la disciplina, la autoestima, bueno pues al final es todo un conjunto que por eso te lleva a ser una forma de vida, un deporte que sirve como un estilo de vida.

Entrevistador: Vale, por otro lado. Respecto a las motivaciones y las desmotivaciones hacia la práctica del judo. ¿Por qué motivos crees que tu hijo dejaría la práctica del judo?

Madre judoka 1: Yo creo que esta tan enganchado al judo que no lo dejaría nunca. Que motivo sería el que podría hacer que lo deje. Tendría que ser un motivo muy muy fuerte. Una lesión, pero una lesión muy seria que le impidiera poder seguir haciendo judo o estar dentro del mundo del judo. Porque incluso aunque el no pudiera competir, podría seguir entrenando a nivel de hobby o haciendo otras labores dentro del mundo del judo, como puede ser el arbitraje, entrenamientos, ser delegado, llevar un club. Quiero decir, que dentro del mundo del judo hay un abanico muy amplio de posibilidades que se pueden hacer que no solamente es competir en judo.

Entrevistador: ¿Y en tu caso? ¿Por qué dejarías tú o abandonarías la práctica de judo?

Madre judoka 1: Yo nunca voy a abandonar la práctica de judo. Creo que dejaré de dar clases de judo y de estar en el mundo del judo en el momento que yo me vea que pues eso, mis capacidades o mi cuerpo no me lo permiten. Ya sea por falta de una movilidad reducido o algún problema del que digas jooo pues aquí no pinto nada porque no soy capaz. Pero si no, sería imposible, osea no puedo dejar, no concibo mi vida sin el judo.

Entrevistador: Vale por otro lado me has dicho que tu hijo comenzó a hacer judo porque tú le introdujiste en ese mundo. ¿Y por qué motivos crees que actualmente tu hijo sigue haciendo judo?

Madre judoka 1: sinceramente creo que es porque le gusta. Porque en ningún momento me he planteado que lo haga por mí, porque me parece absurdo. Quiero decir, “para gustos están los colores” y si a él le gusta lo hace y si no le gusta no lo hace. Si que es cierto que empezó de pequeño y pues bueno, tenía que hacer un deporte y el deporte que he hecho yo y el que a mi me parecía más correcto para él. Pero luego le ha ido gustando, le ha ido enganchando y al final se vive en casa, se habla en casa y le gusta. No creo que en ningún caso se halla visto obligado a seguir.

Entrevistador: ¿Cuáles crees que son sus motivaciones para que le guste tanto?

Madre judoka 1: Pues sus motivaciones, no lo sé, yo supongo que la competición que siempre se le ha dado bien. Entonces, bueno, pues le gusta entrenar para mejorar, para superarse, para seguir compitiendo, para sacar resultados. Entonces yo creo que su motivación, creo yo que es ser el mejor. Entonces él lo intenta y entrena día a día para ser el mejor.

Entrevistador: ¿Crees que a tu hijo el judo le aporta algo positivo más allá de los beneficios a nivel físico que te puede aportar realizar cualquier deporte?

Madre judoka 1: Yo creo que sí, pero por lo que te digo, el judo tiene su filosofía y su forma de vida. Entonces al final abarca tantos conceptos y tantas cosas que no es un deporte de competición simplemente. Va mucho más allá y aporta muchísimas más cosas.

Entrevistador: Vale. En cuanto a la perspectiva de género. ¿Tú crees que el judo es un deporte más apropiado para los chicos por ser un deporte de lucha?

Madre judoka 1: No. A día de hoy está completamente igualado a nivel de chicos, chicas. Eee igual antiguamente hace 40 años se veía más como un deporte masculino pero, llevamos ya muchísimos muchísimos años que está bastante igualado y que compiten igual. Si que es cierto que los chicos compiten contra los chicos y las chicas contra las chicas pero no hay ningún campeonato que sea exclusivamente masculino ni exclusivamente femenino. Todas las competiciones de judo que hay, todas son masculino y femenino y en todas participan chicos y chicas y está muy igualado. Incluso en las clases, los entrenamientos, más o menos el número es similar en cuanto a género de masculino y femenino.

Entrevistador: ¿Pero tu crees que esta mal visto que las chicas hagan judo por ser un deporte de lucha?

Madre judoka 1: Yo creo que no. Que igual antes si que llamaba un poco la atención y sorprendía un poco más. Pero, a día de hoy el judo tiene un nivel alto en España y se habla mucho de judo y parece que practicar judo es un poco lo que esta de moda entonces no.... A la gente no creo que le sorprenda que sea una chica la que practique judo.

Entrevistador: Vale, en cuanto al judo en comparación con otros deportes. ¿Tu, crees que el judo ayuda o aporta algo distinto a lo que te pueden aportar otro deporte como por ejemplo el fútbol?

Madre judoka 1: Yo creo que sí. Pero, yo no he practicado nunca ningún otro deporte, con lo cual no sé exactamente decirte que es lo que es distinto. Yo creo que, sí que es distinto, porque el judo abarca muchísimas muchísimas cosas. En cambio, el fútbol, por ejemplo, por poner un ejemplo, yo creo que la gente pues eso, hace fútbol, entrena, juega al fútbol y cuando ya no siguen jugando al fútbol se retiran. En cambio, la gente

del judo continúa siempre en el mundo del judo haciendo, aunque sea labores federativas u otro tipo de funciones.

Entrevistador: Sí, pero quiero decir, tú como percibes que aporte algo diferentes el judo respecto al fútbol. Las percepciones que tú tienes de actitudes o de mismamente los críos. Como actúan los críos en un partido de fútbol o en un campeonato, ves diferencias en el comportamiento. O ves diferencias en los valores que trasmite un deporte y los valores que trasmite otro deporte.

Madre judoka 1: A ver, yo creo que sí que hay mucha diferencia. En judo por ejemplo desde pequeñitos a los niños se les enseña el respeto hacía el compañero, hacía el árbitro, hacía el entrenador, entonces eso lo tienen como muy claro. Entonces, no hay mal ambiente, no hay insultos, no hay peleas, broncas. Quiero decir, yo creo que en un campeonato es todo como muy sano, la gente muy muy educada, hay mucho respeto. Y yo creo que eso se trasmite desde que son niños hasta que son mayores. En cambio, en fútbol y en otros deportes pues siempre ves un poco así de espectáculo en las gradas y un poquito de mal ambiente o mal rollo.

Entrevistador: Vale. ¿Y dentro de los deportes de lucha, tú crees que hay algo que diferencie al judo respecto a otros deportes como el boxeo, la lucha libre, kick boxing...?

Madre judoka 1: Bueno, yo esos otros deportes los veo igual un poco más agresivos, no los veo tan educativos. Entonces los veo más como que para niños es mejor el judo que es mucho mas educativo en niños pequeños. Pero luego, una vez tienen 15 o 16 años, pues a ver pueden practicar cualquier deporte. Pero, educativo puff, la verdad es que no lo veo. Los otros deportes no los veo educativos, los veo como deportes sin más.

Entrevistador: ¿Y por qué no los ves educativos? ¿Sabrías decirme?

Madre judoka 1: Por qué no tienen una filosofía ni una disciplina tan evidente como la del judo. Yo creo que es más la disciplina lo que le hace diferente y la filosofía. Al final la historia un poco del judo, cómo se inventó y por qué. Un poco por los orígenes del judo y de donde salió. Porque el judo surgió de diversas artes marciales, prohibieron las técnicas más peligrosas y cogieron lo más educativo y menos violento de cada una de estas artes marciales para crear el judo con fines educativos. Judo significa camino de la suavidad en japonés, entonces pues bueno, pues parece que el judo pues eso, no es

agresivo, no es violento, no hay técnicas peligrosas. Entonces es todo como, pues eso, que esta como muy bien pensado y muy bien hecho este deporte.

Entrevistador: Vale. Pues esto sería todo muchas gracias por tu participación en este estudio.

Madre judoka 1: Vale, gracias a ti.

4º ENTREVISTA: PADRE NO JUDOKA 1 (30-11-2023)

- **Metadatos:** Hombre de 60 años con una hija ex judoka cinturón marrón y un hijo judoka de 21 años cinturón negro. Está jubilado y va al gimnasio a entrenar.
- **Anotaciones post- entrevista:** En la entrevista ha sido breve y me daba respuestas cortas, tenía que tirar bastante de él para sacar respuestas. Después de la entrevista me aportó algo más de información. Respecto a las lesiones me dijo que su hijo se había lesionado el hombro más de una vez, pero nunca le habían operado y con cabestrillo, reposo y rehabilitación se había recuperado. También alguna vez había tenido dolor en alguna rodilla por golpes o torceduras, pero nunca nada grave. Pero que quizás por esos sustos que ha tenido, el mayor riesgo que ve al judo es la probabilidad de lesionarse o hacerse daño.

Por otro lado, respecto a la pregunta de si el judo ayuda en un futuro, afirma que el judo le puede ayudar a su hijo en el día de mañana con el trabajo. Me ha contado que su hijo de clases de judo en deporte escolar en el club y en un colegio. También ha dicho que a su hijo le gustaría trabajar en el ámbito del deporte y la enseñanza. Por lo tanto, tener esas experiencias sin duda que le ayudan en el día de mañana a seguir trabajando en ese ámbito de la enseñanza en el que ha comenzado a dar clases gracias al Judo.

- **Entrevista:**

Entrevistador: ¿Ahora mismo, actualmente practicas algún deporte?

Padre no judoka 1: Gimnasio

Entrevistador: ¿Cuántos días vas al gimnasio?

Padre no judoka 1: Voy 3 días a la semana

Entrevistador: ¿Cuándo eras más joven hacías algún otro tipo de deporte?

Padre no judoka 1: Si ir a cazar, pescar....

Entrevistador: ¿Eran todas actividades en la naturaleza por así decirlo?

Padre no judoka 1: Si.

Entrevistador: Vale. ¿Te ves a ti mismo haciendo judo como hace tu hijo?

Padre no judoka 1: No.

Entrevistador: Vale. ¿Por qué?

Padre no judoka 1: Porque no me ha llamado la atención.

Entrevistador: ¿Tienes algún familiar que haga judo aparte de tu hijo?

Padre no judoka 1: Si, mi mujer.

Entrevistador: ¿Tú crees que eso influye en que tu hijo haga judo?

Padre no judoka 1: Sí, completamente.

Entrevistador: Al principio, ¿quién decidió que tu hijo haría judo, salió por propia voluntad del hijo o por decisión vuestra?

Padre no judoka 1: Por su madre, ella dijo de apuntar a los críos a judo.

Entrevistador: Vale. ¿Actualmente a que cinturones han llegado tus hijos haciendo judo?

Padre no judoka 1: Mi hija se quedó en el cinturón marrón y mi hijo ha llegado al cinturón negro 3º Dan.

Entrevistador: ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tiene tu hijo en el club?

Padre no judoka 1: De los que conozco me parece bien, me parece buen grupo.

Entrevistador: ¿Crees que hay buen ambiente en las clases de judo?

Padre no judoka 1: Creo que sí.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto a las preferencias. ¿Qué es lo que más te gusta de que tu hijo haga judo?

Padre no judoka 1: Bueno pues que está haciendo un deporte y que es sano y le vendrá bien.

Entrevistador: ¿Osea, sobre todo por la salud?

Padre no judoka 1: Sí, pienso que el deporte es salud.

Entrevistador: De acuerdo. ¿Y cuál es la parte que menos te gusta de que tu hijo haga judo?

Padre no judoka 1: De que se lesione.

Entrevistador: ¿Sólo lesiones y daños físicos? Por lo demás, no hay ningún aspecto que no te guste de judo.

Padre no judoka 1: Sí solo por las lesiones. Por lo demás me gusta todo.

Entrevistador: Vale. Entonces en cuanto a la competición, ¿qué te parece que tu hijo realice competiciones?

Padre no judoka 1: Me parece bien, hombre me pongo nervioso cuando está compitiendo y eso, pero bien.

Entrevistador: ¿Disfrutas de la competición o lo pasas mal cuando ves a tu hijo competir?

Padre no judoka 1: Lo paso mal.

Entrevistador: ¿Sí? ¿Entonces preferirías que él no compitiera?

Padre no judoka 1: Hombre, a él le gusta competir pues que compita. No le voy a quitar ni le voy a convencer ni de que compita ni de que no compita.

Entrevistador: Pero digamos que sufres viéndole vamos.

Padre no judoka 1: Sí, sí que sufro.

Entrevistador: ¿Entonces no disfrutas viéndole?

Padre no judoka 1: Estoy nervioso, pero sí que disfruto, o no.... no se si es si o no. Es un poco difícil la respuesta. Es difícil explicar lo que siento cuando compite.

Entrevistador: ¿Disfrutas, sufres o tienes las dos emociones?

Padre no judoka 1: Tengo todo revuelto.

Entrevistador: ¿Cómo ves que tu hijo tenga que bajar de peso para entrar en una categoría de peso en un campeonato?

Padre no judoka 1: Eso lo veo mal.

Entrevistador: Entonces el tema de las bajadas de peso tu opinas que no están bien, que cada uno tiene que ir en el peso que tiene.

Padre no judoka 1: Eso es, yo creo que cada uno tiene que ir en el peso que el cuerpo le pide.

Entrevistador: ¿Y eso por qué? ¿Lo dices por salud más que nada?

Padre no judoka 1: Pues en principio por salud y me parece que es más lógico también.

Entrevistador: ¿Lógico por qué? ¿Crees que se va a rendir mejor si no se hacen bajadas de peso?

Padre no judoka 1: Si y que cada uno tiene que ir en el peso que tiene que estar. Me parece a mí e, es ya una opinión mía.

Entrevistador: Si si, si yo todas las respuestas quiero que me las digas desde tu opinión. Todas las opiniones son igual de válidas. En cuanto a los riesgos del judo, dime que riesgos asocias a hacer judo.

Padre no judoka 1: Hay muchos.

Entrevistador: Antes me has comentado lesiones. Pero, tu crees que hay algún otro riesgo que no sea físico, que sea a nivel psicológico o a nivel emocional.

Padre no judoka 1: Pienso que no.

Entrevistador: Osea que sólo ves el peligro en que te lesiones.

Padre no judoka 1: Yo creo que sí. El resto que sea psicológico eso lo puedes tener en cualquier cosa o cualquier trabajo.

Entrevistador: Sí pero tú crees que en el judo al tener que estar controlando el peso o la comida, eso puede hacer que te obsesiones más.

Padre no judoka 1: Yo pienso que no, pero porque tampoco conozco ningún caso vamos.

Entrevistador: En cuanto a beneficios, dime beneficios que aporte el judo.

Padre no judoka 1: Pues es bueno, descargas mucha energía y no se que más te puedo decir. Pues como todos los deportes que hagas que van a ser bueno para tu salud. Como un deporte más al final.

Entrevistador: ¿Ves el judo como un deporte educativo?

Padre no judoka 1: Sí.

Entrevistador: ¿Por qué te parece educativo?

Padre no judoka 1: Pues por la disciplina implica ese deporte y no se me ocurre ninguna otra cosa más.

Entrevistador: ¿La disciplina por ejemplo donde la puedes ver?

Padre no judoka 1: Pues la puedo ver en una base de cosas que tienes que aprender y las bases que te mandan que tienes que aprender, hacer caso, atender y luego ver los resultados que obtienes después del esfuerzo que exige ese deporte. Bueno pues ahí.

Entrevistador: Vale. En cuanto a motivaciones y desmotivaciones. ¿Por qué motivos crees que tu hijo dejaría de practicar judo?

Padre no judoka 1: Pues no veo motivos e, esos los sabrá él.

Entrevistador: Si, pero por qué crees tú que tendría que parar o dejarlo aunque fuera por un tiempo.

Padre no judoka 1: Pues sería por una lesión, principalmente por eso. Sería obligado por una lesión que tenga, si no, no creo que lo dejase nunca.

Entrevistador: Crees que a tu hijo el hacer judo le aporta algo distinto o algo positivo para la vida más allá del simple hecho de hacer un deporte. Es decir, tú crees que a tu hijo le ayuda el judo para algo más que estar físicamente bien. A nivel social o en otros aspectos de la vida.

Padre no judoka 1: Eee bueno, pues el judo yo pienso que también es de cabeza, hay que pensar mucho lo que haces y bueno te hablo desde lo poco que se de judo y la ignorancia que tengo, pero sí que veo que el judo te ayuda a pensar.

Entrevistador: Si, si pero con esta pregunta a lo que me refiero es a que si tú crees que a tu hijo el judo le ha ayudado en otros aspectos, ya sean académicos, de relacionarse, de trabajo, etc...

Padre no judoka 1: Puede que sí, ahora mismo no se decirte, pero, a centrarse igual más en estudios o en lo que tenga que hacer. Digo yo vamos, no sé.

Entrevistador: ¿Hay algún objetivo que te gustaría que tu hijo alcanzase en judo?

Padre no judoka 1: Los que alcance. Todo lo que consiga está bien.

Entrevistador: Pueden ser de rendimiento o pueden ser de enseñanzas y aprendizajes que le sirvan para la vida. Por ejemplo, yo que se, llegar a ser un buen entrenador, un buen deportista....

Padre no judoka 1: Pues sí, me gustaría. Pero, si lo consigue bien y sí no pues también.

Entrevistador: De acuerdo. Entonces tu crees que el judo le aporta beneficios igual que cualquier otro deporte o crees que le aporta algo más en su vida.

Padre no judoka 1: Pues puede ser que le aporte algo más pero no sé decirte.

Entrevistador: ¿Algo económico quizás?

Padre no judoka 1: Económico no, económico económico le podría aportar el fútbol u otro deporte que genere más dinero.

Entrevistador: Si, pero no hablo a nivel de rendimiento o de ganar campeonatos. Me refiero en otros ámbitos como la enseñanza o ser entrenador, el arbitraje o todos estos aspectos.

Padre no judoka 1: Puede ser que le ayude a nivel económico, pero no sabría contestarte ahí.

Entrevistador: ¿Cuáles crees que son las motivaciones que tiene tu hijo para hacer judo?

Padre no judoka 1: Bueno pues que no sé, le ha gustado desde pequeño. Desde que andaba a gatas estaba metido en el tatami y no lo sé.

