



UNIVERSIDAD DE CIENCIAS DE LA CULTURA FÍSICA Y EL DEPORTE.

“MANUEL FAJARDO RIVERO”

FACULTAD VILLA CLARA

TRABAJO DE DIPLOMA

MARLENIS MESA HERNANDEZ, UNA ATLETA RELEVANTE

EN EL REMO NACIONAL Y VILLA CLAREÑO.



Autor: Reinaldo Roque Leyva.

Tutor: MSc Lina Rosa Rodríguez Artiles.

Consultante: MSc Alfredo Francisco González Pérez.

Curso 2011-2012.

Pensamiento.

“La Historia no debemos interpretarla como simple arte narrativo, sino como una ciencia encargada de estudiar la evolución de la Humanidad. A esta la construyen los hombres, a través de los tiempos en distintos lugares de la Tierra”.

“Apuntes para la Historia de la Cultura Física”. (Jorge Alfonso Chacón).

Agradecimientos.

- A la atleta Marlenis Mesa Hernández, por su extraordinaria carrera deportiva.
- A mi tutora Lina Rosa, por brindarme su apoyo incondicional en la realización del presente Trabajo de Diploma.
- A todo el claustro de profesores que durante cinco años dieron lo mejor de sí para nuestra formación.
- A los compañeros de equipo de Marlenis Mesa Hernández.
- A sus familiares, por su disposición y apoyo en la realización del trabajo.
- A entrenadores y directivos del deporte Remos en la provincia de Villa Clara, por su colaboración en las valoraciones sobre la atleta investigada.
- A Karel Sosa, por su colaboración en la informática.
- A Alfredo Gonzáles Pérez, por brindar sus valiosos conocimientos de la Historia de la Cultura Física.

Dedicatoria.

A mi Mamá, Maribel Leyva Castro y mi tío Justo Leyva Castro, por el apoyo incondicional de ambos en mi formación humana y profesional.

A mi padre, Reinaldo Roque Cuéllar, por haberme dado la vida.

A mi novia, Gipsy I. Herrera Izquierdo por su sustento en todas las etapas de la investigación.

Resumen

La dirección del INDER en nuestro país impulsa el mejoramiento de las condiciones de vida de los atletas, en particular lo relacionado con el espacio espiritual para garantizarles que sean más reconocidos en el ámbito social, valorando al atleta que termina como una leyenda viva en función del desarrollo deportivo en las condiciones actuales, el tema de la presente investigación surgió a partir de la insuficiente divulgación de los resultados del deporte Remos, y de las trayectorias deportivas relevantes de atletas que constituyen glorias de este deporte y la necesidad de continuar la promoción y práctica de esta disciplina por atletas de nuestra provincia, por lo cual se enfatiza en la importancia del estudio de la labor realizada como atleta por la remera villaclareña Marlenis Mesa Hernández, en correspondencia con ello se planteó como Problema científico. ¿Cuáles son los aspectos relevantes de la trayectoria deportiva de la remera villaclareña Marlenis Mesa Hernández como integrante del Equipo Nacional de Remos y del Deporte Villaclareño? trazando como Objetivos: Reseñar la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa Hernández como atleta relevante del Equipo Nacional de Remos y del Deporte Villaclareño y Valorar la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa Hernández como atleta relevante del Equipo Nacional de Remos y del Deporte Villaclareño. Los métodos y técnicas utilizados en el proceso investigativo permitieron, reseñar las competencias fundamentales en que participó durante años en el deporte Remos, resaltando sus resultados más significativos en Juegos Centro Americanos, Juegos Panamericanos, Copas del Mundo y Juegos Olímpicos.

Índice

I. Introducción.....	1
II - Desarrollo.....	6
2.1- Historia del Remo.....	6
2.1.1 -Antecedentes históricos.....	6
2.1.2- Los comienzos del Remo en Cuba.....	8
2.1.3 El remo cubano, su desarrollo a nivel nacional, principales competencias.....	10
2.1.4-Síntesis de los resultados más significativos del deporte Remo en la provincia de Villa Clara.....	10
2.1.5 –Fundamentos físicos y mecánicos del Deporte Remos.....	11
2.2- Metodología empleada.....	19
2.3- Escenarios y Sujetos.....	24
2.4- Cronología deportiva de Marlenis Mesa Hernández.....	25
2.5- Valoración de los Resultados.....	32
III- Conclusiones y Recomendaciones.....	36
IV - Bibliografía.....	38
V - Anexos.....	41