Entrevistador: ¿No sabrías decir que es lo que le motiva actualmente?

Padre no judoka 1: Pues que es muy competitivo y le gusta hacerlo todo bien y mejorar, le gusta pues no lo sé, la verdad que no lo sé.

Entrevistador: En cuanto a la perspectiva de género. ¿Tu consideras que el judo es más apropiado "para los chicos" por ser un deporte de lucha?

Padre no judoka 1: No.

Entrevistador: ¿Crees que pueden hacer judo tanto chicas como chicos no?

Padre no judoka 1: Perfectamente lo he visto yo mismo, pueden hacer tanto chicas como chicos. Pueden hacer gente mayor o gente joven, es un deporte para todo el mundo.

Entrevistador: ¿Y aunque tu creas eso, tú crees que el resto de gente lo ve igual que tú?

Padre no judoka 1: Yo creo que sí.

Entrevistador: ¿Esta igual de bien visto que haga una chica un combate de judo a que lo haga un chico?

Padre no judoka 1: Sí, yo creo que a día de hoy todo el mundo piensa así.

Entrevistador: Por último, comparando el judo con otros deportes. ¿Tú crees que el judo aporta algo distinto a lo que pueden aportar otros deportes como por ejemplo el fútbol?

Padre no judoka 1: Pues no lo sé.

Entrevistador: Por ejemplo, cuando tú ves un partido de fútbol o ves un campeonato de judo, ¿es la misma la actitud de los entrenadores, los deportistas...?

Padre no judoka 1: Veo mejor actitud en el judo y más educación que en el fútbol. Y más respeto sí. Sí que es cierto que lo veo distinto.

Entrevistador: Por lo tanto, ¿dirías que el judo es un deporte más respetuoso que otros?

Padre no judoka 1: Sí, sí que lo diría.

Entrevistador: ¿Tú crees que eso se debe a que es un deporte de lucha?

Padre no judoka 1: Puede ser, puede ser.

Entrevistador: Y dentro de los deportes de lucha, ¿sabrías diferenciarme lo que ves cuando ves una pelea de boxeo, por ejemplo, o lo que ves cuando ves un combate de judo?

Padre no judoka 1: Quizás sea más bonito el de judo por las técnicas, lo veo más bonito.

Entrevistador: ¿Y a nivel educativo?

Padre no judoka 1: También me parece más educativo el judo.

Entrevistador: Vale, de acuerdo. Muchas gracias por tu participación.

5º ENTREVISTA: PADRE JUDOKA 1 (30-11-2023)

- **Metadatos:** Hombre de 50 años con una hija judoka de 9 años cinturón amarillo y un hijo judoka de 14 años con cinturón verde azul. Ha practicado muchos deportes de joven, todos ellos relacionados con la lucha y las artes marciales.
- **Anotaciones post- entrevista: -**
- **Entrevista:**

Entrevistador: ¿Para empezar, por qué haces o hiciste judo?

Padre judoka 1: Eee bueno hice judo hace muchos años porque era el deporte que había en el colegio. Empecé a judo porque nos lo ofrecieron en el colegio y me maravillo mucho ver a los profesores hacer una serie de técnicas y yo era muy muy pequeño y me quede muy impresionado.

Y luego, he vuelto a hacer judo después de muchos años porque me quedé con la espinita de no haber terminado algo que empecé. Esa fue la razón.

Entrevistador: ¿Qué dirías que te aporta a ti el judo a día de hoy?

Padre judoka 1: El judo te aporta muchas cosas. Te aporta forma física, eso obvio, pero hay que decirlo también. Te aporta una forma física, una condición física determinada con una flexibilidad. Me aporta equilibrio porque me ayuda a desahogarme y me libera un poco de tensiones. Me aporta también seguridad, me aporta sociabilidad. Porque al final estoy con mis compañeros y durante el día me relaciono con mi trabajo y con otras personas de otra manera, con más estrés y todo. Aquí en cambio estamos mas relajados. Me aporta muchas cosas y luego me complementa muy bien otras artes marciales que yo practique en el pasado.

Entrevistador: Osea que me dices que has practicado otros deportes. ¿Qué deportes han sido?

Padre judoka 1: He practicado muchos, casi todos relacionados con deportes de contacto o de lucha. He practicado karate, taekowndo, Jui jitsu, boxeo, por supuesto judo, eee Kun Fu, casi todos relacionados.

Entrevistador: Vale, y si has hecho tantos deportes de lucha ¿por qué te decantaste por el judo para hacer ahora mismo?

Padre judoka 1: Pues en el judo es que hubo varios factores. Hubo varios factores para que volviera. Un factor muy importante fue que mis hijos estaban haciendo judo. Quería estar también cerca de mis hijos, esto me lo permitía y pues fue un factor muy importante para mí. Otro de los factores es que el judo lo considero un deporte de lucha, pero no un deporte agresivo y esto es muy importante.

Entrevistador: ¿Por qué no es agresivo? Sabrías explicármelo.

Padre judoka 1: No es agresivo en el sentido de que no existe, bueno puede haber un caso concreto en una competición o un caso concreto en el que uno se ciega por la ira, pero no es lo normal. Lo normal en el judo es que haya una fluidez, no un choche entre dos personas como puede ser un deporte de contacto como un puñetazo o patadas, por ejemplo. En estos deportes hay un choche directo digamos en cierto modo a destruir entre comillas a nuestro adversario. En este caso es algo mucho más fluido y esa agresividad no la encuentro en el judo.

Entrevistador: De acuerdo. Has comentado que tus hijos hacían judo los dos. ¿A qué grado han llegado?

Padre judoka 1: Pues la pequeña es cinturón amarillo que ya tiene 9 años y el mayor que tiene 14 años es verde azul.

Entrevistador: Vale. ¿Y que tus hijos hicieran judo al principio de quien fue decisión de ellos, propia de ellos o un poco de ti?

Padre judoka 1: Bueno, jejej. A mí me gusta que los hijos decidan que quieran hacer. No me gusta obligarles a nada. Pero bueno, indudablemente y de manera quizás consciente o quizás inconsciente, yo le hable de los beneficios del judo. Creo que esto hizo que él se formara una idea buena y bonita de lo que es el judo y me pidió que le apuntara. El hizo antes de hacer judo, karate. El ya probó otras artes marciales antes de judo pero no le acabo de gustar. Pero la decisión fue suya y no fue el primer arte marcial que probó, pero sí que es cierto que pudo estar influido porque yo le decía de las virtudes del judo.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto al entorno del club. ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tienes en el club?

Padre judoka 1: Pues el grupo de compañeros y el ambiente que se forma alrededor del judo creo que es una de las cosas más bonitas y más importantes que tiene el judo. Porque yo como te digo, he hecho muchas artes marciales y existe en general cierta rivalidad dentro del tatami y fuera. Es difícil tener un compañerismo tan bueno como el que existe en el judo. De hecho, alguna vez lo he comentado con algún compañero. Yo ya tengo muchos años, pero mis mejores amigos son los que hice en judo cuando tenía 11-12- 14-16 años, y a día de hoy son las personas con las que todavía tengo contacto y eso que vivimos en ciudades distintas.

Yo creo que el ambiente que se forma en judo, quizá por esa, o yo por lo menos así lo veo, esa no agresividad y ese compañerismo que se forma es una de las cosas más bonitas que hay.

Entrevistador: ¿Y eso lo ves tanto en tu grupo como en el grupo de tus hijos? ¿Quiero decir, lo ves en todas las edades?

Padre judoka 1: Sí, sí. En todas las edades. En el mío es evidente porque lo veo yo directamente. Pero por ejemplo en el grupo de mi hijo mayor, su mejor amigo lo ha conocido en judo. Hay un entorno de compañeros que a veces quedan y son de judo. Es decir, tiene más relación con las personas con las que hace judo que con las personas con las que va al colegio, para que te hagas una idea. Y eso que en el colegio pasa todos los días un montón de horas claro.

Entrevistador: En cuanto a la entrenadora del club. ¿Qué opinas de ella?

Padre judoka 1: Hombre la entrenadora, en general la figura del entrenador en el deporte creo que es algo super importante. Creo que es vital porque si no podemos no aprender bien. La figura del entrenador es indiscutiblemente una persona con una competencia increíble. Sabe muchísimo de judo, tiene un conocimiento profundísimo de muchos años de judo. Entonces creo que su nivel es muy alto. Pero no solamente eso, porque eso sería sólo una parte de lo que buscaríamos en un club. Además de eso, está pendiente de las personas que forman el club, está pendiente de las necesidades de cada uno, de las carencias. No trata a todo el mundo igual porque sabe que unos tenemos unas limitaciones y otros no. Entonces yo creo que técnicamente es muy buena, pero, yo creo que hay otra cosa que hace muy bien que es gestionar al grupo, lo cual no creo que sea fácil, son todos grupos grandes y no creo que sea fácil.

Entrevistador: ¿Y qué opinas de los entrenamientos que se imparten? Como están enfocados o que es lo que se hace.

Padre judoka 1: Los entrenamientos yo creo que están muy bien enfocados. Hacemos una parte física inicial que a mí me gusta mucho porque yo quiero ponerme en forma. Yo vengo aquí para muchas cosas, pero para ponerme en forma fundamentalmente. Luego hacemos una parte técnica y luego hacemos ya una parte de práctica de combate que claro, es muy necesaria para ya como decirte, para practicar si la teoría te sale. Yo personalmente pues hay muchos días que no puedo venir y lo hecho en falta porque hay días que son especiales de técnica y a mí me vendría muy bien porque hace mucho tiempo que no hago judo y muchos días no puedo venir. Pero creo que están bien los entrenamientos.

Entrevistador: Vale. Ahora en cuanto a tus preferencias. ¿Cuál es la parte que más te gusta o mejor ves respecto a que tus hijos hagan judo? Los dos.

Padre judoka 1: La parte que mejor veo ...eee.... lo que más me gusta del judo es que creo que les aporta una serenidad. Les ayuda a canalizar bueno sus frustraciones, sus miedos, sus rabias, sus alegrías. Les aporta una serenidad y creo que eso es fundamental.

Entrevistador: Vale de acuerdo. Y por otra parte. ¿Cuál sería la parte que menos te gusta o peor ves de que hagan judo?

Padre judoka 1: La que peor veo de que hagan judo es alejada, pero es una posibilidad que está presente en todos los deportes que son las lesiones. Yo creo que el judo es un deporte en el que hay pocas lesiones. Me estoy acordando por ejemplo del fútbol y personalmente no se si me equivoco, pero creo que el fútbol tiene muchas más lesiones que el judo. En unos niveles altos de competición existe un riesgo x y ese es un riesgo que quizás sea la parte que menos me gusta. No tengo ningún problema porque ninguno de los dos es competidor. Osea que no tengo ningún problema.

Entrevistador: Pero bueno. ¿Se pueden lesionar igual no? Entiendo.

Padre judoka 1: Bueno, yo creo que haciendo al nivel al que hacen ellos, una lesión es prácticamente imposible. Puede pasar lógicamente que te tuerzas un tobillo o que te pase alguna cosa, pero creo que tiene más riesgo jugar al baloncesto o jugar a fútbol o un partido de tenis que venir a entrenar a judo con el nivel con el que ellos están haciendo.

Entrevistador: ¿Así que ellos no compiten demasiado no?

Padre judoka 1: A ellos no les gusta competir, no les gusta competir a ninguno de los dos. Al mayor lleva bastantes años haciendo judo y yo creo que no le gusta competir porque bueno no es el judoka más virtuoso ni más técnico que hay en el club. Entonces creo que eso es personalmente lo que le está limitando a la hora de competir. Y la pequeña, pues bueno se lo toma un poco más a broma porque aún es muy pequeña.

Entrevistador: Hablando de la competición. ¿Tu actualmente estas compitiendo en la categoría de veteranos de judo?

Padre judoka 1: Ahora mismo no, porque he tenido una lesión. Pero este año he hecho una competición no recuerdo el mes. En marzo, abril aproximadamente. Quizá en mayo. Pero ahora mismo no porque tuve una lesión no relacionada con el judo y tuve un problema físico y no estoy a la altura.

Entrevistador: De acuerdo. Sin embargo, ¿cuándo eras joven has competido?

Padre judoka 1: Si, yo en la parte que más me gustaba de judo era la competición. En la parte que más disfrutaba de joven era la competición porque era la manera de ver fuera de tu club si lo que tu estabas haciendo en los entrenamientos verdaderamente servía o si tus compañeros te ayudaban demasiado con las técnicas. Al final en la competición pues bueno, pones en práctica las cosas y es una manera de testarte a ti mismo no a los demás.

Entrevistador: Y si a ti te gustaba la competición. ¿Cómo ves que tus hijos por ejemplo compitan en judo? ¿Cómo lo verías?

Padre judoka 1: Ahora mismo no compiten y hay una parte de mí que desearía que compitieran. Sin embargo, prefiero darles libertad para que ellos se dirijan y decidan qué es lo que quieren hacer. El mayor lo hemos intentado, bueno le hemos comentado para que vaya a competiciones. Ha ido en varias ocasiones y la última vez me dijo claramente “papá no quiero ir más”. Y claro, preferí respetar su opinión. Si compitieran pues iría con ellos, pero no quiero forzarles en ningún momento a que vayan.

Entrevistador: Y cuando los ves competir. ¿Disfrutas? ¿Sufres?

Padre judoka 1: Sufro jejej.

Entrevistador: ¿Qué sentimientos tienes?

Padre judoka 1: Pues sufro porque estoy como decirte. Creo que todos los padres no, pero yo tengo un sentimiento de mucha sincronización con mis hijos, sobre todo con el mayor. Y noto que él quiere hacer cosas que las intenta en las competiciones pero que no le salen. Y entonces claro ver eso me provoca un sufrimiento, una pequeñísima frustración, pero porque creo que comparto esa frustración. Lo intenta, intenta hacerlo, veo que la idea más o menos la tiene bien, pero no es tan habilidoso o quizá no tiene tanta intención o quizá no tiene la madurez suficiente pero finalmente no le suelen salir las técnicas.

Entrevistador: Esto quizás no les ha ocurrido a tus hijos al no ser muy competidores. Pero, ¿cómo lo verías si tuvieran que bajar bastantes kg para entrar en una categoría de peso?

Padre judoka 1: Bueno, en parte lo he vivido. En parte lo he vivido porque mi hijo mayor estaba hace un par de años un poquitín pasado de peso. Aún no había pegado el estirón y no estaba gordo, porque no estaba gordo, pero estaba un poquito pasado de peso. Y relacionamos e intenté que comiera un poco menos cosas grasas y cuidar un poco más la alimentación e hiciera un poquito más de deporte y me apoye en los compañeros que estaban haciendo judo. Le hacía equivalencias de mira el compañero pesa nose cuanto, y no se puede pasar, vamos a ver si tu consigues mantener este peso. Otro compañero tiene este peso, vamos a ver si tú puedes mantener este peso y puedes estar en su categoría.

Entrevistador: Osea que lo ves positivo. El tema de controlar el peso.

Padre judoka 1: Si, lo veo positivo. Hombre obviamente no veo positivos casos de anorexia o de.... Pero bueno, temas de salud que al final controlamos el peso no para estar extremadamente delgados ni extremadamente nada, sino para estar en forma, eso lo veo muy positivo. De hecho, a nosotros nos ha ayudado y ahora mismo, el mayor, la pequeña no ha tenido ningún problema de peso, pero, el mayor que tuvo unos pequeños problemas de sobrepeso, pero ligeros, ahora mismo tiene un estado de forma yo creo que muy bueno.

Entrevistador: Dime los riesgos que asocias a la práctica de judo. Ya me has comentado antes las lesiones.

Padre judoka 1: Las lesiones son los riesgos que más miedo tengo.

Entrevistador: Pero tú crees que puede haber algún otro riesgo ya sea a nivel de frustración, problemas con la alimentación o demás...

Padre judoka 1: No, yo relacionados con la alimentación, hombre, por lo menos en mi caso y bajo la óptica que yo tengo de la competición. Aunque compitiera mi hijo, eee yo le dejaría claro que si quisiera competir puede competir, pero le dejaría claro que lo más importante son sus estudios. Por lo tanto, no quisiera que se centrara al 100% en el judo. Por lo tanto, los riesgos de alimentación los veo muy lejanos.

Entrevistador: Si, eso en tu caso. ¿Pero en el caso de un competidor?

Padre judoka 1: En el caso de un competidor puede ser, pero, yo personalmente creo que un competidor lo que intenta es estar lo más en forma posible. Y creo que es capaz de disternir si llegado a un peso determinado puede poner en riesgo su salud. Porque si pone en riesgo su salud no va a estar en la competición al 100% por lo tanto yo veo un poco en contrasentido el riesgo de la alimentación con un judoka incluso con un judoka de élite. Lo veo, no, yo personalmente no lo veo muy posible. Yo creo que un judoka intentará cuidar su cuerpo lo máximo posible y si no llega a un peso pues a lo mejor tiene que ir a otro.

Y luego el tema de las frustraciones yo personalmente no lo veo como un riesgo en el judo. Creo que las frustraciones en la vida desgraciadamente se producen y se van a seguir produciendo y creo que es mejor si se tienen que producir, que se produzcan en un ambiente controlado, son frustraciones menores, porque al final tu frustración es que no has podido ganar a un compañero con el que al día siguiente vas a quedar o ir al cine, que al final sois compañeros o amigos. Y la única frustración es que no has podido ganarle. Pues bueno, me parece una frustración pequeña y creo que es un aprendizaje importante para el día de mañana cuando no podamos conseguir todas las cosas que queremos, que obviamente no las vamos a conseguir cuando seamos mayores. Por tanto, ese riesgo tampoco lo veo, lo veo como algo positivo, al contrario.

Entrevistador: Osea que ves muchos más beneficios que riesgos en el judo.

Padre judoka 1: Si si, por supuesto. Y te he comentado antes, aparte de los beneficios para la salud, los beneficios para la sociabilidad, los beneficios para vamos a decir la estabilidad emocional, la liberación, el estar relajado, el estar agusto, el sentirse seguro.

Entrevistador: Por tanto, ¿lo ves educativo el judo?