I. INTRODUCCIÓN

Antes del triunfo de la Revolución la práctica del ejercicio físico era puramente exclusivista y respondía solamente a las clases poderosas, su movimiento devenía en su mayoría de hijos de personas pudientes o adineradas que cursaban estudios en universidades de Europa y Estados Unidos principalmente, donde recibían entrenamiento en distintos deportes, el caso más llamativo era el de Ramón Font, cubano de origen francés, quien obtuvo sendas medallas de oro en citas de alto perfil como son las Olimpiadas de 1900 y 1904, en un deporte como la esgrima que en Cuba era poco conocido y muy reducida su práctica. Otro caso es el del inolvidable José Raúl Capablanca, un genio del Ajedrez a nivel mundial quien marcó época en este deporte en la primera mitad del siglo XX.

Al triunfar la Revolución el primero de enero del año 1959 de la mano del indiscutible líder de la Revolución cubana Comandante en Jefe Fidel Castro Ruz, hubo una luz en el horizonte para el deporte de alto rendimiento en la mayor isla de Las Antillas, obteniéndose resultados meritorios en distintos deportes y compitiendo contra grandes potencias del primer mundo, aspecto este que antes del 1959 era una quimera. Lo más significativo en estos encuentros deportivos es la masividad de los participantes, donde la población de distintas edades y sin distinción de sexo y raza pueden practicar actividad física en distintas instalaciones; además se crean escuelas de alto rendimiento deportivo, de formación de profesores de Educación Física y de Licenciados en Cultura Física y Deportes, quedando el deporte no solo en las grandes ciudades, sino que llegó hasta los más recónditos lugares de la geografía nacional.

En el año 2000 la Dirección del INDER en nuestro país impulsa el mejoramiento de las condiciones de vida de los atletas, en particular lo relacionado con el espacio espiritual

para garantizarles que sean más reconocidos en el ámbito social no solo los activos, si no también los retirados, para de esta forma valorar al atleta que termina como una leyenda viva, en función del desarrollo deportivo en las condiciones actuales y que sirva como paradigma para presentes y futuras generaciones, de la localidad, la provincia y el país.

Con relación a la esfera vinculada a la historia del deporte se plantea que se debe ampliar y sistematizar en los estudiantes los conocimientos acerca de la Historia del Deporte Cubano, sus efemérides y el reconocimiento a la labor realizada por las Glorias Deportivas de la República de Cuba, del trabajo, militares de las FAR y el MININT condecorados, para demostrar ejemplos de valores cubanos.

Las indicaciones del presidente del INDER, con relación al trabajo del programa de Recreación física sugiere entre sus acciones, organizar actividades que formen valores morales y cívicos en los ciudadanos a partir del conocimiento de la historia local, nacional y universal.

Esta indicación infiere la significación del deporte y la cultura física, como parte del proceso revolucionario cubano, lo cual constituye un alto grado de motivación para la presente investigación, que se acerca al conocimiento y al rescate de una parte significativa de la historia del Remo y de una de sus figuras representativas en la provincia de Villa Clara y en Cuba: la destacada atleta del Remo villaclareño y cubano: Marlenis Mesa Hernández.

El deporte de Remos ha tenido escasa divulgación de sus resultados competitivos y de los atletas relevantes que en él han incursionado en la historia del deporte villaclareño, todo ello unido a las limitaciones materiales que existen para la práctica y la correcta selección de talentos, teniendo en cuenta las exigencias físicas de este deporte, ha incidido para que figuras destacadas del Remo, que han puesto en alto el nombre de

Cuba en contextos internacionales sean poco conocidas y reconocidas por su desempeño, como es el caso de la figura objeto de investigación, por lo cual se hace necesario la divulgación de las trayectorias deportivas relevantes en esta disciplina.

Los aspectos anteriormente mencionados conllevan a plantear la siguiente situación problémica:

Situación Problemática: Escasa divulgación del desempeño deportivo de la remera Marlenis Mesa Hernández como una atleta relevante del Equipo Nacional de Remos y del Deporte villaclareño.

Esta situación problémica conduce a realizar la siguiente interrogante:

Problema científico:

¿Cuáles son los aspectos relevantes de la trayectoria deportiva de la remera villaclareña Marlenis Mesa Hernández como integrante del Equipo Nacional de Remos y del Deporte villaclareño?

Para dar respuesta a este problema científico se plantean los siguientes **Objetivos:**

1. Reseñar la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa Hernández como atleta relevante del Equipo Nacional de Remos y del Deporte villaclareño.
2. Valorar la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa Hernández como atleta relevante del Equipo Nacional de Remos y del Deporte villaclareño.

Metodología empleada:

En cualquier disciplina existen incontables combinaciones de métodos y técnicas para producir instrumentos de obtención de datos. La lógica de integración de uno y otro depende del procedimiento que se adopte para el logro de los objetivos propuestos tomando como base la filosofía materialista dialéctica.

En la presente investigación la labor realizada se adscribe a la Metodología Cualitativa, se desarrolló en la provincia de Villa Clara, y aborda los hechos más relevantes del desempeño deportivo de la atleta Marlenis Mesa Hernández en los equipos de Remos provinciales, nacionales e internacionales.

Se realiza un estudio orientado a proporcionar una imagen fiel de las funciones realizadas durante este tiempo por la figura objeto de investigación, para lo que se utilizaron métodos del nivel teórico y empírico así como técnicas cualitativas de recogida de información, los cuales se relacionan a continuación :

Métodos.

Del nivel teórico:

Histórico – Lógico.

Analítico- Sintético.

Inductivo –Deductivo.

Del nivel empírico.

Análisis de documentos.

Entrevistas.

Historia de vida.

Técnicas

Triangulación.

Selección de informantes.

La presente investigación está estructurada de la siguiente forma:

Introducción:

En ella se refiere la actualidad del tema seleccionado, la justificación del problema objeto de estudio, la situación problémica, el problema científico, los objetivos, así

como la metodología empleada. Se señala además que el trabajo se enmarca en la línea de investigación: El proceso de Educación de valores en la Cultura Física y específicamente en las sublíneas: Valores históricos y Valores en el Deporte, tributando al Proyecto de investigación: Historia del Deporte. Una alternativa para la enseñanza de la historia en los centros de enseñanza deportiva.

Desarrollo:

Incluye los fundamentos teóricos metodológicos de la investigación, distribuida en los siguientes epígrafes:

2.1- Historia del Remo.

2.2- Metodología empleada.

2.3- Escenarios y sujetos.

2.4- Descripción de la metodología empleada.

2.5- Cronología de la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa Hernández.

2.6 -Valoración de los resultados.

Conclusiones.

Recomendaciones.

Bibliografía.

Anexos: En los cuales se incluyen los instrumentos aplicados para recopilar la información, fotos y reconocimientos que evidencian los resultados alcanzados por la remera Marlenis Mesa Hernández.

II - DESARROLLO

2.1- Historia del remo.

2.1.1 -Antecedentes Históricos.

Cuenta la historia de Eduardo el Pacífico, quien reinó en Inglaterra durante los años 944 al 975 de nuestra era, que lanzó al agua una embarcación de ocho remos, con una tripulación compuesta por ocho reyes, pertenecientes a países que se encontraban bajo la sumisión o aliados a él, incluyendo el Rey de Escocia. Eduardo, como timonel sentado en la popa, dirigía la tripulación que remaba por el río Dee, desde el palacio situado en Chester, hasta cerca de la Iglesia de San John. Se trataba, nada más y nada menos que de la propia coronación.

La historia del Remo va, sin embargo, mucho más atrás y en otros rincones del mundo. Se dice que los chinos fueron los primeros en emplear el remo como un deporte, al efectuar regatas en ríos y aguas quietas, con grandes embarcaciones tripuladas por más de veinte remeros. La historia ha reflejado dibujos egipcios que datan del año 6000 antes de nuestra era, sobre regatas de remo con embarcaciones de fondo plano: Siam.

Tucídides, el más grande de los historiadores de la Grecia antigua, en relatos se refiere a que, aunque no se recuerden eventos de remos en los Antiguos Juegos Olímpicos, existen posibilidades de que hayan formado parte de los Juegos Istmicos.