Padre judoka 1: El judo es evidentemente educativo. El judo es evidentemente educativo. De hecho, la UNESCO lo ha recomendado si no estoy mal informado como el deporte que deben hacer los niños. Y yo creo que deberían hacer mucho más. Debería de estar mucho más extendido. Creo que es una asignatura pendiente quizá.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto a las motivaciones hacia el judo. ¿Qué motivaciones tienes tú para hacer este deporte?

Padre judoka 1: Las motivaciones que tengo para hacer judo pues son las que he comentado antes, primero la condición física, estar en forma, mantenerme en forma. Luego tenemos una motivación como te decía porque la familia somos 4 en la familia y 3 hacemos judo. Pues el judo se ha convertido en un lugar de encuentro bonito donde podemos hacer. Además de esto, lo que hemos estado hablando antes, creo que es un deporte que te genera una estabilidad y una tranquilidad y una liberación de tensiones que es muy positiva.

Entrevistador: Vale. ¿Y por qué motivos dejarías tú de practicar judo concretamente?

Padre judoka 1: Pues yo dejaré de practicar judo por algo parecido a lo que lo deje cuando lo deje hace muchos años. A lo mejor las obligaciones diarias no me permitieran entrenar. Claro, cuando eres joven el sacrificio de hacer judo, el sacrificio digamos él ni hacer otras cosas bueno pues no es un sacrificio grande porque eres joven, solamente estas estudiando y no tienes grandes obligaciones. Cuando eres más mayor, el esfuerzo que tienes que hacer para hacer judo creo que es mucho mayor. No físicamente, sino porque cada vez que haces judo o haces cualquier actividad fuera de la familia o fuera de la casa, claro, pues desatiendes otras funciones, las responsabilidades familiares, los hijos, quizá el trabajo.

Entonces esa sería la mayor limitación que no tuviera tiempo y que no pudiera dedicar ese tiempo.

Entrevistador: Y en el caso de tu hijo. ¿Por qué crees que dejaría de hacer judo? El concretamente.

Padre judoka 1: Pues el, el dejaría de hacer judo porque socialmente. Ahora hemos tenido recientemente un caso en el que su mejor amigo ha dejado de hacer judo y él ha dicho, "bueno pues yo papá no se si dejar de hacer judo". Y yo le he dicho, "bueno pues está muy bien que tu mejor amigo deje de hacer judo y tú te lo plantees, pero es solamente por Andrew que tu venías a hacer judo había otras cosas que te hacían venir".

Había otros compañeros y te daba otras satisfacciones y finalmente no lo ha dejado. Creo que mi hijo lo dejaría si el entorno social no fuera el adecuado, es decir, si no tuviera otras personas con las que se llevará bien que no es el caso. O quizá que se distrajera con otra actividad. Esos son los grandes riesgos que le puedo dar.

Entrevistador: ¿Y porque crees que hace judo, que motivaciones crees que tiene tu hijo para hacer judo?

Padre judoka 1: Pues creo que tiene varias motivaciones. Eeee primero que ya tiene un nivel relativamente alto dentro del escalafón del judo. Tiene ya un conocimiento de ello, tiene ya una base porque lleva ya bastantes años. Tiene ya un conocimiento en el que él es consciente de que tiene que profundizarlo, pero a su vez también es consciente de que sería absurdo perderlo. Creo que hace judo porque yo hago judo también jaja. Creo que a él también le gusta encontrarse conmigo en el tatami. Y luego, creo que hace judo porque le ayuda a sentirse más, esto es una opinión subjetiva, creo que le ayuda a sentirse más seguro. Creo que se encuentra más seguro consigo mismo y entonces creo que es una motivación importante.

Entrevistador: Entonces, tú crees que el judo le aporta muchos beneficios aparte del estar bien físicamente. Ya sea a nivel emocional o a otros niveles.

Padre judoka 1: Si, sí. A nivel emocional, lo que hemos comentado antes, yo creo que te aporta una seguridad, una tranquilidad, te aporta, en fin, una escuela de sentimientos que vas a desarrollar a lo largo de tu vida que creo que son importantes.

Entrevistador: Vale. ¿Hay algún objetivo que te gustaría que tu hijo alcanzase en judo?

Padre judoka 1: Hombre sí, me gustaría que consiguiera, son objetivos muy sencillos, me gustaría que consiguiera un cinturón negro.

Entrevistador: ¿Te parece sencillo ese objetivo?

Padre judoka 1: Me parece sencillo si es constante en su trabajo. Me parece que, si trabaja lo suficiente durante el tiempo suficiente, antes o después lo conseguirá.

Entrevistador: Vale, me quedan pocas preguntas. En cuanto a la perspectiva de género, ¿tu crees que el judo es un deporte “más apropiado para los chicos” por ser un deporte de lucha?

Padre judoka 1: No, no. Yo creo que es un deporte para los chicos y para las chicas y creo que disfrutan tanto los chicos como las chicas haciendo judo por igual. De hecho, hay

muchas veces que practicando judo se mezclan los chicos las chicas, los hombres con las mujeres y se mezclan en total igualdad. Por tanto, yo creo que, al contrario, yo creo que es un deporte que iguala esas diferencias.

Entrevistador: ¿Y crees que esta igual de bien visto por todos?

Padre judoka 1: Yo creo que sí, yo creo que esta igual de bien visto. El hombre por la gallardía que le puede suponer socialmente el ser un campeón por ejemplo o ser un cinturón negro, pero para la mujer también, una mujer que hace judo y tenemos varios ejemplos en el club, es una mujer que joe hay que respetarla. Una mujer que es campeona de Álava o de Euskadi, que compite que participa en este deporte y compite igual que los chicos eso creo que está bien visto.

Entrevistador: Vale. Y comparando el judo con otros deportes. ¿Tú crees que el judo aporta algo distinto a lo que pueden aportar otros deportes? Como por ejemplo fútbol, baloncesto...

Padre judoka 1: Yo creo que sí, porque el judo es un deporte que tienes que hacer con otras personas. Osea es un deporte en el que tú no puedes ni practicar ni evolucionar individualmente. Por tanto, te obliga a relacionarte. Que eso también lo hacen otros deportes. Pero al mismo tiempo, es un deporte que te testa continuamente, y tu personalmente te puedes valorar como vas evolucionando, como vas mejorando o quizás como vas empeorando en el peor de los casos. Entonces creo que aúna esos dos ámbitos social e individual que otros deportes quizá no lo hacen.

Entrevistador: ¿Y tú crees que eso es más propio de los deportes de lucha?

Padre judoka 1: Eee bueno.... Yo creo que sí. Yo creo que es más propio porque en los deportes de lucha, especialmente en el judo, se pueden dar situaciones en las que uno pierde un combate. Y cuando uno pierde un combate uno queda completamente a merced de su oponente, del que ha ganado el combate. Y eso nos tiene que aportar una cura de humildad inmediata, nos tiene que aportar una confianza hacia el compañero, porque claro él me ha ganado y él podría seguir haciéndome cosas incluso podría seguir haciéndome daño, pero ha ganado y el combate se termina ahí. Aporta algo, creo que distinto a otro tipo de deporte. Tu conoces tus límites y te relacionas de una manera creo que distinta con tus compañeros.

Entrevistador: Y eso ocurre también, ves esa diferencia también dentro de las distintas artes marciales. Entre el judo y el boxeo ves también diferencias.

Padre judoka 1: Si lo que pasa que... quizá esa agresividad, la que te hacía referencia antes, diferencia un poco más al judo. Porque en otros deportes de lucha creo que hay una mayor rivalidad. En el judo creo que hay mucha más fluidez.

Entrevistador: Perfecto muchas gracias. Ya estaría todo.

Padre judoka 1: Pues listo.

6º ENTREVISTA: PADRE JUDOKA 2 (1-12-2023)

- **Metadatos:** Hombre de 45 años con una hija judoka de 13 años cinturón azul.
- **Anotaciones post- entrevista:** -
- **Entrevista:**

Entrevistador: Para empezar, ¿por qué haces o hiciste judo? ¿Cómo es que empezaste a hacer este deporte?

Padre judoka 2: Pues empecé porque me apuntó mi madre. Era lo que se ofertaba en el colegio San Ignacio donde iba yo y seguí porque me gustaba. Y ahora hago porque me gusta.

Entrevistador: ¿Qué te aporta el judo?

Padre judoka 2: Pues hombre, me aporta hacer ejercicio, que en teoría es salud. Y bueno que me gusta también. Me gusta quitar tensiones, es un deporte de contacto y al final pues bueno, llegas mosqueado del trabajo o estresado y siempre viene bien.

Entrevistador: De acuerdo. ¿Has practicado algún otro deporte aparte de judo?

Padre judoka 2: Sí, fútbol, carreras de montaña, montañismo, squash, frontenis, pero bueno. Sobre todo, carreras de montaña y fútbol.

Entrevistador: Y ¿por qué te has decantado por el judo para seguirlo practicando ahora?

Padre judoka 2: Pues porque me resulta cómodo, en los horarios y tal, y porque es eso, de los deportes que me gustan es lo que más cómodo me resulta.

Entrevistador: De acuerdo. ¿Hasta qué grado has llegado haciendo judo?

Padre judoka 2: A primer Dan.

Entrevistador: ¿Y tu hija? ¿Hasta qué grado ha llegado haciendo judo?

Padre judoka 2: Pues hasta cinturón azul de momento. Esperamos que siga.

Entrevistador: ¿Crees que, que tu hija haga judo influye en que tu hayas retomado este deporte? ¿O crees que independientemente de ella lo habrías retomado de igual forma?

Padre judoka 2: No, no, no. De hecho, retomé cuando empezó ella.

Entrevistador: Osea que eso también influye en que hayas vuelto a judo.

Padre judoka 2: Si, si, si influye eee.

Entrevistador: De acuerdo. Y al principio que tu hija practicara judo, ¿fue una decisión tuya o fue propia por parte de ella?

Padre judoka 2: Fue decisión mía, bueno decisión mía que probase. Y si le gustaba bien y si no pues cambiaríamos.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto al entorno del club. ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tienes en el club?

Padre judoka 2: Eee muy bueno.

Entrevistador: ¿Y en cuanto al grupo de compañeros que tiene tu hija?

Padre judoka 2: También, muy bueno.

Entrevistador: ¿Crees que hay buen ambiente?

Padre judoka 2: Sí sí, muy bueno.

Entrevistador: ¿Qué opinas en cuanto a la entrenadora del club?

Padre judoka 2: Mmm bien. Tiene conocimientos más que de sobra en judo y que sabe llevar muy bien sobre todo a los chavales que me parece más difícil.

Entrevistador: Y de los entrenamientos. ¿Qué opinas de los entrenamientos que se imparten?

Padre judoka 2: Bien, parecen adecuados un poco para toda la gente. Muy bien.

Entrevistador: Crees que están más orientados a la competición, más a la recreación, más a los katas... ¿Qué me dirías?

Padre judoka 2: Bueno, más orientados a la competición, pero bueno, es normal, la mayoría de la gente compite.

Entrevistador: En cuanto a tus preferencias. ¿Cuál es la parte que más te gusta o qué mejor ves respecto a que tu hija haga judo?

Padre judoka 2: Pues que tiene un grupo de compañeros bastante sano. Y que mientras está haciendo deporte no está haciendo otras cosas.

Entrevistador: ¿Otras cosas como qué? ¿Sabrías decirme?

Padre judoka 2: Pues sí, pues como no estar por ahí en la calle, yo que sé, no te voy a decir drogándose, pero por lo menos no estará por ahí haciendo el tonto o jugando con el móvil o viendo la tele.

Entrevistador: Vale. ¿Y cuál sería la parte que menos te gusta o que peor ves de que tu hija haga judo?

Padre judoka 2: ¿La que menos me gusta? Pues.... No sé, que se llegue a frustrar cuando saque malos resultados, si es que compite. Pero vamos, de momento no pasa.

Entrevistador: Vale, me has hablado de la competición. Siguiendo con ese tema un poco. ¿Actualmente tu estas compitiendo en la categoría de veteranos de judo?

Padre judoka 2: Pues sí, cuando puedo sí.

Entrevistador: ¿Y has competido en judo cuando eras más joven? ¿Has competido en otras categorías?

Padre judoka 2: Si, si, si que he competido.

Entrevistador: ¿Y cómo vives que tu hija compita en judo?

Padre judoka 2: Bueno, lo llevo con bastantes nervios, más de los que tenía yo cuando competía, pero bueno, bien. No deja de ser algo que es un hobby. Quiero decir, que tampoco quiero que lo enfoque como algo a vida o muerte. Sin más, que haga lo que pueda y sin más.

Entrevistador: ¿Te gusta que tu hija compita?

Padre judoka 2: Si, si, si, sí. Me gusta claro, claro que me gusta.

Entrevistador: ¿Y disfrutas viéndola competir?

Padre judoka 2: Si, si la verdad es que me gusta. Si, me gusta competir a mí, entonces me gusta ver competir a mi hija.

Entrevistador: Pero pasas miedo, nervios, o... ¿Qué sientes?

Padre judoka 2: Mmm noo miedo, nervios bueno, miedo eso, miedo a que se lleve un mal rato cuando pierde. Pero vamos, pero a que pierda o así no. No me importa de hecho normalmente se pierde más que se gana así que tampoco, es más. Pero que se lleve un disgusto o que coja pánico a competir porque pierde o que se haga daño o cosas así. Pero vamos pierda o gane eso es irrelevante.

Entrevistador: De acuerdo. ¿Cómo ves que tu hija tendría que bajar bastantes kilos de peso para participar en un peso concreto en un campeonato?

Padre judoka 2: Pues dependiendo del nivel. Ahora mismo por ejemplo y estando creciendo como está pues no la dejaría. A no ser que fuera un campeonato... yo que se... teniendo un nivel ya muy alto, un campeonato de España o algo así que no le quede más remedio de ir en el peso que se ha clasificado. Pero en principio ahora creciendo no me parece adecuado que baje mucho.

Entrevistador: ¿Qué edad has dicho que tenía tu hija?

Padre judoka 2: Tiene 13 años.

Entrevistador: ¿Y qué decías? de que en edad de crecimiento lo ves....

Padre judoka 2: Que eso, que un kilo, kilo y pico no lo veo mal, pero que más no. Más a no ser, osea en los niveles en los que compite ella. Si por lo que sea está clasificada para el campeonato de España y no le queda más remedio que bajar porque es su categoría pues bueno, pues tendría que bajar, pero vamos, como cosa puntual.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto a los beneficios y los riesgos del judo, dime los riesgos que asocias tu a practicar judo. ¿Qué riesgos puede tener?

Padre judoka 2: Pues hombre, a la vista están las lesiones. Y bueno, eso bueno más que nada lesiones. No veo ningún otro riesgo.

Entrevistador: Antes me has comentado el tema de la frustración. ¿Tu lo ves como un riesgo en el judo?

Padre judoka 2: Aaa bueno si, si, bueno si, pero bueno eso ya es en cualquier deporte no solo en el judo.

Entrevistador: ¿Y tu crees que en el judo al ser uno contra uno puede darse más ese riesgo de frustración?

Padre judoka 2: Claro, en los deportes individuales siempre hay algo más de riesgo. Porque al final los equipos, o sea los deportes colectivos como que se difumina un poco más el tema de si pierdes o ganas. Pero cuando son deportes individuales estás tú sólo. Si lo haces bien, lo haces bien tú y si lo haces mal, lo haces mal tú también.

Entrevistador: ¿O sea que ves también que existe ese riesgo no? Ese riesgo un poco psicológico.

Padre judoka 2: Si eso es, ese riesgo psicológico pero bueno, sobre todo el riesgo que veo es en el tema de lesiones. Y luego el tema ese bueno, es un tema de gestión. Te quiero decir, que lo veo más como una enseñanza que como un riesgo. Sabes, que aprendan a gestionar también las frustraciones, que se suele perder más que se gana normalmente. Así que, que aprendan a perder también está muy bien. Que el aprender a ganar es muy fácil, pero aprender a perder no tanto.

Entrevistador: En cuanto a beneficios, ¿sabrías decirme que beneficios aporta?

Padre judoka 2: Hombre beneficios, pues aparte del tema de salud de hacer un deporte, pues el tema del ambiente que hay normalmente en el judo que yo creo que es distinto que en otros deportes, por lo menos, tanto en competición como en entrenamiento. Yo creo que de momento hay más respeto, por el compañero y así, aunque se ve un poco de todo últimamente, pero vamos. Y eso, más que nada eso el tema de que sea un entorno entre los mismos competidores y los que entrenan juntos un entorno bastante sano.

Entrevistador: Como me has comentado lo del respeto, ¿entonces ves el judo como un deporte educativo?

Padre judoka 2: Si claro, claro. Comparado con otros deportes, otros deportes están a años luz.

Entrevistador: ¿Y por qué? ¿Sabrías decirme por qué es educativo?

Padre judoka 2: Pues, si, pues porque no se ve la confrontación que se ve por ejemplo en fútbol, baloncesto, entre padres o entre mismos competidores. Es raro que en un campeonato, lo mismo en mi época que en esta época, es raro que en un campeonato haya malas palabras entre competidores o a los árbitros o algo. Algo hay siempre, pero

vamos, es más complicado verlo que en otros deportes. Creo que se respeta bastante más.

Entrevistador: Vale. En cuanto a las motivaciones y las desmotivaciones hacia la práctica del judo. ¿Por qué motivos crees tú personalmente que dejarías la práctica del judo?

Padre judoka 2: ¿Motivos? Pues por tener alguna lesión que me lo impida o por tema de horarios con el trabajo o cosas así. Creo que esas serían las dos. Porque bueno, por lo demás, mientras mi cuerpo me lo permita, al ritmo que sea, pero bueno la intención es seguir.

Entrevistador: En cambio tu hija, ¿por qué motivos crees que dejaría de practicar judo?

Padre judoka 2: Mi hija, pues bueno pues un poco lo mismo. Que se lleve algún disgusto, que de momento no parece o yo que se, que haya algún mal rollo con los compañeros que tampoco parece o que le deje de gustar, que ahora en la adolescencia son muy volubles. Pero bueno, en principio, no creo que a corto plazo vaya a dejarlo ni que se lo haya planteado vamos.