Sin embargo, no fue hasta el siglo XVIII que se tiene conocimiento de una regata de remo debidamente organizada. Thomas Dogget, un famoso comediante inglés, convocó en agosto de 1715 a una regata con embarcaciones de seis remeros, sobre el

río Támesis, desde London Bridge hasta Chelsea, con premio en metálico. Dogget, a la muerte, dejó en un Banco de Londres un capital que garantizara la continuidad de esta regata, la cual se ha venido efectuando hasta la actualidad, aunque con ciertas modificaciones, propias del desarrollo de este deporte.

El remo pasó más tarde a los Estados Unidos de América, donde, en 1834 varios clubs se unieron para formar la "Castle Garden Boat Club Association" en Nueva York, la cual patrocinó la primera regata de Remo de que se tiene noticia en ese país, con embarcaciones de seis remeros con timonel, en el año 1837 sobre el río Hudson. Luego continuó el entusiasmo por estas regatas hasta llegar a las universidades, efectuándose, en 1875, la Primera Intercolegial Poughkeepsie. No obstante, todo lo anteriormente expuesto, no fue hasta la llegada de los Juegos Olímpicos Modernos, que el deporte del remo adquiere popularidad mundial.

A medida que este deporte se conocía más, surgían obstáculos para la práctica; en Remo no solamente era problema la reglamentación de los eventos (par, cuatro, seis, ocho), sino también la dificultad de la reglamentación de los equipos. Probablemente ningún otro deporte haya tenido tan grandes progresos en los equipos y a la vez haya creado tantos contratiempos para celebrar competencias, en aquella fecha más atlética que técnica.

En el Siglo XX el deporte se extendió por Europa y Oceanía. El Remo profesional surgió en los siglos XIX y XX en Inglaterra, Canadá, Australia y Estados Unidos.

El Remo se adoptó como deporte olímpico en 1900 y se incorporó formalmente en la Olimpiada de 1908. Hoy la preeminencia en el Remo olímpico es compartida por varios países y las mujeres han incrementado la participación en las competiciones.

2.1.2- Los comienzos del Remo en Cuba.

El mérito de ser los primeros en algo, siempre ha sido el tema de largas controversias, y el deporte del Remo no es una excepción.

Sobre las primeras regatas de Remos efectuadas en Cuba, mucho se ha escrito. Los historiadores orientales narran regatas efectuadas a finales del siglo XIX en la bahía de Santiago de Cuba, las que fueron suspendidas al incorporarse muchos remeros a la causa de la independencia. Se ha escrito sobre una regata llevada a cabo, también a finales del siglo XIX, en la bahía de la Habana. Los historiadores cienfuegueros Pablo L. Rousseau y Pablo Díaz de Villegas, en su "Memoria Descriptiva, Histórica y Biografía de Cienfuegos" plantean que: "Durante la tarde del día 12 de Septiembre de 1880 se efectuó una regata, en las inmediaciones del Castillo de Jagua, por varias señoritas de esta sociedad, que tripulaban los botes en los cuales lucían las insignias rosada y escocesa, triunfando el que llevaba la insignia rosada. Entre los concurrentes a esta fiesta se hallaba el Cónsul del imperio chino Cun Shen Yin.

Si tenemos en cuenta el Remo como deporte, el Remo Olímpico, el reconocido en los estatutos y reglamentos de la Federación Internacional de Sociedades de Remo (FISA), es decir con embarcaciones de tipo "outrigger", se puede señalar, con toda certeza, que las regatas de Remos en Cuba tienen su inicio el 31 de Julio de 1910 en la playa de Varadero. Esta competencia se efectuó entre dos botes que llevaban los nombres de Varadero y Halley y fueron organizadas por un grupo de temporadistas, procedentes de Cárdenas y la Habana, que se encontraban allí veraneando. Todo ello formaba parte de las distintas fiestas que, combinadas con los acostumbrados actos sociales, servían de esparcimientos a los temporadistas y de conocimiento a los extraños que como invitados, llegaban a presenciarlas. Se remó en la modalidad de seis remos largos con timonel, a la distancia de 1200 metros. El triunfo correspondió al

bote denominado Varadero, con tiempo de 7 minutos y 24 segundos. A continuación se relacionan los integrantes de ambas tripulaciones:

VARADERO HALLEY

Alejandro Neyra Gou . Raúl Castro Asunsolo

Ismael Veulens Cabo . Rafael Reynaldo Gutiérrez

Humberto de Cárdenas . Gou Miguel Reynaldo Gutiérrez

Julio Castro Asunsolo . Enrique Vila Ordoqui

Maximiliano Smith Mora . Mario Verdeja Neyra

Octavio Verdeja Neyra . Pedro Lluria García

Leonardo Sorzano Jorin . (T) Julio Luria García (T)

Tal fue el entusiasmo que dejó esta regata Varadero-Halley que el Club Náutico de Varadero, inmediatamente, convocó a una Regata Nacional de seis remos largos con timonel (6+), a efectuarse en la playa, a la que concurrió ese año, además de los del patio, el Vedado Tennis Club, efectuándose el 29 de Agosto, es decir, 29 días después de la Regata Varadero – Halley. El triunfo fue para los cardenenses con un tiempo de 7.25. La distancia recorrida fue 1200 metros.

Se trataba, por tanto, de la primera Regata Nacional, previamente convocada al efecto, en Cuba.

Tres años después, al Habana Yacht Club convoca nacionalmente a una regata de 8 con timonel, la que se estuvo efectuando en la Playa de Marianao hasta 1960. La 1ra de estas regatas se llevó a cabo el 22 de Agosto de 1917 habiendo correspondido el triunfo a los anfitriones, con tiempo de 6:58. Participaron también el Vedado Tennis Club y el Club Atlético de Cuba.

2.1.3 El Remo cubano, su desarrollo a nivel nacional, principales competencias.

Principales competencias en el ámbito internacional donde participan los remos cubanos:

- Juegos Centroamericanos.
- Juegos Panamericanos.
- Copas del Mundo.
- Juegos Olímpicos.
- Juegos del ALBA.
- En el Remo entre los años de 1980-1989 se realizaban diferentes competencias, cuatro Regatas nacionales, resaltando la Copa Bohemia, que se desarrollaba de forma anual.

En la actualidad están limitadas las competencias nacionales, por dificultades materiales, pero se mantienen las competencias escolares nacionales y su integración a la Olimpiada del Deporte cubano, desarrolladas hasta el momento.

2.1.4-Síntesis de los resultados más significativos del deporte Remo en la provincia de Villa Clara.

El desarrollo del Remo en la provincia se inicio en el año 1976, compitiendo como Villa Clara, los mejores momentos transcurrieron en la etapa entre 1988 al 1995, en que se discutían los primeros lugares por provincias, siendo integrantes del Equipo nacional varios villaclareños, resultando que 4 de ellos, incluyendo una mujer participaron en Juegos Olímpicos . En la actualidad el Deporte Escolar se encuentra en 2do lugar, el juvenil 7mo lugar, y se cuenta con tres atletas en el Equipo Nacional.

2.1.5 –Fundamentos físicos y mecánicos del Deporte Remos.

Desplazamiento.

Como todo cuerpo flotante, el bote de los remos obedece al principio de Arquímedes. La profundidad de inmersión de todo cuerpo flotante es proporcional al equilibrio entre la masa que se sumerge y la masa de agua que desplaza. La masa sumergida, también denominada como desplazamiento, depende de la masa del remero y de la masa del bote. Antes de construir un bote, el constructor fija la posición de flotación, la línea de flotación de construcción (KWL) y la altura de la parte del bote que no se sumerge o banda libre. La altura de la banda libre está determinada por la necesidad de movimiento libre del remo y de una cierta protección a la entrada del agua en caso de oleaje.

Estabilidad.

Se entiende por estabilidad al hecho de un bote, cuando se le varíe la posición de flotación, regrese a la posición original. Debido a la gran longitud de los botes de remos, la estabilidad longitudinal o el desequilibrio es insignificante. Sin embargo, la estabilidad transversal es de gran importancia. Si la carga tiene su centro de gravedad (S) en lo profundo del bote o por encima de la quilla, se garantiza una posición de flotación segura (estable). Pero en los botes de remo en centro de gravedad se encuentra desfavorablemente alto, ya que el desarrollo del movimiento exige una posición mas elevada del carro y del remero. Con esto cada bote de remo obtiene una posición insegura (inestable) en el agua. La fuerza de gravedad actúa contra el empuje ascendente.

Factores de resistencia.