Entrevistador: ¿Sabrías decirme por qué tu hija hace judo? Se que empezó porque tu la introdujiste, pero ¿por qué continua?

Padre judoka 2: Mi hija hace judo porque le gusta. Mi hija hace judo porque le gusta. Yo la introduje, la obligue digamos entre comillas a probar, a probar un día o dos y luego a partir del tercer día ya siguió porque le gustaba.

Entrevistador: ¿Ha hecho algún otro deporte?

Padre judoka 2: Eee sii, ha hecho gimnasia deportiva. Gimnasia rítmica primero de muy pequeña y luego estuvo bueno en gimnasia deportiva haciendo el tema de anillas, potro y todas eso.

Y luego lo dejó porque no podía compaginar judo y gimnasia porque entrenaba muchos días y eligió ir sólo a judo.

Entrevistador: ¿Y cuáles crees que son sus motivaciones para practicar judo?

Padre judoka 2: Motivaciones pues bueno, esta también metida en el tema de campeonatos, pues motivaciones eso pues sacar resultados. Mayormente que le gusta,

que va agusto con los compañeros y luego que es muy cabezona y le gusta entrenar para ver si mejora los resultados.

Entrevistador: ¿Crees que a tu hija le aporta algo positivo para la vida más allá del simple hecho de hacer un deporte y estar bien físicamente?

Padre judoka 2: Hombre si, si si le aporta. Le aporta el conocer otro círculo de amistades que son en el deporte y luego le aporta también el espíritu de sacrificio y el saber que las cosas cuestan, que hay que entrenar mucho para sacar, bueno como en la vida vamos, que hay que trabajar para sacar resultados.

Entrevistador: ¿Hay algún objetivo que te gustaría que tu hija alcanzase en judo?

Padre judoka 2: ¿Que me gustaría? Hombre como a cualquier padre me gustaría que llegue lo más alto que pueda. Pero bueno, en principio yo me conformo con que siga muchos años y siga disfrutando. Al margen de los objetivos que consiga, eso me da un poco más igual

Entrevistador: De acuerdo, osea que tu objetivo por así decirlo es una continuidad o una constancia.

Padre judoka 2: Eso es. Que siga, que lo siga practicando.

Entrevistador: De acuerdo. Vale, pues un poco hablando de la perspectiva de género. ¿Crees que el judo es un deporte más apropiado para los chicos por ser un deporte de lucha?

Padre judoka 2: Pues no, la verdad es que no. La verdad es que yo creo que es bastante paritario. Bueno bastante paritario incluso lo veo muy, lo veo, no te diría que más adecuado, pero bastante apropiado para las mujeres. Al margen de la diferencia de fuerza típica que puede haber entre una mujer y un hombre del mismo peso, quitando eso, lo veo bastante paritario.

Entrevistador: ¿Y por qué lo ves así? ¿Sabrías decirme?

Padre judoka 2: Si, porque bueno, se ve en los mismos campeonatos u olimpiadas se ve un trato bastante igualitario entre chicos y chicas, que no pasa por ejemplo con el boxeo o con otro tipo de deportes de contacto.

Entrevistador: ¿Y crees que todo el mundo lo ve igual que tú?

Padre judoka 2: Pues no lo sé, la verdad es que al ser un deporte minoritario pues tampoco sé muy bien la perspectiva que tiene la gente que no lo conoce.

Entrevistador: ¿Y la gente que es ajena a judo? Tú lo ves así igual porque también eres judoka pero ¿tú crees que alguien ajeno a judo ve igual de bien que hagan chicas judo a que lo hagan chicos?

Padre judoka 2: Pues sí, yo creo que igual en mis tiempos era otra cosa, pero vamos. Ahora yo creo que cualquier padre o cualquier madre ve bien que su hija haga judo vamos, aunque no sea judoka, y digo judo karate o cualquier otro tipo de deporte de contacto.

Yo creo que en ese sentido la oferta se a hecho mucho más amplia y hay menos prejuicios.

Entrevistador: Vale y comparando el judo con otros deportes, ¿crees que el judo ayuda o aporta algo distinto respecto a lo que pueden aportar otros deportes como el fútbol o cualquier otro?

Padre judoka 2: Hombre yo conocer conocer, conozco los dos deportes que he practicado. Y bueno, el judo sí que aporta lo que te he dicho esa camaradería y ese buen ambiente que suele haber entre competidores y entre campeonatos y tal. Siempre teniendo en cuenta que es un deporte individual, en los deportes colectivos pues hombre, es que es muy difícil comparar un deporte colectivo con uno individual, pero bueno, sí, sí, sí que me parece que aporta que tiene muchos valores positivos que otros deportes no.

Entrevistador: ¿Como cuáles?

Padre judoka 2: Pues por ejemplo pues eso, el buen rollo que hay, el espíritu de compañerismo que hay entre distintos digamos compañeros que, aunque luego sean competidores del mismo peso o se vayan a ver en campeonatos o lo que sea, eso en otros deportes quizá no se ve tanto, son más individualistas.

Entrevistador: Vale. Y dentro de los deportes individuales o dentro del mismo saco de los deportes de lucha, ¿ves el judo diferente en comparación con otro deporte como el boxeo, el kick boxing u otras disciplinas?

Padre judoka 2: Mmm bueno, distintos hombres, al final cada deporte tiene sus características. No sé, como no he practicado nunca kick boxing ni boxeo no sé. El judo

no sé, quizás lo veo como más, no sé cómo explicarlo, osea como, como menos, menos individualista dentro de lo que cabe. Osea quiero decir no veo a boxeadores entrenando todos juntos para luego ir al campeonato con los mismo. Entiendes lo que te quiero decir. Osea un boxeador se prepara el solo contra otro rival y nunca entrena con el mismo rival con el que va a competir. Sin embargo, en judo puedes tener un campeonato el sábado con un chico o una chica con la que te vas a pegar, pero vas entrenando con el digamos diariamente, de eso se trata.

Entrevistador: De acuerdo. ¿Osea como que ves más compañerismo en el judo digamos?

Padre judoka 2: Si veo, bueno veo siempre dentro del desconocimiento, que tampoco he entrenado nunca en boxeo ni kick boxing entonces tampoco quiero hablar ni bien ni mal de cosas que no conozco.

Entrevistador: Vale, no, no. Si es simplemente quería saber tu opinión. Pues eso sería todo y muchas gracias por tu colaboración.

Padre judoka 2: Pues muchas de nada.

7º ENTREVISTA: PADRE NO JUDOKA 2 (2-12-2023)

- **Metadatos:** Hombre de 55 años con una hija judoka de 20 años cinturón negro 1º Dan. No realiza deporte de forma habitual, pero le gusta salir a caminar, ir al monte y dar algún paseo en bici.
- **Anotaciones post- entrevista: -**

Después de la entrevista conto que a él personalmente en su infancia el practicar tantos deportes le ayudó mucho ya que el tiempo que estaba practicando deportes era ese tiempo que dejaba de estar haciendo otras cosas o liándola ya que dice que era bastante travieso y tenía mucha energía. En este caso el practicar deporte le ha servido como una vía de escape para dar salida a toda esa energía. Lo que más le gustaba era las competiciones de cros ya que como corría mucho por el monte muchas veces solía competir contra más mayores y a muchos de ellos les adelantaba.

Tiene buenos recuerdos en general de todas las prácticas deportivas que hacía cuando era pequeño.

- **Entrevista:**

Entrevistador: Vale pues empezamos. ¿Prácticas actualmente o has practicado algún deporte cuando eras más joven?

Padre no judoka 2: Si.

Entrevistador: ¿Qué deportes?

Padre no judoka 2: Fútbol, pelota mano, frontón, fútbol sala, cross...

Entrevistador: Ostras, pues has hecho un montón de deportes. ¿Y has competido en estos deportes?

Padre no judoka 2: Si, en fútbol y en cross. Y en cross era muy bueno, me ponían con los de FP y la ostia.

Entrevistador: ¿Y con qué edad?

Padre no judoka 2: Pues de los 11 a los 15 años.

Entrevistador: De acuerdo. ¿Y te ves a ti mismo haciendo el deporte que hace tu hija? ¿Te ves a ti mismo haciendo judo?

Padre no judoka 2: Pues me encantaría.

Entrevistador ¿Sí?

Padre no judoka 2: Si

Entrevistador: ¿Y por qué no comienzas?

Padre no judoka 2: No tengo los huesos ya para esas ostias jeje. Tengo los huesos muy castigados para eso.

Entrevistador: Jajaja ¿Osea que por salud? ¿Por edad? ¿Por qué dirías que no?

Padre no judoka 2: Eee puff, me tendría que poner primero muy enforma, mucho jaja.

Entrevistador: ¿Osea consideras que para hacer judo tienes que estar físicamente en forma?

Padre no judoka 2: Hombre un poquito si y yo ahora mismo no lo estoy.

Entrevistador: ¿Hay algún familiar que haga judo aparte de tu hija?

Padre no judoka 2: Que yo recuerde no.

Entrevistador: Y si tu no practicabas judo, ¿por qué tu hija comenzó a hacer judo?

Padre no judoka 2: Joe, pues porque a mí siempre me gusto, yo siempre quise hacer algún arte marcial. Y el tener una hija pues como que tenía que hacer un deporte, ¿estaba claro no? Yo quería que hiciese algún deporte y me decante por el judo porque aparte de que ella se va a sentir integrada en un grupo, en un equipo que lo necesitamos todos a esas edades. El deporte estaba ahí y bueno, la podría servir para ella poder salir de situaciones un poquito más delicadas. Según están las cosas hoy no viene mal....

Entrevistador: ¿El saber defenderse?

Padre no judoka 2: Si.

Entrevistador: Y el que empezase a hacer judo al principio ¿de quién fue decisión? ¿Fue propia de ella, o vuestra?

Padre no judoka 2: No, yo la empuje un poquito jeje.

Entrevistador: La empujaste... ¿Ella no quería?

Padre no judoka 2: No. Bueno no quería, quería hacer gimnasia rítmica, pero claro ella no tenía, su cuerpo no estaba hecho para hacer gimnasia rítmica yo creo. Además, es que considerábamos que igual era un poquito torpe para hacer gimnasia rítmica. No sabía, yo creo que no sabía ni darse la voltereta y tampoco queríamos que tuviera una mala experiencia. Y no sé cómo se nos plantó el judo en las narices y dije buf aquí sí.

Entrevistador: ¿La veías mas luchando que haciendo un deporte artístico?

Padre no judoka 2: Si, sí. Tuve que convencerla. Y bueno, tampoco me costó mucho eee. Ella misma ya vio que, que gimnasia rítmica... quería ir porque estaban sus amigas de clase, pero realmente tampoco peleo mucho por decir no, no, yo quiero gimnasia rítmica. Y no me arrepiento de haberla metido en judo para nada.

Entrevistador: Hombre ¿actualmente a que grado ha llegado en judo?

Padre no judoka 2: primer dan, osea cinturón negro primer dan tiene ya. Y árbitra y entrena o intenta enseñar a chiquillos. Vamos yo estoy encantado.

Entrevistador: ¿Así que está metida en la enseñanza también?

Padre no judoka 2: Si.

Entrevistador: En cuanto al entorno del club. ¿Qué te parece los compañeros que tiene tu hija en el club?

Padre no judoka 2: Pues que te voy a decir, comparado con los que podría tener en la calle jeje, encantado de la vida.

Entrevistador: Osea que prefieres que tenga un grupo de amigos sano ¿quieres decir?

Padre no judoka 2: Un grupo de amigos en el ámbito del deporte si. Hombre, todos el alcohol el fumar, casi que les es inevitable a muchos aunque hagan deporte o lo que hagan. Pero bueno, siempre son más moderados los que realizan deporte o el rato en el que están practicando deporte es ese rato que quitan de estar en la calle fumando y bebiendo, por ejemplo, pasando frío o haciendo cualquier cosa.

Entrevistador: ¿Crees que hay buen ambiente en el gimnasio?

Padre no judoka 2: Yo creo que sí, yo a ella la veo agusto. Si, siempre la he visto. Hombre ha habido temporadas que como que la costaba y tal, pero bueno yo la he sabido empujar.

Entrevistador: ¿Qué opinas de la entrenadora de judo?

Padre no judoka 2: Encantados con ella. Siempre lo hemos dicho. Gracias a ella que mi hija está ahí en judo y sigue haciendo judo.

Entrevistador: ¿Cuántos años lleva tu hija en judo?

Padre no judoka 2: Joe pues habría que hacer cuentas... lleva desde que empezó. Empezó con 7, 8, 9. No te sabría decir, pero de muy pequeña y ahora tiene 21 años.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto a las preferencias, ¿qué es la parte que a ti más te gusta de que tu hija haga judo?

Padre no judoka 2: Mis preferencias, ¿de qué? ¿Lo que más me gusta de que ella haga judo?

Entrevistador: Si.

Padre no judoka 2: Pues el deporte que le sienta bien a todo el mundo. Esta guapa, esta fuerte, le ayuda a estar centrada en sus estudios que es una maravilla y yo que se... que me va a gustar, todo me gusta.

Entrevistador: Por otra parte. ¿Cuál sería la parte que menos te gusta que tu hija haga judo?

Padre no judoka 2: Pues que ya no puedo con ella jajaja

Entrevistador: jajajaja

Padre no judoka 2: Bueno enserio la verdad no sé. Bueno, teniendo las dos lesiones que ha tenido en la rodilla, sí que me da un poco más de respeto el judo. Pero bueno, por mí que siga haciendo judo muchos más años.

Entrevistador: ¿Y cómo ves que tu hija compita o haga competiciones de judo?

Padre no judoka 2: Puff, al principio nos costó mucho.

Entrevistador: Al principio, ¿con cuántos años?

Padre no judoka 2: Pues en cadete y así. En infantil y así bueno, todavía pues como que demasiado daño no se podía hacer y tal, pero una vez que paso ya a cadete y ya para adelante, como que veías unos combates duros que eran ya peleas en condiciones y que se podían hacer daño vamos.

Pero luego, después lo he visto bien porque ella quería y quería hacerlo entonces bueno, pues hay que apoyarla. Pero si, siempre nos ha parecido, bueno yo por lo menos he sufrido.

Entrevistador: Osea, ¿tu preferirías que ella no compita? Estarías más tranquilo.

Padre no judoka 2: Pues sí, la verdad.

Entrevistador: ¿Diríamos que sufres viendo la competición?

Padre no judoka 2: No, sufrir no. No es sufrimiento. Es, un poco, no sé.

Entrevistador: ¿Qué sentimientos tienes cuando estás viendo a tu hija en un combate?

Padre no judoka 2: Pues me duelen los agarres y todo igual que a ella en el tatami. Me pongo en bastante tensión y hay veces que si ella hace fuerza empujo con ella y la ostia. Pero bueno, la verdad es que me gusta ir y verla. Y bueno, ahora ya no va a competir por la lesión.

Entrevistador: ¿Pero te ha gustado que compita?

Padre no judoka 2: Si me ha gustado mucho y estoy encantado de que siga haciendo y si puede enseñar judo que enseñe y que siga en ese mundo que no la ha ido mal pienso yo.

Entrevistador: Por otro lado, ¿cómo verías que tu hija tuviera que bajar muchos kilos para hacer una competición?

Padre no judoka 2: Yo no la animo.

Entrevistador: No la animas, ¿por qué?

Padre no judoka 2: Pues porque ella es así, y ella esta sana y esta fuerte.

Entrevistador: Osea que el tema de controlar la comida, al nivel al que esta ella, no crees que sea algo que tenga que hacer no. Pasar hambre o dejar de comer o cosas así.

Padre no judoka 2: Hombre, una dieta sana y equilibrada es fundamental no, para un deportista que compite y va a seguir compitiendo y tal. Pero bueno, nunca la hemos privado de nada de comida y no sé nunca ha sido un problema el peso en su caso. Ella siempre se ha sentido bien.

Entrevistador: ¿Y nunca ha tenido que hacer algún esfuerzo por dar el peso?

Padre no judoka 2: Si, alguna vez igual si.

Entrevistador: Y eso ¿cómo lo habéis vivido?

Padre no judoka 2: Va bien. Tampoco ha sido cosa de decir, “buff.... que mal lo estamos pasando en casa porque esta no puede comer o no quiere comer” Ella siempre ha sido muy responsable para ella misma.

Entrevistador: dime los riesgos que asocias a la práctica de judo

Padre no judoka 2:Puff....

Entrevistador: los que se te vengan a la cabeza

Padre no judoka 2: Lesiones eeeee, lesiones y..... lesiones jajaj

Entrevistador: jajaja ¿sólo lesiones?

Padre no judoka 2: Lesiones si, que otro... no sé.

Entrevistador: ¿No ves ningún otro riesgo relacionado con la frustración o con aspectos psicológicos?

Padre no judoka 2: Bueno, pero eso ya.... Eso.... Cuando formas parte de un grupo, de un equipo, de un gimnasio o de un grupo, eso la misma gente te ayuda a sobrellevarlo yo pienso. ¿Frustración? Bueno todos nos hemos enrabietado alguna vez porque hemos perdido, pero yo creo que va dentro del deportista o sea.

Entrevistador: Y tu ¿crees que es lo mismo perder un partido de fútbol que pierde todo el equipo o perder un campeonato de judo por ejemplo en el que sólo has perdido tu y te han dado una paliza a ti?

Padre no judoka 2: Yo creo que tiene que ser más duro cuando se pierde en equipo que cuando se pierde uno mismo. Porque uno mismo bueno, se lo puede tragar, comer y decir pues bueno, he ganado o he perdido pues a tomar por culo, las consecuencias son más y yo las sufro. Pero si por ejemplo tu estas en un equipo de once y esos once pierden porque tu la has cagado, es un poquito más diferente pienso.

Entrevistador: ¿Osea que principalmente de riesgos las lesiones?

Padre no judoka 2: Yo creo que, sí que es lo único que, a mí, lo considero un riesgo. Después en lo mental y los psicológico no lo veo.

Entrevistador: ¿Y en aspectos con la alimentación? ¿Tú crees que hay riesgo al ser un deporte en el que se compite por peso?