El bote se mueve durante su recorrido en el límite entre el aire y el agua. Ambos ejercen una resistencia al cuerpo del bote que avanza. Debido a que la densidad del aire en reposo es mucho menor en comparación con la del agua, la resistencia del aire es por el momento despreciable. El efecto del frenaje en el agua está compuesto por la resistencia debido a la forma del bote, resistencia por fricción y resistencia por cabeceo.

Resistencia debido a la forma.

Al dar la forma, principalmente a las partes de la proa y popa, el constructor de botes quiere lograr una introducción tan limpia como sea posible en el agua y buen despegue del agua desplazada. Para ello, la forma de las cotillas debe garantizar que el recorrido del agua a lo largo del cuerpo del bote sea facilitado en un alto grado.

Resistencia por fricción.

La mayor parte del freno en el agua corresponde aproximadamente a un 88% de la fricción. Cuando se observa atentamente, por ejemplo, desde un punto, se puede ver bien la formación de las olas. La proa del bote choca contra el agua relativamente tranquila.

Resistencia por cabeceo.

Las nuevas investigaciones arrojan luz sobre un elemento hasta ahora poco considerado: Cuando la corriente bordea el cuerpo del bote, se producen diferencias de presión las cuales llevan un ligero hundimiento. El bote por lo tanto, cuando navega, está sumergido en el agua que cuando está en reposo. Además los movimientos de la tripulación producen variaciones que tienen su efecto sobre la resistencia, tanto por el plano vertical como en el horizontal.

Variaciones de la resistencia a medida que aumenta la velocidad.

La resistencia no aumenta linealmente con la velocidad. Por lo general, se calcula con una relación al cuadrado. Esto es: con un aumento de la velocidad, la resistencia se cuadruplica.

Efecto de la profundidad del agua.

El esparramamiento de las olas por el bote depende de la profundidad del agua. Cuando se navega sobre las aguas de distintas profundidades se puede observar bien la variación de las aguas de las olas. La magnitud de efecto sobre la resistencia y, por ende, la velocidad del bote, se puede resumir de la siguiente forma: Solo la resistencia debido a la forma está sujeta al efecto de la profundidad del agua. Para cada velocidad, hay una profundidad de agua crítica.

Desarrollo de la velocidad durante la paletada.

El conocimiento de las leyes del impulso es una condición necesaria para poder efectuar la paletada razonablemente. Para comprender los procesos que tienen lugar durante el movimiento del bote, es de una ayuda esencial la utilización de las leyes de la inercia, de la aceleración y de la acción y reacción. En contraste con las embarcaciones provistas de motor las que con un mismo impulso pueden viajar con una velocidad uniforme, el impulso de los botes de remos es temporal (intermitente). Después de cada paletada, el bote continuará viajando con la velocidad alcanzada. Sin embargo durante la pausa del impulso actúa, principalmente, la resistencia del agua sobre el cuerpo del bote, frenándolo. Si el viento sopla en contra, su resistencia frena adicionalmente el movimiento. Como resultado de estas resistencias, disminuirá la velocidad en el intervalo de una paletada a otra.

Velocidad media del bote.

Los procesos de aceleración y frenaje hacen que el bote recorrerá trayectoria de distintas longitudinales en tiempos. Es otras palabras, durante el recorrido varía constantemente la velocidad según el ritmo de impulso.

Leyes de la palanca.

El remero transmite su fuerza de impulso al bote por medio de una palanca. Para simplificar, las siguientes observaciones se referirían a los remos. Ellas son válidas también para los remos cortos. Sobre el carácter de esta palanca existen distintas acepciones, según se contemple como punto de apoyo a la horquilla o a punto de aplicación de la presión de la paleta en el agua.

El juego de fuerzas en la palanca interior.

La dirección del movimiento corresponde prácticamente a un movimiento de rotación. Debido a ello, la longitud efectiva de la palanca interior es de diferentes dimensiones. La tracción total de los brazos se distribuye sobre los puntos de apoyo, los que, debido a las diferentes posiciones de la palanca interna, desarrollan tracciones en distintas direcciones.

Ventajas y desventajas de la paleta ancha.

Cuando las paletas son muy anchas, grande es el momento de inercia que hay que vencer al girar, lo cual exige antebrazos extremadamente fuertes.

Además, como ya se había señalado, para producir presión, la velocidad de la paleta debe ser, por lo menos, de la de misma magnitud que la velocidad del bote (pero en sentido opuesto). Con un aumento del ancho de la paleta aumenta el tiempo necesario para la completa sumersión.

Factores del tiempo de impulso.

Determinación de la frecuencia de paletada.

La determinación de la frecuencia de paletada se efectúa con un cronómetro.

Se mide el ciclo de la paletada completo. En principio, es diferente qué punto se elige para la medición. Lo importante es que siempre se tome el mismo punto de referencia. Es conveniente comenzar a medir el tiempo en la entrada ya que ese proceso es reconocible a gran distancia.

Proporción del ritmo.

En la valoración anterior, no se considera el ritmo, esto es, la relación de los tiempos de rueda hacia delante y de la tirada. El ritmo es, junto con el esfuerzo, determinante para el desarrollo de la velocidad del bote. La parte principal está formada por la fase de tirada, que en ella se lleva a cabo el impulso efectivo.

Efecto del timón.

La condición para la variación del curso por medio del timoneo, es la velocidad relativa del bote con relación al agua. Por eso, un bote que se mueve a la velocidad de la corriente que lo rodea no puede ser timoneado. En este caso, ningún movimiento del cable del timón, por brusco que sea puede evitar el choque amenazante contra el pilar de un puente. La ubicación usual del timón en la popa del bote representa una aplicación clásica de la ley de la palanca.

Ciencia de los equipos.

La construcción y montaje de los botes de competencia cuenta con una tradición de cien años. La trayectoria hasta las formas actuales está caracterizada por la laboriosidad, la inventiva, un gran arte manual y la capacidad técnica. Según el modo de construcción su utilización, se distingue entre los botes de competencia y la instrucción (botes de entrenamiento). Dentro de cada tipo se diferencia, según el modo

de impulso, el bote de los remos largos del de remos cortos. Intercambiando los candeleros, se pueden utilizar, por ejemplo, un doble par de competencia o un doble de remos largos sin timonel; y en un doble de instrucción se puede, tanto remar, con remos largos o cortos, si se utiliza una barquilla doble. Para la determinación aislada de los distintos botes se utiliza el concepto de género de bote.

Adaptación.

El concepto de equilibrio (Trimmen) proviene de la navegación. Allí, abarca todas las medidas que son necesarias en la carga de un barco para el logro de una posición de flotación correcta. En el deporte de los remos, se entiende por equilibrar (adaptación) la adaptación del puesto del remero a las particularidades individuales de cada deportista. El remero debe sentirse bien en su puesto y estar en condiciones de hacer efectiva toda su fuerza para el impulso del bote. Las condiciones fundamentales de la adaptación son válidas, tanto para los botes de regatas, como para los de instrucción.

Técnicas de remos cortos y largos.

Es el desarrollo del movimiento de remar con remos cortos y largos reconocido como razonable, conveniente y económico para el logro de los altos rendimientos en la distancia de competencia.

Según Pavlov, la técnica deportiva expresa un comportamiento de todo el organismo con respecto al medio que lo rodea; en nuestro caso, con respecto al bote, al agua con sus manifestaciones multifacéticas, y al compañero. En esa interrelación dialéctica entre el hombre y el mundo que lo rodea y bajo la influencia del entrenador, se forma paulatinamente una coordinación del movimiento hasta la forma refinada de la técnica. El más alto grado de la técnica ha sido alcanzado cuando, frente las distintas manifestaciones del agua y del viento, frente a las diferentes frecuencias de paletada o a las variaciones en el bote y dentro de la tripulación, se tienen en cuenta la ejecución

más conveniente del movimiento. Un remero técnicamente bueno tiene que estar apto para adaptarse rápidamente a las condiciones externas, para ello, debe utilizarse activamente la conciencia no solo durante el tiempo de aprendizaje.

Técnica y estilo.

Como en el deporte de los remos el concepto remo de estilo todavía ocupa cierta posición dentro de la terminología, se hace necesaria una aclaración de los conceptos técnica y estilo. Es correcto plantear que remo de estilo puede sustituirse mejor por examen técnico.

El concepto técnico presupone que sus características fundamentales puedan ser enseñadas como obligatorias. Se utiliza la expresión técnica, aún cuando deportistas aislados, basados en sus particularidades constitutivas o síquicas, se parten de los rasgos fundamentales de ella, aunque mantienen el método de solución mecánica conveniente. hablamos entonces de la técnica individual.