Padre no judoka 2: Bueno si, quizás haya ese riesgo, pero yo creo que para eso hay un entrenador que es la figura que tiene que decirle al deportista hasta donde puede, como puede seguir o como no. El entrenador debe de decir si vas a llegar si no, o frenarte y decirte que no lo intentes si pones en riesgo tu salud.

Entrevistador: Osea que, ¿tú crees que el entrenador es el que debería marcar la categoría de peso de cada uno?

Padre no judoka 2: Si y es muy importante. El entrenador es el que a la hora de competir decide meter a un chaval en un tatami con otra persona. Si el entrenador no ve bien que esa persona este ahí en ese tatami, no debe de ponerlo. Y si debe de bajar a una persona de categoría o eso, eso ya es decisión suya y claro, con el equipo de nutrición o con expertos de lo que sea.

Entrevistador: Vale, me has dicho el riesgo de las lesiones. Ahora beneficios. Dime los beneficios que asocias al judo.

Padre no judoka 2: Bua beneficios.

Entrevistador: Si, dime los primeros que se te vengan a la cabeza.

Padre no judoka 2: Beneficios eee, felicidad, no sé, menos cabreo, liberas tensiones, más actitud en todo, más yo que se, hay muchos. Te ayuda en todo, a medirte a saber lo que puedes hacer lo que no.

Entrevistador: ¿Ves el judo como un deporte educativo?

Padre no judoka 2: Si

Entrevistador: ¿Por qué? ¿Sabrías decirme?

Padre no judoka 2: Joe pues porque judo también es respetar al contrincante, ayudar al compañero. Enseñan a formar parte de un todo, son muchos y tienen muchos valores.

Entrevistador: ¿Osea que ves el judo como un deporte respetuoso?

Padre no judoka 2: Si y eso me encanta.

Entrevistador: ¿Por qué motivos crees que tu hija algún día dejaría de hacer judo?

Padre no judoka 2: Uff, pues porque, no tendría niños a los que enseñar o porque el club no seguiría impartiendo judo, que se cayese el club y se acabase el judo en vitoria. Pero yo no creo, no sé, no creo que ella lo dejase. Es que no la veo a mi hija sin hacer judo o estar metida en el judo.

Hombre, la salud, por ejemplo. Si la salud no se lo permite desde luego que vamos no haría judo. Pero si tiene salud y todo, esta tiene judo para rato.

Entrevistador: Vale. ¿Y tú crees que a tu hija el judo le aporta algún beneficio distinto que el beneficio que le podría aportar cualquier otro deporte? Osea aparte de estar bien físicamente hay algún otro beneficio a nivel emocional o así.

Padre no judoka 2: Pues no sé, pero yo creo que el judo a mi hija la ha aportado confianza.

Entrevistador: ¿Y tú crees que es por ser un deporte de lucha?

Padre no judoka 2: Si porque es un deporte en el que estás tú, estas tu sólo y tu sólo te enfrentas a lo que se viene. Estas tu sólo y tienes que pelear. Y tienes que pues no se controlar muchas.... emociones o ¿perdón cuál era la pregunta?

Entrevistador: La pregunta era que si tú crees que a tu hija le aporta algo positivo el judo más allá de hacer un simple deporte.

Padre no judoka 2: Confianza en ella le aporta.

Entrevistador: ¿Y tú crees que otro deporte no le aportaría la misma confianza?

Padre no judoka 2: Si, si cualquier otro deporte yo creo que le aportaría la misma confianza. Tanto si es de grupo como si es individual. Cualquier deporte, yo creo que le da confianza a uno mismo de saber hasta dónde puede llegar y le da a su mente y a su cuerpo ese conocimiento no sé.

Entrevistador: Después de las 2 lesiones que me has dicho que ha tenido en la rodilla, ¿qué motivaciones crees que tiene tu hija para seguir haciendo judo?

Padre no judoka 2: Puf, pues el novio y los chiquillos a los que enseña judo. Y bueno que le gusta seguir estando en ese entorno no.

Entrevistador: ¿El novio también hace judo?

Padre no judoka 2: Si, es un máquina.

Entrevistador: ¿Y tú crees que eso influye en que ella siga haciendo judo?

Padre no judoka 2: Hombre no es decisivo, pero si que le ayuda a seguir queriendo estar ahí. Pero bueno, yo creo que a ella lo que le gusta es estar ahí en el gimnasio, con ese ambiente, los compañeros, la enseñanza.

Entrevistador: ¿La enseñanza entonces le gusta mucho?

Padre no judoka 2: Si, mucho. Y lo debe de disfrutar mucho porque no para.

Entrevistador: ¿Hay algún objetivo que te gustaría que tu hija consiguiera en judo?

Padre no judoka 2: Lo que ha conseguido ya es mucho. Hasta donde a llegado en este deporte yo creo que bien orgullosa puede estar. Y si sigue haciendo judo, a mí personalmente me gustaría. Y yo creo que a ella le iba a venir bien también seguir en el judo y poder enseñar y vamos me encantaría.

Entrevistador: ¿Entonces tu estas orgulloso de ver hasta donde ha llegado tu hija en este deporte?

Padre no judoka 2: Si, la verdad es que si bastante, bueno mucho, estoy muy orgulloso.

Entrevistador: Que bien, me alegro, que bonito.

Entrevistador: En cuanto a la perspectiva de género. ¿Tú ves el judo como un deporte “más apropiado para los chicos” por ser un deporte de lucha?

Padre no judoka 2: Que va, yo he visto combates que madre mía, increíble lo que hacen. Si, sí, sí. El judo es para todo el mundo.

Entrevistador: ¿Y tú crees que todo el mundo lo ve como tú? ¿Tú crees que todo el mundo ve igual que las chicas hagan judo a que lo hagan los chicos?

Padre no judoka 2: Yo creo que, bueno no sé, tampoco he oído ningún comentario así al respecto dentro de lo que es el mundo del judo. No he oído nunca nada de eso en competiciones ni entre padres. Nunca he visto que se hayan hecho comparaciones entre chicos y chicas. Cada uno en su peso y en su modalidad hacen y se pueden ver combates de chicas tanto, igual o mejor que chicos y no hay ningún problema.

Entrevistador: Osea que no has visto nunca un ambiente machista dentro del judo.

Padre no judoka 2: Yo creo que no ee. Osea yo por lo menos no lo he percibido.

Entrevistador: Si si, si yo sólo quiero saber tu experiencia.

Padre no judoka 2: Pues yo personalmente nunca lo he percibido.

Entrevistador: Y en comparación con otros deportes, ¿tú crees que el judo puede ayudar en algo distinto a lo que puede ayudar pues por ejemplo baloncesto o cualquier otro deporte?

Padre no judoka 2: ¿A la persona en sí?

Entrevistador: Si, a la persona que lo hace.

Padre no judoka 2: Pues ya te he dicho que, confianza, ganarse ese respeto por respetar a los demás y si, eso es lo que yo creo que puede aportar distinto. Seguridad también y alevosía hacia los demás. Osea el respeto al otro y esos valores.

Entrevistador: ¿Y tú crees que esto es por ser un deporte de lucha?

Padre no judoka 2: No, en cualquier deporte se da esto.

Entrevistador: ¿Tú crees que hay el mismo respeto en el fútbol por ejemplo que en el judo?

Padre no judoka 2: Hombre en todos los deportes hay algún tonto o alguien que llame la atención, pero vamos, que lo normal suele ser que si estas en el campo jugando, en

el campo se queda y ya está, no va a más. Igual que en el tatami, joe si haces una acción que hace daño pues joe o si haces una guarra, pues bueno, te sales del tatami y saludas y respetas y se acabó sin seguir haciendo una bola y ya está.

Entrevistador: Osea que ¿tú crees que todos los deportes aportan algo positivo? ¿No diferenciarías el judo de ningún otro deporte no?

Padre no judoka 2: Si, yo creo que todos. Cualquier deporte a la persona a quien lo práctica le aporta siempre algo para él, algo positivo.

Entrevistador: De acuerdo, pues eso sería todo.

Padre no judoka 2: A pues muchas gracias, ya me ha gustado la entrevista.

Entrevistador: ¿Sí? Pues ya me alegro. Gracias a ti por participar.

8º ENTREVISTA: MADRE JUDOKA 2 (5-12-2023)

- **Metadatos:** Mujer de 35 años con una hija judoka de 14 años cinturón azul. En su familia tienen mucha relación con las artes marciales por parte de su marido.
- **Anotaciones post- entrevista:** -
- **Entrevista:**

Entrevistador: ¿Por qué haces judo o hiciste judo y qué dirías que te aporta?

Madre judoka 2: Bueno empecé a hacer judo porque apunté a mi hija a clases. Siempre me había llamado la atención desde pequeña, pero por una cosa o la otra mis padres no me dejaban apuntarme y de mayor tome la decisión de hacerlo porque me parece que es algo aparte de divertido, es algo que te aporta una filosofía de vida. Y a mí me aporta eso, me aporta tranquilidad y me aporta tener un punto de huida o me sirve como vía de escape.

Entrevistador: ¿Has practicado algún otro deporte?

Madre judoka 2: Si, sí. He practicado deportes, pero en plan de gimnasios y tal pero sin estar federada. Y por mi cuenta he realizado patinaje, hípica y algún otro deporte así.

Entrevistador: Y si has hecho tantos deportes ¿por qué te decantaste por empezar a hacer judo?

Madre judoka 2: Porque es que siempre me ha llamado la atención. Me parece pues sí, no te podría decir algo específico, pero siempre me ha llamado la atención judo. De pequeña me querían apuntar a gimnasia rítmica en el colegio y me quería fichar la federación de gimnasia porque tengo mucha flexibilidad. Yo prefería judo o algún deporte de lucha pero, mi madre no quería porque siempre decía que como era muy burra me iba a partir algo, así que al final de mayor he dicho, “ya no me puede decir que no” jajaja.

Entrevistador: ¿Y a qué grado has llegado en judo?

Madre judoka 2: Cinturón marrón.

Entrevistador: ¿Y tu hija a que cinturón ha llegado en judo?

Madre judoka 2: Está en color azul.

Entrevistador: Y que tu hija comenzase a hacer judo al principio, ¿de quién fue la decisión, fue propia tuya o fue de ella?

Madre judoka 2: Fue un poco de ambas. Porque a mi hija le pasa un poquito como a mí, era una niña que todas iban a gimnasia rítmica y demás en su clase e igual porque inconscientemente les hemos inculcado en casa o no sé el motivo, pero sí que a mi hija le llamaba más la atención el judo y al final pues la apuntamos.

Entrevistador: Has dicho que igual le habéis inculcado en casa. ¿En casa tenéis alguna relación con el judo o con las artes marciales?

Madre judoka 2: Si porque mi marido, bueno mi pareja que se llama Pedro, también hace artes marciales de otro tipo. Hace Ke Bu Kan, Budo Tai Jitsu, Jiu Jitsu, Boxeo...

Entrevistador: ¿Y tú crees que eso ha influido en que vosotros comencéis a hacer judo?

Madre judoka 2: Yo creo que ha influido, si y no. Porque yo siempre había querido hacer ese tipo de cosas y bueno, pues como que se me abrió la oportunidad en el camino. Mi hija ya tenía 4 años y podía apuntarle a deportes en el colegio y probé con judo. Vi como lo disfrutaba, conocí a la sensei, que es la maestra y dije ¿y porque no me apunto yo al club? Entonces me dijo la sensei que probase unos días en el gimnasio donde ella impartía clases. Me gusto y dije pues me quedo.

Entrevistador: ¿Y tú crees que si no habría sido por Pedro también habrías practicado judo?

Madre judoka 2: Yo creo que sí, porque era la espinita que tenía clavada.

Entrevistador: En cuanto al entorno del club, ¿qué te parecen los compañeros del club? Tus compañeros.

Madre judoka 2: Pues bastante buenos, osea bastante cercanos. Hay un círculo cercano entre compañeros y amistad. No me parecen juzgatorios quiero decir, es un ambiente por lo general sano. Obviamente cuanta más gente hay, pues siempre puede haber algún rife, pero eso pasa en la vida en general.

Entrevistador: ¿Y opinas lo mismo del grupo de tu hija? ¿Qué te parecen los compañeros que tiene tu hija en judo?

Madre judoka 2: Yo estoy encantadísima porque de hecho en ese ambiente sus mejores amigos allí los ha conocido. Su mejor amigo lo conoció haciendo judo. Y bueno, hasta su pareja la conoció haciendo judo jajaja. Osea, me parecen gente sanísima tanto mentalmente como su salud social por así decirlo.

Entrevistador: ¿Por lo que crees que hay buen ambiente en las clases?

Madre judoka 2: Si, hay buen ambiente en las clases, antes, durante y después yo creo.

Entrevistador: ¿Qué opinas acerca de la entrenadora?

Madre judoka 2: Es una entrenadora exigente muchas veces. Si que es severa, no tanto con los adultos, pienso que con ellos es más flexible y la considero más severa o más dura con los infantiles. Pero, también creo que es porque tiene la mentalidad de competición y la perfección y entonces les orienta no con la ternura, si no con la exigencia pues de un entrenador que forma a deportistas.

Entrevistador: ¿Qué opinas de los entrenamientos que se imparten? ¿Cómo están enfocados?

Madre judoka 2: Están bien porque entre semana se hacen más lo que son los randoris, que son los combates. Y me gusta mucho que haya algún día específico a la semana que es más técnico en el que no te machacas y lo que se busca es siempre aprender algo nuevo o corregir detalles en alguna técnica nueva.

Entrevistador: De acuerdo. Y en cuanto a preferencias tuyas. ¿Qué parte es la que más te gusta o mejor ves de que tu hija haga judo?

Madre judoka 2: Primero, el entorno de ella me parece maravilloso. Quiero decir, si allí va a entrenar, pero como la gente es muy sana, luego ella se queda con eso y eso le sirve para la vida. No sé cómo decirlo, absorbe digamos las buenas vibras o las cosas positivas de ahí y las extrapola a su vida habitual. Por ejemplo, puede ser el centrarse en algo y cuando quiere algo se pone esa meta. También, me he dado cuenta de que el judo le sirve mucho para el compañerismo. Tanto a ella como a todo el grupo le sirve. Entonces el ambiente me gusta mucho.

Entrevistador: ¿Osea que lo que más te gusta son las relaciones que se forman en el judo?

Madre judoka 2: Si, eso y que también le sirve luego a la hora de la verdad para tener una defensa quiero decir.

Entrevistador: ¿Eso lo consideras importante además siendo una chica?

Madre judoka 2: Si, sí. Yo considero muy importante que se pueda defender obviamente, pues hombre, pues ojalá que no pase nunca nada. Y quiero pensar que no se bloquearía porque luego en esa situación es más complicado. Pero sí que considero que el judo te da cierta soltura por lo menos a no quedarte bloqueado ante un ataque o una agresión. No sé si ella sería capaz de realizar una defensa, pero sí que creo que sabría actuar y mentalmente no se bloquearía tanto. Quiero decir, no es lo mismo que alguien que practica un deporte de lucha le vengán a atacar a que vengán a atacar a alguien que realiza gimnasia. Al final mi hija esta más acostumbrada a las peleas y creo que te achanta menos o te pillan menos por sorpresa estas situaciones.

Entrevistador: Vale, me has dicho un poco que es lo que más te gusta. Ahora, ¿sabrías decirme que es lo que menos te gusta de que tu hija haga judo?

Madre judoka 2: Lo que menos me gusta de que mi hija haga judo. Pues a la hora de las competiciones no me gusta, no dentro del equipo, si no contra otros equipos o algunos equipos la rivalidad que existe. Es una rivalidad que no me parece sana. No hay una rivalidad quizá tan fuerte como en otros deportes, pero sí que hay rivalidad y eso no me gusta. Obviamente lo de tener que estar como muy centrado en el peso y alargar un peso para poder llegar más fácil a un buen rendimiento. Aunque bueno eso creo que pasa en todos los deportes en los que se compite por peso.

Entrevistador: Si luego vamos a hablar de eso porque hay un apartado concreto sobre eso.

Entrevistador: ¿Y tú has competido alguna vez?

Madre judoka 2: No, no he competido nunca porque no ha coincidido, he estado trabajando siempre.

Entrevistador: ¿Y tu hija a competido en judo?

Madre judoka 2: Si, desde pequeñita. Empezó compitiendo con un campeonato que hacen los pequeños que se llama chupetín y hasta ahora.

Entrevistador: ¿Y cómo ves que ella compita?

Madre judoka 2: Pues, a mí me gusta, porque se la ve ilusionada cuando compite. Sobre todo, porque lo recibe con ilusión porque a ella lo que más le enamora de la competición es el hecho del campeonato, el apoyo que hay tanto previo como posterior al campeonato. Le gusta mucho ir a competir y notar el apoyo de los compañeros y que la animen y la digan “venga que tú puedes” aunque lo haga bien o lo haga mal. Pero ese apoyo y el después de la competición le gusta. Le gusta la piña que hay en el club que al acabar un campeonato lo han podido hacer bien o lo han podido hacer mal, pero se animan a seguir intentándolo en la siguiente competición.

Entrevistador: ¿Qué sientes cuando ves a tu hija competir? ¿Disfrutas, sufres? Igual un poco de las dos.....

Madre judoka 2: Un poco de las dos. Disfruto porque me encanta verla y me encanta verla a ella y ver a todos practicándolo, porque además me parece que es un deporte que además estéticamente es bonito, osea, me parece visualmente muy bonito. Y sufro, pero sufro no de mala manera, osea no sufro por lo que vaya a pasarle porque considero que un golpe te puedes dar o te puede pasar cualquier cosa, pero tampoco es lo más habitual que pase algo grave. Sufro por la tensión de verla a ella nerviosa, no me gusta verla nerviosa.

Entrenador: ¿Osea que los nervios de tu hija son lo que menos te gustan? ¿Te gustan menos los nervios que el combate?

Madre judoka 2: Si eso es, sufro más por los nervios que tiene ella al competir.

Entrevistador: Vale, respecto al tema del peso, una de las preguntas de la entrevista es cómo verías si tu hija tendría que realizar un esfuerzo o un gran sacrificio para bajar a una determinada categoría de peso para competir. ¿Cómo lo verías como madre?

Madre judoka 2: Yo si mi hija tendría un peso excesivo no lo vería mal.

Entrevistador: Hombre claro, depende de la persona, porque claro, una persona que pesa mucho para bajar 2 o 3 kilos quizás no es demasiado, pero si ya de por si es una persona delgada es distinto. ¿Cómo lo verías en caso de tu hija?

Madre judoka 2: En el caso de mi hija si le sobrasen algunos kilos y sería algo puntual estaría de acuerdo, pero si no es puntual entonces considero que no es el peso de mi hija y entonces no, no me gustaría tanto.

Entrevistador: ¿Osea que si tendría que mantener una temporada entera, que es un año, en estas edades de crecimiento, no lo verías bien?

Madre judoka 2: Claro, y es lo que estamos hablando, si mi hija tuviera un sobrepeso lo podría ver bien, pero en si no es así pues no lo veo bien. Pero bueno, si mi hija tuviera margen para bajar y no afectase a su salud tanto física como mental estoy de acuerdo en que baje, pero en el momento que afecte en algo hay ya no lo comparto.

Entrevistador: De acuerdo. ¿Y en el caso de tu hija concretamente?

Madre judoka 2: Pues en el caso de mi hija, ahora mismo está en un peso medio bajo. Está bien de salud, pero no me gustaría que perdiera peso porque no está en un percentil medio alto. Quiero decir, para su edad está en el peso más bajo, por lo tanto, no lo veo bien que baje más de peso.

Entrevistador: En cuanto a los beneficios y los riesgos de hacer judo, dime los riesgos que relacionas a la práctica de este deporte.

Madre judoka 2: Riesgos bueno, en cuanto a competición a un nivel ya alto o con gran exigencia, está el riesgo del estrés, el agobio, luego depende en que edades puede afectar también a los estudios, porque si estas con la cabeza sumergida en la competición corres el riesgo de descuidar los estudios. Aunque bueno, por otra parte, tienes el beneficio de tener en mente precisamente eso, la capacidad de sacrificio, que la obtienes con el sacrificio de las competiciones y lo puedes extrapolar a los estudios porque te da unas bases y te puede ayudar a organizarte.

Entrevistador: Sabrías decirme sólo los riesgos, así los primeros que se te vengan a la cabeza.

Madre judoka 2: Hombre, el primer riesgo que se me ocurriría obviamente son los riesgos físicos. Quiero decir, yo misma me he lesionado haciendo judo. Varias veces, además, pero tampoco les doy una importancia excesiva porque no me parece que sean riesgos letales. Si te puedes romper algo, pero bueno, hay más cosas.

Entrevistador: Consideras que hay otros riesgos más importantes que no son físicos.

Madre judoka 2: Si

Entrevistador: Por ejemplo, en otras entrevistas han salido riesgos también como la frustración y así.

Madre judoka 2: Claro los riesgos mentales. Yo creo que los físicos están, pero no los valoro igual. Quizá están en la misma línea de posibilidades de que te ocurran, pero sí que es cierto y me parecen más importantes o más graves a mi forma de ver los psicológicos. En cuanto a la frustración, porque si no saben gestionarla. Igual compiten y no lo hacen bien o lo hacen bien pero no les ha salido porque todos cometemos a veces errores y si no tienen madurada esa idea de que todos nos equivocamos pueden acabar frustrándose muchísimo y acabar pasándolo mal. Además, esto puede acabar siendo el pez que se muerde la cola y comenzar a decir, esto no me sale, no soy capaz y estar constantemente con esos pensamientos. La frustración sí que me parece un riesgo importante. Por otro lado, el estrés también es importante ya que en época de estudios el por ejemplo decir "bua tengo que sacar tiempo para entrenar porque tengo una competición, pero luego tengo que estudiar porque sigo teniendo igual que el resto 15 exámenes y no me da tiempo a todo" y esto te genera estrés.

Entrevistador: Y el tema de que sea un deporte en el que se compite por peso ¿lo ves como un riesgo o como un beneficio?

Madre judoka 2: No me parece ni un riesgo ni un beneficio. Me parece legítimo. Quiero decir, obviamente tiene las dos cosas. Tiene el riesgo de que como en todo, si te obcecas con el peso puede ser obsesivo y puedes pasarlo muy mal. Pero, también tiene el beneficio de que obviamente yo por ejemplo si compito con una persona que me saca dos cuerpos y medio, partiendo de que los dos tengamos la misma técnica no tendría nada que hacer. Si soy muy superior técnicamente podría compensar la diferencia de tamaño con mi técnica para superarle, pero partiendo de la base de estar igualados

técnicamente no tienes nada que hacer en judo contra una persona más pesada que tú. En segundo lugar, esa persona si tu le entras y por lo que sea te vence y se te cae encima alguien más pesado, el riesgo de lesión es muy alto. Por lo tanto, me parece bien que se compita por peso, me parece legítimo.

Entrevistador: Vale, hemos hablado de los riesgos. Sabrías decirme ahora que beneficios tiene.

Madre judoka 2: Si me parece que tiene también beneficios tanto psicológicos como físicos. La parte física al final hombre, es deporte y yo considero que todo lo que es deporte es bueno y a nivel de la salud va a ser bueno. Además, el judo es un deporte en el que no te oxidas utilizas todo el cuerpo, además para el corazón es bueno porque es un deporte muy explosivo, al final no estas mucho rato a una intensidad constante si no que estás haciendo constantemente picos de alta intensidad. Es como comparar la maratón con un sprint de 100 metros, el judo se asemeja más a los 100 metros en cuanto a que es un deporte explosivo. Luego también tienes que tener algo de fuerza y se trabaja la fuerza porque es así. Y también, en cuanto a los psicológico me gusta mucho porque también es muy mental. Si te sabes controlar el estado de ánimo en el que estás tú también se refleja mucho en judo porque se ve cuando estas mal. Y cuando estas mal se nota a la hora de hacer judo. A mi este deporte me parece super beneficioso a la hora de aprender a organizarte y aprender a frustrarte porque muchas veces como no nos ponemos en el caso de llegar a perder algo o demás, podemos llegar a frustrarnos y no saber ponerlo en práctica en la vida. Por ejemplo, si un negocio no te sale bien o tienes que esperar o lo que sea, si una persona no trabaja esas capacidades de autoaprendizaje, de gestión de la frustración, más que de frustración de capacidad de mejora, pues una persona que no ha trabajado eso se rinde enseguida. Pero yo creo que una persona que haya trabajado estos valores potencia su autoestima para que sea capaz de decir “no pasa nada” “yo sé hacerlo mejor” y siga intentándolo. Pues al final estos valores el día de mañana te dan la constancia para seguir adelante en los momentos difíciles y si no te ha salido bien el negocio te da la constancia para esperar y seguir intentando o las herramientas para mejorar el negocio y que este funcione.

Entrevistador: Por lo tanto, ¿dirías que el judo es un deporte educativo?

Madre judoka 2: Si sí, aparte de físico me parece un deporte super educativo.

Entrevistador: Vale. En cuanto a las motivaciones y las desmotivaciones. ¿Por qué motivos crees que tu dejarías de hacer judo?

Madre judoka 2: Hombre el primordial por el que creo que yo dejaría el judo sería por el trabajo, porque no me coincidieran los horarios para hacer judo y no pudiera ir.

Entrevistador: En cambio tu hija, ¿por qué motivos crees que dejaría la práctica de judo?

Madre judoka 2: Igual por agobio. Por agobio, pero no por el judo en sí, si no por agobio de que esta ahora mismo en una edad con 14 años en la que hay muchos dilemas, muchos auto dilemas con ella misma, mucho estrés, esta en un curso en el que le exigen más, además esta en un colegio trilingüe en el que cuesta un poquito más y yo creo que sería por eso, por no poder con todo.

Entrevistador: ¿Por qué motivos crees que tu hija sigue haciendo judo?

Madre judoka 2: Porque a pesar de que muchas veces se sienta como agotada o mentalmente muy cansada me refiero.... Sí que es cierto que alguna vez no ha ido de forma tan asidua a entrenar por el cumulo de todo, y luego cuando ha vuelto siempre ha dicho “joo he ido y hemos hecho no se qué, y me lo he pasado super bien y tal” y eso como que le engancha. Es algo que lo tiene como impregnado ella, aunque este un tiempo sin ir cuando va disfruta de ello.

Entrevistador: ¿Y cuales crees que son sus motivaciones aparte de que le gusta la actividad?

Madre judoka 2: Para ir a judo sus motivaciones son las compañías. Los compañeros que tiene.

Entrevistador: ¿Crees que el judo le aporta beneficios más allá del simple hecho de practicar un deporte?

Madre judoka 2: Si, sí, sí. Moralmente yo cuando la veo que esta un poco mas “plof” el judo le sirve como forma de desconexión muchas veces. A pesar de lo que estamos hablando antes de que te lo puedes tomar con demasiada presión de tengo que hacer y tengo que hacer y tengo que competir, el judo también sirve para decir, necesito desconectar o descargar tensiones y va allí “se revienta” por así decirlo, descarga ahí toda la energía y desconecta completamente de sus preocupaciones y luego llega a casa como rehecha, como una persona nueva.

Entrevistador: ¿Hay algún objetivo que te gustaría que ella alcanzase dentro del judo?

Madre judoka 2: El objetivo es que ella este cómoda. No hay en cuanto a posiciones o resultados ninguno, me da igual realmente. Osea yo realmente solo quiero que ella este cómoda, que ella disfrute de este deporte y que cuando lo haga lo haga bien. Y cuando digo que lo haga bien no lo digo en el sentido de que sea la mejor si no en el sentido de que le ponga las ganas y la actitud, es decir, que vaya con la intención de hacerlo bien.

Entrevistador: Vale. En cuanto a la perspectiva de género, ¿tú crees que es un deporte mas apropiado para los chicos por ser un deporte de lucha?

Madre judoka 2: ¡No! Jajaja. Te contesto muy rápido porque considero que no hay sexo para el judo. Osea de hecho mi sensei es mujer. Tengo compañeras judokas que son muy buenas y podrían darles mil vueltas a muchos chicos y no tienen nada que envidiarles. Además, tiene el plus que nos viene bien por lo que hemos dicho un poco antes, de que nos sirve un poco como defensa, porque a lo mejor no te hace falta porque no se da ninguna situación, pero te ayuda a perder el miedo y a tener más confianza en ti misma. Una confianza que muchas veces igual se pierde por culpa de los estigmas de la sociedad como el que tu has nombrado de que los deportes de lucha son más apropiados para los hombres. Yo creo que el judo es un ejemplo para demostrar que eso no es así.

Pero bueno, tú generalmente preguntas a cualquiera que deporte hacen y te cuentan y no pasa nada, pero cuando una chica te dice que hace judo la gente se extraña y te lo preguntan dos veces como “¿ah, tú haces judo”? y eso es algo propio de una mentalidad más anticuada. Pero yo creo que tanto a hombres como a mujeres es un deporte que les viene genial. Lo primero por ser un deporte y luego porque, aunque sea un deporte individual si que hay todo un equipo y hay mucho apoyo detrás. Es un deporte que une mucho.

Entrevistador: Vale, me ha quedado claro que tú no lo ves como un deporte más de hombres, pero, ¿crees que todo el mundo piensa igual que tú?

Madre judoka 2: No, no. No porque yo con la edad de mi hija quizás a la gente no le sorprendería tanto lo de hace judo. Porque lo visualizan un poco como que es una niña lo hace en el cole y que haga de todo. Pero cuando ya es una chica adulta la que hace este deporte ya se ve distinto.

Entrevistador: ¿Osea que tu crees que se sigue viendo raro a día de hoy que una mujer haga judo?

Madre judoka 2: Si, sí. Porque yo alguna vez cuando estoy hablando con gente de que mi hija hace judo no dicen nada, pero si sale al tema que yo también lo hago, lo que te he dicho, se extrañan y dicen “¿ah, tú también haces?”. Sin embargo, igual mi pareja dice yo hago boxeo o lo que sea y dicen: ah qué bien no sé qué. Como que lo tienen más interiorizado, como que las luchas son de chicos. A ver a mi nunca me han dicho “que raro” sólo faltaba eso, pero si que se extrañan más en cambio con un chico es diferente no se extrañan así.

Entrevistador: ¿Osea que esta peor visto que tu hagas artes marciales a que las haga tu marido por ejemplo?

Madre judoka 2: No sé si está peor visto, pero sí que sé que no está visto. Por que he tenido yo esa experiencia y se extrañan. Y decir algo de eso de que hace lucha mi marido y muy bien, decir yo que hago judo y decirme la gente “uf pues te vas a romper algo eh” y comentarios así. Y yo digo jooe, estamos en la misma conversación con la misma gente, los dos al lado, a los dos nos gustan los deportes de lucha y yo me rompo algo, pero el no, ¿osea cómo va? no lo entiendo. Los dos somos personas de carne y hueso. No es que la gente diga directamente que no es apropiado para las chicas los deportes de judo, pero por ejemplo mi madre me quería apuntar a gimnasia rítmica en vez de a judo de pequeña y al final este deporte también es lesivo, también es exigente con el tema de los pesos que hemos hablado antes. Osea quiero decir, también tiene una gran lista de riesgos tanto físicos como psicológicos o relacionados con el peso, pero parece ser que para las chicas socialmente este mejor visto. Y mi madre también me decía a mí que por bruta que en judo me iba a romper algo, pero luego conocíamos a chicos que estaban en judo y jamás les dijo que se iban a romper algo.

Entrevistador: ¿Osea que crees que queda mucho por cambiar todavía en ese sentido?

Madre judoka 2: Si, osea hemos mejorado, menos mal. Repito, menos mal. Pero sigue habiendo sobre todo en gente adulta, porque yo no me considero mayor, pero en gente adulta que haga judo, o que gente con mi edad haga judo todavía hay gente que te mira dos veces o te dicen “uui que machorra” o comentarios así que no entiendo. ¿machorra por qué? ¿Por qué es de machos? ¿Por qué tiene que ser así? Es absurdo, el judo es para todos.

Entrevistador: Vale. En cuanto al judo y otros deportes. ¿Crees que el judo ayuda en algo distinto a lo que puede ayudar por ejemplo el fútbol u otros deportes?

Madre judoka 2: Hombre para mí sí, por eso es el deporte que he elegido jajaja... Quiero decir....

Entrevistador: ¿Y en que crees que lo diferencia por ejemplo del fútbol?

Madre judoka 2: Hombre a mí, por ejemplo, si me pones el ejemplo de fútbol no hay comparación a nivel de valores. Yo me quedo con el judo. El fútbol sí será un deporte grupal y que uno al equipo hacen piña, pero mira como esta en estos momentos a la orden del día, todas estas noticias que han salido de padres que empiezan a gritar ahí a los críos y a increparles cuando fallan o a dar órdenes como si fueran entrenadores, porque están en un partido y lo único que hacen es meterles presión como “lelos” y no dejarles disfrutar, como si se estuvieran jugando ahí la vida. El deporte es una oportunidad de hacer piña, pero no de increpar a los deportistas y hay que cuidar las formas y en el fútbol muchas veces no es así. En el judo tú compites tú, pero detrás tuyo hay un equipo apoyándote.

Entrevistador: ¿Pero eso en el fútbol también ocurre no? ¿Detrás de ti siempre está el equipo apoyándote no?

Madre judoka 2: Sí, sí que ocurre pero también considero que tiene una competición más insana entre ellos, porque si uno falla se pueden echar las culpas entre ellos. Yo te hablo desde mi experiencia cercana. Yo he ido a ver partidos de fútbol y los comentarios que oigo incluso a padres y eso, no suelen ser positivos, no suelen decir “mira ese es un máquina”, sino más bien “bua es que este hace faltas” “es que este equipo no vale para nada” o “el entrenador es un paquete no tiene ni idea”

En el judo en cambio, yo no sé si es por el origen de donde viene el judo, cuando tú oyes hablar a los judokas siempre escuchas comentarios como ala que habilidoso es ese, o ese es un máquina o ese flojea más en este aspecto, pero siempre son comentarios ya sean positivos o negativos, son más respetuosos. En el judo yo creo que hay más respeto.

Entrevistador: ¿Puede ser porque sea un deporte que esté menos contaminado?

Madre judoka 2: Muy, muy seguramente sea porque esté menos contaminado. El fútbol está tan expandido y está tan abierto, es tan habitual que la gente haga fútbol que al final es más fácil que ocurra esto. Es más habitual que tengas 10 primero en fútbol y alguno hace de casualidad artes marciales. Dentro de las artes marciales igual en la iniciación hay un gran porcentaje que hace karate porque hay modalidades en karate

que se hacen sin contacto entonces quizás esto muchas personas lo vean como algo más seguro para que sus hijos no se peleen, aunque yo personalmente no le veo mucho sentido. La gracia de un arte marcial yo creo que es que haya contacto, pero por encima de todo respeto y los valores de ese deporte. Quizás el futbol al ser el deporte que más expuesto esta, pues recibe de todo, habrá deportistas y seguidores muy respetuosos, pero hay otro gran numero que no lo son.

Entrevistador: ¿Tu crees que el judo es más respetuoso en parte por ser un arte marcial?

Madre judoka 2: Si, si porque en las artes marciales se trabajan mucho el respeto.

Entrevistador: ¿Y qué diferencias ves entre el judo y el kick boxing u otras disciplinas?

Madre judoka 2: Hombre son disciplinas completamente diferentes. El judo siempre parte como de, no sé, tiene un fondo como un poco más de respeto sabes.

Entrevistador: Pregunto por diferencias a nivel de valores y demás. ¿Por qué por ejemplo a tu hija la has apuntado a judo y no a otro arte marcial? Cuando, además conoces otros artes marciales por tu marido.

Madre judoka 2: Si, pero precisamente por eso, por el respeto. El Ke Bu Kan por ejemplo tiene también mucho respeto porque es un deporte muy tradicional, muy clásico y tienen unos rituales de saludar mucho a los compañeros, el gimnasio, el entrenador. Tienen unos rituales que te enseñan un poco ese respeto y tener esa educación de otras, si yo al principio de la clase me tengo que arrodillar y saludar al principio de la clase, partes ya de la premisa de que respetas a tu entrenador y el te respeta a ti porque también se arrodilla enfrente tuyo para saludarte. En cambio, hay otras artes marciales o otros deportes de contacto que no lo hacen. Entonces, veo más macarrismo muchas veces que deporte en sí, dentro de deportes de contacto como el boxeo. En esos deportes veo actitud agresiva o intención de dañar al otro. Que esta genial el boxeo y me gusta mucho, pero muchas veces ves a dos competidores que se están diciendo que se van a partir la cara el uno al otro mientras que en judo están saludándose y mostrándose respeto.

Por eso conociendo distintos deportes de lucha y artes marciales lo que mas me puede aportar tanto a mi como a mi hija es el judo o algún arte marcial clásica donde este muy marcado los rituales y el respeto. Pero personalmente, como deporte y las técnicas que

se hacen me parecen mucho mas bonitas las técnicas de judo. Puede ser porque yo lo práctico, pero sí.

Entrevistador: Vale de acuerdo. Muchas gracias.

Madre judoka 2: Gracias a ti.

9º ENTREVISTA: MADRE NO JUDOKA 2 (6-12-2023)

- **Metadatos:** Mujer de 47 años muy deportista que practica running más de 6 horas a la semana. Tiene una hija judoka de 18 años cinturón negro 1º Dan y otra hija exjudoka dos años más pequeña que lo dejó con cinturón azul.

- **Anotaciones post- entrevista: -**

- **Entrevista:**

Entrevistador: ¿Prácticas o practicaste algún deporte cuando eras joven?

Madre no judoka 2: Si señor, practique atletismo. Empecé de manera hobby total absoluto y sigue siendo un hobby, pero he tenido ya entrenadores y he hecho varias pruebas. He hecho pista, he hecho montaña, he hecho maratón, he hecho media maratón, he hecho un poco de todo, pero bueno. Bueno de todo, dentro del atletismo claro. Pero empecé tarde.

Entrevistador: ¿Y actualmente sigues haciendo?

Madre no judoka 2: Sigo haciendo, pero ahora sí que es un hobby absoluto, es un disfrute total. Esto me ayuda personalmente porque es mi momento del día que me lo tomo para mí y luego físicamente me hace estar bien por lo que lo necesito realmente.

Entrevistador: ¿Te ves a ti misma haciendo judo igual que hace tu hija?

Madre no judoka 2: No. Me da muchísima envidia y cuando le veo o cuando os veo es que me encanta, pero no, no, no. No me veo para nada, que va que va.

Entrevistador: ¿Y por qué no te ves?

Madre no judoka 2: ¿Por qué no me veo? Buena pregunta. Pues porque es que me parece claro, teniendo en cuenta que mi deporte es completamente individual y estoy yo conmigo misma, enfrentarme a alguien, desde el respeto y lo que quieras, pero a mí, no sé, no me veo, me da miedo, no me veo capaz. No me parece nada fácil lo que hacéis. El hecho del contacto quizás sea lo que me da como más miedo.

Entrevistador: ¿Al algún familiar aparte de tu hija que haya hecho judo?

Madre no judoka 2: Mi otra hija. La pequeña.

Entrevistador: ¿Y tú crees que eso influye en que la mayor haya hecho judo?

Madre no judoka 2: No, al revés, probablemente la pequeña hizo judo porque la mayor hacía judo. Pero no. Y bueno, no se si me lo va a preguntar como comenzaron a hacer judo, pero si no te lo cuento.

Entrevistador: Si, sí cuéntame...

Madre no judoka 2: Bueno pues yo que soy fisioterapeuta, para mi era muy importante que no hicieran un solo gesto, que no se especializaran en un solo gesto de lanzar a canasta o golf o tenis, o.... no me gusta que desde tan pequeñas tengan esa especialización. Y coincidí en un curso con una pedagoga psicomotricista y me toco comer al lado suyo y le dije oye, que deporte, yo quiero que mis hijas hagan deporte, lo tenía clarísimo, era algo que mi marido y yo teníamos muy claro, que iban a hacer deporte. Y le pregunte que deporte podrían hacer de pequeños, porque ella compartía la misma opinión de que especializar a un niño desde tan pequeño en un gesto concreto es un error porque luego les sacas de ese deporte y les falta muchas habilidades o no saben hacer otra cosa que no sea ese deporte. Entonces ella que compartía esa opinión me dijo “Lo mejor las artes marciales” en principio cualquier arte marcial. En las artes marciales trabajan muchas cosas, para empezar el respeto por uno mismo, por el tatami, por el maestro, por el contrincante por todo, osea esto para la vida también va muy bien. Y luego para conocer tu cuerpo, tu físico hasta donde llega las artes marciales ayudan mucho y la verdad es que me convenció.

Y casualidad que había judo en la ikastola que si habría habido karate seguramente habría hecho karate, te quiero decir, la apuntamos a judo porque fue el que había porque yo no tenía ni idea, y de hecho después de tantos años sigo considerando que no tengo ni idea de judo, pero estoy encantada las cosas como son.

Entrevistador: Osea que al principio fue decisión vuestra el apuntarlas a judo, no fue decisión de ellas.

Madre no judoka 2: No de ellas, no. Ellas también siempre han sido muy proactivas, querían hacer algo y la verdad es que les proponías cualquier cosa y siempre te decían que sí. No era “ama quiero judo” no jamás me lo han pedido, jamás, bueno miento la

pequeña si que me lo pidió con 4 años y aún no se podía y ella decía “yo quiero judo como la tata”. Total, que como no podía hacer judo le apunte a taekwondo y fatal, osea menos mal que al año siguiente ya pudo entrar en judo, pero cuando le apunte a taekwondo madre mía, venía llorando. Esque era horrible. Porque fue a probar, probó, parece que le gusto y después fue un desastre... porque ella quería judo como su hermana, pero no se podía. Y pues taekwondo, y aún llorando yo eso si que lo tenía muy claro, si nos comprometemos a ir a algo hay que ir. Y si hemos pagado un mes, hay que ir ese mes, y la llevaba todos los días llorando.

Al año siguiente pudo empezar en judo y le encanto. También pienso que, como todo en esta vida, depende con quien te toque. Probablemente el monitor de taekwondo no acertó con ella y su monitor de judo, monitora en este caso, sí que acertó con ella.

Entrevistador: Actualmente, ¿a que grado, a que cinturón han llegado tus hijas?

Madre no judoka 2: Pues la mayor me lo se muy bien porque es cinturón negro primer dan pero la pequeña, yo diría que... no lo sé, azul- marrón, o azul.

Entrevistador: ¿La pequeña lo ha dejado?

Madre no judoka 2: Si con mucho dolor de mi corazón.

Entrevistador: ¿Sabrías decirme por qué motivos lo ha dejado?

Madre no judoka 2: Sí, creo saberlo vamos. La pequeña que se lo pasaba muy bien, es que encima no era tan mala, su entrenadora siempre decía que era mejor que la mayor, aunque yo siempre digo que eso se demuestra en el tatami. Pero bueno, yo realmente no lo he visto así. El caso es que la anterior entrenadora, ya decía que es muy buena, y luego su entrenadora actual decía lo mismo.

Que yo no digo lo contrario, no digo que sea mala, de hecho, cuando se retiró, se retiró triunfal ganando un campeonato de Euskadi y yendo a un campeonato de España. Y yo pensaba que ahí se iba a enganchar, pero como nos tocó la pandemia y toda esa época fue una pena. Porque ahí se enganchó y le gusto el judo porque vio una parte muy chula, el salir, el competir con otra gente, ir las dos juntas con su hermana solas a un hotel, a un campeonato.... Eso fue un disfrute para ellas y yo pensaba que se iba a enganchar.

Pero el porque lo dejó, pues porque yo creo que se sentía sola. Quiero decir, sola, en ese momento en judo no había un grupo demasiado grande de amigos suyos cercanos en el club. Estaba su hermana ya, pero estaba ella con otro grupo de más mayores,

entonces su hermana pequeña iba con un grupo de niñas que no conocía y encima las chicas, esto puede sonar sexista, pero las chicas lo han ido dejando, antes había más y lo iban dejando y quizás eso hizo que se vieran un poco solas. Todo esto mientras que a la vez entrenaban atletismo las dos, en atletismo la menor tenía un grupito, tenía unas amigas que de hecho son sus amigas, ahora cuando sale por ahí con alguien sale con las amigas de atletismo. Es porque tiene más piña con el grupo de atletismo, osea a coincido con un grupo, insisto en lo mismo, un grupo, un entrenador que funciona, que le encaja, entonces eso. A mí me dio mucha pena que lo dejará.

Entrevistador: En cuanto a la hija que hace judo. ¿Qué te parece el grupo de compañeros que tiene?

Madre no judoka 2: Muy bien. Osea ella va muy agusto, pienso que se siente arropada. Osea que si tiene un problema yo creo que es gente con la que ella puede contar y eso para ella es importante porque si no, con el carácter que tiene, ella lo tiene muy claro, el que no le suma le resta, entonces no va a ir a un sitio donde le reste, lo tiene muy claro. En ese sentido esta contenta, creo que se entiende muy bien con la entrenadora, los compañeros, quiero decir, para ella es importante, quiero decir, sí.

Entrevistador: ¿Dirías que hay buen ambiente en las clases de judo?

Madre no judoka 2: Si. Si, sí, no tengo ninguna duda. Es que ya te digo, si no sería así, no iría. Y a pesar de que su hermana le paso eso, no es la misma situación. Mi hija mayor ha tenido otro feeling con la gente, que mi hija menor no. Me habla de ellos, tiene como muy buen rollo con los compañeros y me cuenta cosas, jo pues “a una compañera le pasa esto” o “Otra compañera no ha venido porque no sé qué” quiero decir, me cuenta cosas porque le importa, le importa la gente. Y si te importa la gente es porque siente que es un grupo no.

Entrevistador: ¿Qué opinas de la entrenadora?

Madre no judoka 2: Mira la entrenadora es una bomba, la entrenadora es la leche. Quiero decir, pienso que es una mujer que ha tenido que sacarse las castañas en un mundo de hombres, porque era un mundo de hombres impepinablemente en su época, desde mi opinión desde la ignorancia del mundo del judo pero..... lo que veo es que es una mujer que se ha hecho un mundo, se a echado como se dice el mundo por montera o no se como se dice la expresión, pero bueno. Es decir, que ha tirado para adelante con el tema porque a ella le gustaba y le interesaba mucho, no se como sería ella en su época

de competición, pero ha día de hoy ella ha sido capaz de hacerse un hueco en el mundo. Y puede sonar insistido, sexista, pero era un mundo de hombres y la tía ahí estaba. Y de hecho cuando la ves en un campeonato de España a ella todo el mundo la conoce y la respeta y esto no es gratis, esto es por una trayectoria entonces me quito el sombrero.

Que contra le pondría, que pega le pondría, pues que a veces le fallan las formas. Quiero decir, le fallan las formas, me refiero a que sabe un montón, porque tiene una experiencia brutal y por lo que te digo, porque si vas a un sitio todo el mundo le respetan, en Madrid o en cualquier lado es conocida sabes. Osea creo que es una mujer que tiene voz en el mundo del judo a nivel incluso nacional, en la vasca por su puesto que lo tiene. Pero, en las formas a veces, a la hora de, no el contenido, si no como lo dice a los niños, a las niñas, los niños dicen “me va a echar la bronca” “se va a enfadar mogollón” creo que a veces igual podría decir lo mismo de otra manera. Ahora, también es verdad que igual no habría conseguido lo mismo. Yo no sé si el tipo de instrucción está relacionado con un tipo de psicología deportiva, no tengo ni idea porque eso se me escapa.

Pero, también creo que independientemente del grupo que tiene, ha hecho una gran labor con mucha gente y con muchos chavales hasta tal punto que a lo mejor la respetan más a ella que a sus propios padres. Ya sabes a que tipo de chavales me refiero.

En el club ha habido un perfil de chavales que la respetaban muchísimo, por algo será. Quiero decir, creo que es una mujer que impone, pero que a veces no mide a quien se lo está diciendo, que quizás haya personas que necesiten esa instrucción tan autoritaria y esa mano dura, y que hay personas que son más sentidas y sensibles y el como te dirijas a ellos les puede afectar. Pero por lo demás, osea es una mujer que me quito el sombrero. Porque además siempre intenta buscar soluciones y esto no lo hace cualquiera.

Entrevistador: Vale. En cuanto a tus preferencias ¿cuál es la parte que más te gusta de que tu hija haga judo? Actualmente, ya me has dicho que de niña era la lateralidad y trabajar todo el cuerpo, pero, actualmente.

Madre no judoka 2: Pues sí, me gusta trabajar todo el cuerpo, que conozca, que se conozca su cuerpo. Que afronte las situaciones.

Entrevistador: ¿Y qué es lo que más te gusta ahora mismo?

Madre no judoka 2: Lo que más me gusta ahora mismo... Pues pienso que le da seguridad. Le da potencia, le da seguridad. Es verdad que también es su carácter y cada uno tiene un carácter, pero lo que veo en el tatami es un poco lo que es ella y yo creo que eso también se lo ha dado el judo. Hay una personalidad que eso está claro, pero el cómo afrontas no, como afrontas a tu rival, como lees a tu rival. Creo que esto, es una cosa que se puede extrapolar a la vida. Creo que el judo le da herramientas para su vida y no me refiero a que se tenga que defender y tenga que dar un par de ostias a alguien, me refiero a una situación o un conflicto que surja, que el judo le da herramientas para afrontarlo, ir de cara y superarlo. No sé, me gusta que creo que le sirve para su vida cotidiana, pero no por el hecho violento de la pelea, si no como una herramienta que le da para afrontar una situación.

Entrevistador: ¿Y qué sería lo que menos te gusta de que tu hija haga judo?

Madre no judoka 2: Que sería lo que menos me gusta, lo que menos me gusta es la posibilidad de lesión, pero claro, es que esto lo tienen todos los deportes. Siempre que haces algo te arriesgas a eso. Pero si que creo que en el judo hay más riesgo por una mala caída, por ejemplo, o también hay mucho impacto, los impactos repetidos en la rodilla, alguna luxación, o sea las lesiones me dan miedo, pero bueno me dan miedo en el judo y en cualquier deporte.

Entrevistador: ¿Crees que es más probable lesionarse en judo que en otro deporte?

Madre no judoka 2: Pues no se si es más probable, pero bueno igual más boletos si que tenemos para eso, para una tener alguna luxación o alguna lesión de ese tipo. Pues porque es que, es que igual sí, pero no lo sé, tampoco estoy muy segura. Está claro que al que anda le pasa, eso es así. Lesiones pequeñas de un dedo o así, pues de los agarres es que es normal. Todos los deportes tienen su riesgo de lesión. En cambio, casi todos los deportes tienen una dominancia de un lado y en el judo no es así. Entonces en el judo es muy difícil que te lesiones por un gesto repetitivo de una dominancia, pero puedes tener una mala caída o un agarre mal o cualquier cosa que haga que te lesiones también. Claro, al final contamos no sólo con lo mío si no con lo que hace el otro, lo que hace tu rival también.

Entrevistador: ¿Cómo ves que tu hija compita?

Madre no judoka 2: Me encanta.

Entrevistador: ¿Lo disfrutas?

Madre no judoka 2: Si y lo sufro, pero me encanta, me encanta que compita.

**Entrevistador: ¿Qué sientes cuando ella está compitiendo? ¿Sabrías describirlo?
¿Miedo, felicidad?**

Madre no judoka 2: Si, siento es una mezcla de todo. Siento realmente, siento mucho orgullo, Me siento muy orgullosa pero no porque gane o por que pierda, simplemente por el hecho de que este ahí, de que afronte, ya me parece que eso es admirable. Lo que siento es orgullo de entrada, no porque gane o porque pierda, me siento orgullosa. No voy a decir que no sufra porque sufro, cuando la cogen o así yo me tengo que levantar de la silla porque estoy nerviosa y lo paso fatal. Pero bueno, creo que ella tiene la cabeza suficiente como para en cuanto le pillen una estrangulación o una luxación rendirse y se acabó. Pero bueno yo eso desde fuera cuando lo veo y la veo competir estoy orgullosa y digo mira esa es mi hija. Pero desde que va a salir al tatami, eso siento orgullo, paso miedo, paso alegría cuando gana, cuando la veo a ella contenta. A veces cuando pierde si pierde bien y está contenta con el combate y sale contenta yo también lo estoy. Quiero decir, me alegro con ella, me entristezco con ella, pero sobre todo siento orgullo de que este ahí compitiendo. Me gusta mucho sí, me encanta.

Entrevistador: ¿Cómo verías que tu hija tuviese que bajar bastante peso para entrar en una categoría de peso?

Madre no judoka 2: Pues mira, a priori no lo comparto, no me gusta. No me gusta porque mira, cuando, además es una cosa que la hable con la entrenadora en su momento. Cuando competía en infantil en 48kg, era buena, pero sin más a nivel autonómico, y gano el de Euskadi y fue al de España. Ese año de infantil la quisimos mantener en 48kg los dos años. El segundo año de infantil la mantuvimos en 48kg, pero con una dietista, porque a mí se me escapaba lo de como controlar la alimentación para no pesar más de 48kg y digo espérate que yo no quiero que a mi hija le falta nada. A ella le vino la regla y todo normal osea no hubo ningún problema a nivel hormonal y nunca llego a tener ningún déficit de nada. Seguimos un plan que la mantenía bastante bien en ese peso, y en principio comía de todo, pero no todas las cantidades que ella quería y se mantuvo bastante bien. Pero, yo la veía un poco agobiada y se mantuvo ese año, pero al año siguiente salto dos categorías de peso y subió a 57kg y a los 2 años ya se quedo en 63kg. Quiero decir, entonces, volviendo a tu pregunta, si tuviera que bajar mucho peso para competir en otra categoría a priori no lo veo. Ahora es mayor de edad y la decisión será suya y ella decidirá si llegase ese caso. Ella esta en su peso que son 63kg y lo supe desde

que se paso a ese peso. Es un peso en el que no tiene que hacer ningún esfuerzo para darlo ni para bajar a ese peso porque pesa 63kg normalmente. No le cuesta darlo ni tiene que dejar de comer ni nada, entonces como se que es su peso me parece genial. Ahora imagínate que por lo que sea se descuida y viene con 70kg, porque esta desentrenada y ha comido mal y que tiene que bajar a 63, hombre, yo creo que es su peso. Entonces yo creo que lo haría mejor en ese peso y creo que si que tendría que bajar porque insisto, ese es su peso. Ahora si está en su peso y tiene que bajar a 57 para competir te digo no, porque de entrada no lo veo. Pero bueno.

Entrevistador: Vale. En cuanto a los riesgos que asocias al judo, ya me has comentado que la lesión principalmente, pero ¿asocias algún otro riesgo ya sea la frustración o algún riesgo relacionado con la alimentación al ser un deporte en el que hay que dar el peso?

Madre no judoka 2: Si, sí que veo que, sí. Comentando con alguna otra madre sobre todo el tema de la alimentación. El intentar estar en un peso que no es el tuyo yo creo que es un error y que genera trastornos. No se si ahí tiene que estar el entrenador o tienen que estar los padres, no lo sé, pero no me gusta lo que pasa con otros deportes en los que hay que controlar el peso, no me parece bien que hagas cosas raras de que no bebo agua en dos días o cosas así eso no lo veo. Que haya gente profesional de la élite que lo haga pues muy bien, pero nosotros aquí donde estamos, que no somos élite, que ojalá llegemos, pero los que no vamos a llegar tengamos los pies en la tierra. Que, aunque lo hagan los de élite, muy bien, pero al nivel al que estamos claro, me parece que no tiene sentido. Para mí lo que es hacer burradas con la alimentación no lo compro, pero, no lo compro ni en el judo ni en la gimnasia ni en ningún deporte.

Y psicológicamente insisto, creo que es importante el papel del entrenador porque vamos a ver, frustración joe habrá que saber ganar y habrá que saber perder sabes.

Entrevistador: Si, pero ¿tú crees que es lo mismo perder una carrera que han hecho un tiempo mejor que el tuyo o perder un campeonato de judo en el que te han dado una paliza por así decirlo, a nivel psicológico?

Madre no judoka 2: Yo creo que depende de donde partas y cual sea tu objetivo. Por ejemplo, yo una carrera una media maratón, yo sé dónde estoy y estoy entrenando para bajar de 1:30 y ese día despues de competir hago 1:32 y para mi ese día es una mierda porque significa o que he entrenado mal o que me ha salido un día chungo o no se que cojones he hecho. Pero bueno, dices vamos a ver, yo siempre digo el momento de

frustración y de enfado no te lo quita nadie y hay que tenerlo, muy bien, pero luego hay que sacar el foco y ver que es lo que has hecho mal. Entonces es depende del objetivo que te marques. Si mi objetivo es 1:30 y hago 1:29 pues esta genial, porque ese era el objetivo.

Entonces, insisto, cual es el objetivo, pienso que hay que saber donde uno esta y marcarse un objetivo con los pies en la tierra.

Yo por ejemplo si ahora hay una maratón no la correría, pero si la correría no haría 1:30, es mi mejor marca si, trataría de batirla o me pondría ese objetivo, pues este año no, porque este año no estoy a eso y no sería realista y no lo lograría. Ahora seguramente haría más de 1:35 pero no me importa porque se ahora mismo en el nivel en el que estoy, entonces ahora mismo me daría igual, pero en otro momento habría sido un fracaso, pero ahora mismo no. Me entiendes lo que quiero decir.

En el judo, te dan una paliza, pues bueno habrá que saber dónde esta cada uno, igual estas compitiendo contra alguien del CAR que se dedica a entrenar todo el día y esta a otro nivel. Pues es lo normal. Es como cuando le ganó una Americana que salió volando y dijo bueno perder así me gusta, es lo que hay. Hay que saber el nivel de cada uno. Lo importante es poner el foco de que te vas a medir contra alguien de muy alto nivel. Y no hay que compárate con alguien si ganas o pierdes porque hay que saber a que nivel esta cada uno o que posibilidades de entrenamiento tiene cada uno porque no es lo mismo alguien de alto rendimiento que entrena en un CAR o alguien que hace judo 3 días a la semana.

Y bueno, también es evidente que hay que entrenar y si no entrenas no vas a conseguir nada porque si no entrenas en el deporte nadie te regala nada y tu te lo tienes que ganar.

Entrevistador: De acuerdo. En cuanto a beneficios, ¿que beneficios crees que tiene la práctica del judo? Hemos hablado de los riesgos ahora beneficios.

Madre no judoka 2: Beneficios, bueno primero y básico, estas en forma. Eso impecable, si haces judo estas en forma seguro. Insisto, para mi lo que yo veo es que te ayuda a conocerte, donde esta tu limite, donde puede estar tu rival no, osea conocer tu espacio donde puedes actuar, conocer la distancia, insisto, para extrapolarlo a tu vida. No para que vayas conociendo la distancia con la gente si no para saber el espacio en el que te manejas el entorno, las herramientas que te da. La seguridad que te da. Me gusta

mucho también, esto quizás suena sexista pero que no tenga miedo al contacto. No porque vaya a enfrentarse a nadie ni a nada, pero por si por lo que sea surge una situación, sus amigas siempre le dicen joo cuando vienes tu estoy super tranquila tia porque te veo que no.... Claro ella enseña sus combates a sus amigas y dicen "tia tu no tienes miedo" sabes. Es un poco que te da seguridad y quitas miedo al contacto con alguien porque claro, si alguien te agarra dices espera que yo también te puedo agarrar sabes.

Entrevistador: ¿Y tú eso crees que al ser una chica también es más positivo para ella?

Madre no judoka 2: Yo pienso que es, no más, si no igual de positivo para una tía que para un tío porque no defiende ni que una tía pegue a un tío ni al revés, no defiende que nadie pegue a nadie. Pero, entre comillas en una chica, es lo que te digo sus amigas cuando ella está más tranquilas, si alguien se metería con ellos seguro que mi hija se metería delante. Y buen en parte se metería delante porque ella es una de las defensoras de las causas justas, pero se pondría delante no para pegar a nadie, si no para mostrarse. Ella no va a tener nunca problemas de salir a primera línea, pero no para pegar a nadie si no para dar la cara, y eso se lo ha dado el judo. Insisto, detrás hay un carácter y lo que quieras, pero esto que da el judo me gusta.

Entrevistador: ¿Ves el judo como un deporte educativo?

Madre no judoka 2: Si, absoluto, rotundo.

Entrevistador: ¿En dónde lo ves?

Madre no judoka 2: Pua, pues eso, en el saludo al tatami, al profesor, al maestro, al contrincante le doy la mano, eso me parece vamos y debería de estar en casa, pero es que en el judo está. El respeto, educación, si creo que es educativo al 2 mil por cien.

Entrevistador: Vale. En cuanto a las motivaciones, ¿por qué motivos crees que tu hija dejaría de hacer judo?

Madre no judoka 2: Puff, pues no tengo ni idea, pero, no tengo ni idea porque realmente yo creo que le gusta mucho. A día de hoy disfruta mucho, le supone igual dejar de hacer cosas, pero lo antepone. Y ahora está haciendo entrenamientos de tren superior para judo y llega a las 9 y media después de toda su jornada de estudio y se pone a entrenar y lo hace. Y eso lo hace porque es para el judo, es para mejorar en judo. Me entiendes, es para tener más seguridad y estar más segura con su práctica de judo. Y como ahora

le veo tan bien dejando de hacer cosas y anteponiendo al judo pues no sé, a no ser que se metería en algo de la universidad o que se marchara fuera. Pero por desmotivarse ahora mismo no creo. Si que tuvo una racha que no sabía quienes iban a entrenar y tal, y no estaba tan motivada, pero si sigue con los compañeros de siempre yo creo que no lo dejaría. Para ella es muy importante lo social y quien este. Si sus compañeros no estan pues igual no iría. Yo creo que uno de los motivos por los que se ha quedado aquí estudiando en la Universidad y no se ha ido fuera es por entrenar judo aquí me entiendes.

Entrevistador: ¿Valoraba también el irse fuera a estudiar?

Madre no judoka 2: Si. Valoraba, nunca estuvo en la palestra porque como deportista de élite sabíamos que iba a entrar, aunque luego entro con la nota general. Pero ella también echo en Donosti y en Bilbao que también echo la solicitud y le cogieron, le cogieron en todos los lados donde echo, pero ella se ha preferido quedarse aquí y entre otras cosas yo creo que es por seguir entrenando judo aquí. Es que a lo mejor se va a otro sitio y no sé si encajaría porque al principio igual es la novedad y funciona, pero luego a la larga para ella es muy importante la gente, lo social.

Entrevistador: ¿Qué motivaciones crees que tiene tu hija para seguir en judo, hacer ese entrenamiento de tren superior para judo y esforzarse todo lo que se esfuerza?

Madre no judoka 2: Pues fíjate, es que yo creo que disfruta. Es que disfruta, es el disfrute. Yo creo que es una disfrutona en general en la vida y hace las cosas porque disfruta porque si no disfruta no las hace. Entonces porque hace ese esfuerzo de tren superior, porque sabe que es su zona débil y dice a ver si a si no me mueven tanto o estoy mas potente y puedo mover a mis rivales, no sé. Pero porque disfruta porque si no, no lo haría, porque disfruta y porque le importa el judo, porque si no le importara no lo haría ese esfuerzo de trabajar el tren superior para poder estar en el combate ella más segura.

Qué le decepciona, por ejemplo, que le decepciona, lo que le ha pasado con la seleccionadora senior de la vasca, que le dice esto lo haces bien, pero es que no terminas de.... Te falta un poco más de.... Joe, vale ya me has dicho lo que hago mal, pero dime como mejorarlo o como hacer para cambiarlo sabes. Eso por ejemplo no le gusta. Sacar fallos, pero no ayudar a mejorarlos no le gusta.

Esque le dice agarras bien pero luego no terminas de hacerlo bien. ¿Pues dime que tengo que hacer no? O que pasa, que, como esta su alumna, su pupila ahí y es rival, como seleccionadora no ayudas para que no le gane a tu alumna. No sé, pero esas cosas, las cosas feas no le gustan.

Entrevistador: Eso entiendo que es el mundo federativo. ¿Pero en el club siempre vas a tirar para ayudar a tu deportista no?

Madre no judoka 2: Si claro, pero cuando una entrenadora va de seleccionadora con un club tendrá que intentar no sé.

Entrevistador: Claro, si la seleccionadora es entrenadora de una rival de tu hija, siempre va a tener preferencias por su alumna antes que por tu hija. Ese es el mundo oscuro que dices tu.

Madre no judoka 2: Claro eso es feo y eso no le gusta. Pero efectivamente es una realidad y es lo que hay. Yo le digo “cariño es lo que hay”. Yo siempre le invito a que con cada experiencia o con cada competición que haga aprenda. Que piense, que hemos aprendido hoy, que hay que ir a la siguiente respaca y la siguiente y afrontar todos los combates uno a uno. Y revisa los vídeos y todo de sus combates. Y si no le importase no le haría por lo tanto ella le importa y esta agusto haciéndolo.

Entrevistador: ¿Hay algún objetivo que te gustaría que tu hija alcanzase en judo? Puede ser de rendimiento o puede ser personal, que siga o lo que sea.

Madre no judoka 2: Para mí que siga disfrutando. No veo ningún resultado deportivo que digas campeona de no sé qué... no, no. Me da igual. Que siga disfrutando, que siga teniendo decepciones o frustraciones pero que le hagan aprender de ellas y que le hagan seguir y le hagan seguir disfrutando.

Es que yo como también he competido y se, buf, cuando disfrutas es tan guay. Osea, aunque tengas tus frustraciones, es normal todos tienen frustraciones y el que diga que no miente. Pero donde pone que tener frustraciones sea malo. Es que a lo mejor tener frustraciones es lo que nos hace ser lo que somos hoy. Quiero decir, nos hace crecer no, como personas y tanto personal como profesional y deportivamente. Así que para mí que siga, que siga disfrutando sería mi meta. Eso sería la meta o mi objetivo preferido.

Entrevistador: En cuanto a la perspectiva de género, ¿te parece el judo un deporte más apropiado para chicos por ser un deporte de lucha?

Madre no judoka 2: Te voy a decir que no.

Entrevistador: Intuía esa respuesta, pero ¿tú crees que todo el mundo lo ve como lo ves tu?

Madre no judoka 2: No, no todo el mundo lo ve como yo. Creo que cada vez mas gente lo ve como yo. Quiero decir, creo que cada vez más gente lo ve como un deporte y ya está. Que el pegarse es de chicos, joe es que eso es de la edad media. Quiero decir, ¿es que sabes lo que pasa? que el judo no es pegarse. El judo es “hola”, te saludo, empezamos la disputa para medirnos a ver quien es mejor, acaba el combate, al final eres tú mejor o soy yo mejor, da igual, te vuelvo a saludar, te doy la mano y te agradezco el combate, eso es el judo. El judo no es voy a pelear contigo sabes. El vamos a pelear es de la edad media, quiero decir. Era una idea de hombres, los romanos peleaban los hombres, vale. Si es cierto que venimos de una sociedad en la que la pelea y la lucha siempre ha sido de los hombres, pero es que el judo no es pelear, es medirse.

Entrevistador: ¿Y tu crees que todo el mundo lo ve como lo ves tu?

Madre no judoka 2: No, pienso que no. Porque todavía, todavía en pleno siglo XXI, cuando digo que mi hija hace judo dicen “¿judo?” Muchas respuestas son de sorpresa como “¿hace judo?”

Entrevistador: Y tu crees que dirías eso con tu hijo, que no tienes, pero si tuvieses, ¿crees que no respondería igual?

Madre no judoka 2: No generaría esa respuesta, estoy convencida. A ver esta respuesta no es así con todo el mundo pero todavía hay gente que dice “¿judo?” y la respuesta es “pues sí, es una chica y hace judo y no pasa nada” quiero decir. Esque no es pelear es otra cosa, que eso yo también lo he aprendido despues de ver a mi hija. Pero a mi lo que me parecía genial fue la explicación que me dio esta mujer psicomotricista pedagoga, que dijo bueno “el judo o todos los deportes de artes marciales te ayudan aparte de porque tienen sus valores, te ayudan a conocerte” y eso me abrió los ojos. Porque para mí hace años antes de que mis hijas harían judo todas las artes marciales también eran simplemente pelearse desde la ignorancia. Entonces es normal que la gente no lo vea como yo por el desconocimiento.

Entrevistador: ¿Así que crees que has acertado apuntando a tu hija a judo?

Madre no judoka 2: Si, rotundo. Si rotundo.

Entrevistador: ¿Así que le darías las gracias a esa mujer?

Madre no judoka 2: Si, sí. Si la tendría aquí delante se las daría las gracias si o sí. También te digo, creo que hemos tenido suerte porque enseguida en la ikastola vino una chica y dijo venga nos la llevamos al club. Y yo creo que eso fue un momento importante porque yo dije joo como que al club que esto es complicado. Que yo también lo hago porque es en la ikastola y a mí me viene bien de horarios y osea quiero decir, ojo, que es complicado.

Entrevistador: ¿Osea que apostaron por ella desde pequeña?

Madre no judoka 2: Si, por ellas, por las dos. Desde pequeñas las querían llevar al club, pero cuando me lo planteaban dije espera, espera, que yo las he apuntado a judo por la conversación que tuve con esa mujer, pero porque era en el colegio, pero nos venía super mal ir al club. Pero insisto que si no habría estado esa chica, igual no habría sido posible. Primero le dio clases un chico y era majo, estudiaba IVEF, pero luego llegó otra chica y dijo que para el club porque era buena. Quizás si no habría sido por ella a lo mejor ella no habría llegado a hacer judo en el club. Me entiendes, a veces es la conjunción de los astros que hace que todo encaje.

Entrevistador: En cuanto al judo y otros deportes. ¿Ves el judo que aporte algo positivo que lo diferencie de otros deportes como el fútbol o cualquier otro deporte?

Madre no judoka 2: que lo diferencia mucho de otros deportes por eso por lo que te digo.

Entrevistador: ¿Por ser un arte marcial?

Madre no judoka 2: Eso es, por ser un arte marcial.

Entrevistador: Y dentro de las artes marciales ¿sabrías diferenciarlas? O ¿sabrías decir que diferencia al judo de otro arte marcial?

Madre no judoka 2: No tengo ni idea. Se que en Karate hay distintas modalidades y hacen las katas esas que las veo en la tele y tenemos la ganadora esta olímpica y el otro chico que hacen katas. Que lo veo y no lo entiendo, por ejemplo, entonces mira que lo intento. Tampoco se por ejemplo lo que es el Taekwondo, creo que es más patadas, más contacto con los pies, Jiu jitsu, pero no sé, no te puedo decir nada de ningún arte marcial, casi ni del judo como para decirte de otros. De judo se que hay que derribar al otro y pocas cosas más, pero hay muchas cosas que se me escapan sabes.

Pero si el judo lo diferencia de otros deportes en que es un deporte de contacto, es individual de uno contra uno, y pues no sé, a nivel de valores se trabajan mucho.

Y fíjate, aunque es un deporte individual, también pienso que tiene el valor de pertenecer a un grupo. Como un equipo de fútbol no, o sea no es como un equipo de fútbol, pero en el judo también te alegras mucho por las victorias de los compañeros, quiero decir, eso también es un valor que lo da el judo, pero bueno es un valor que lo da el grupo. Si estas en un grupo que funciona como una piña te alegras mucho de que tu amigo o tu compañero gane, claro. Es un poco como tu victoria también porque tu entrenas con el y con ella. Entonces no sé, me gusta, me gusta mucho. Me ha sorprendido para bien insisto, desde mi ignorancia desde cuando mi hija empezó hasta ahora, sigo considerándome ignorante pero antes no entendía ni papa de nada y dije bueno pues a ver como va esto, vamos a probar, y resulta que ha resultado genial y estoy encantada.

Entrevistador: Perfecto, pues eso es todo muchas gracias.

Madre no judoka 2: Muy bien.