¿Qué se entiende por ritmo?

Las fases de impulso y de rodar se caracterizan por un desarrollo de la fuerza periódicamente variable. Se designa al cambio constante de la fase de impulso y de la fase de rodar y de su desenvolvimiento, como la estructura dinámica de movimiento o el ritmo de movimiento.

En cada singlista, en cada tripulación y en cada género de bote, se aprecian pocas diferencias en el remo. Una proporción de ritmo de 1:2 significaría, por ejemplo que la fase rodar (distensión) dura dos veces más que la fase de avance (tensión).

Técnica y rendimiento.

Es indiscutible que el dominio de la técnica es un factor determinante del rendimiento. Para llegar a buenos resultados, el remero tiene que ser capaz, con la ayuda de la técnica, de convertir toda su fuerza en impulso. En los últimos años ha aumentado el

nivel internacional de rendimiento de tal manera, que todo equipo se esfuerza por movilizar, junto con la fuerza, la constancia y la voluntad, todas las reservas de la técnica y del ritmo. La muy citada expresión (la condición física da resistencia y la técnica solo la posibilidad de hacer mayor cantidad de metros), ha costado el triunfo a algunos equipos.

Táctica.

Para ganar una regata no siempre son suficientes la técnica y las condiciones del deportista; se necesita el complemento de unos de los factores mas importantes en la competencia; la táctica través de medidas tácticas, el deportista pone en juego sus cualidades intelectuales. Actuar tácticamente quiere decir, prever, actuar razonada y planificadamente. El objetivo de la táctica es regular el esfuerzo de manera tal que se logre un éxito máximo .La aplicación de esas formulaciones generales del deporte de remo significa lograr en el entrenamiento la capacidad de repartir el trayecto económicamente para recorrerlo en el tiempo más corto posible .La aplicación de las medidas tácticas tiene que considerar estas diferentes condiciones de competencia. Las condiciones para una buena táctica de competencia son: Conocimiento de las condiciones del trayecto, preparación de un plan táctico, una correcta valoración de capacidad de rendimiento propia, evaluación de competencias pasadas y utilización de medios tácticos, como tablas de velocidad, películas y cronómetros de boga así como la elección de la variante táctica .Si los competidores solos se han concentrado una vez, el momento de sorpresa desempeña un gran papel. En los encuentros repetidos en competencias previas e intermedias, debe incluirse en la planificación un estudio cuidadoso del comportamiento del contrincante. Como variantes técnicas principales en el remo, tenemos:

- La táctica del deportista o sprint.
- La táctica de sprint final.
- La táctica de cambio.
- La táctica de tiempo planificado.

Cualidades volitivas.

Educación de la voluntad.

El remero necesita una combinación de fuerza de tensión (fuerza de voluntad durante la distancia de competencia) y una fuerza de impulsos volitivos (acciones rápidas como la arrancada y el sprint final), así como concentración (perfección técnica). Conjugando estas cualidades obtendrán un resultado satisfactorio en las competencias.

2.2- Metodología empleada.

La presente investigación se adscribe a la Metodología Cualitativa, se desarrolló en la provincia de Villa Clara, y aborda los hechos más relevantes del desempeño deportivo de la atleta Marlenis Mesa Hernández en el equipo de Remos

Se realiza un estudio orientado a proporcionar una imagen fiel de las funciones realizadas durante este tiempo por la figura objeto de investigación, para lo que se utilizaron métodos teóricos y empíricos así como técnicas cualitativas de recogida de información, entre los cuales se encuentran:

DEL NIVEL TEÓRICO:

Los métodos teóricos posibilitan, a partir de los resultados obtenidos, sistematizarlos, analizarlos, explicarlos, descubrir qué tienen en común, para llegar a conclusiones confiables que permitan resolver el problema. Los métodos teóricos se utilizan para la construcción de las teorías científicas, para la elaboración de las premisas

metodológicas de la investigación y también en la construcción de las hipótesis científicas.

Histórico – Lógico.

Facilitó el análisis objetivo de los hechos y fenómenos en una secuencia lógica, ubicando en el tiempo el accionar del sujeto investigado, abarcando de lo más general a lo individual, partiendo desde lo más lejano en el tiempo a lo más cercano. En este caso se realiza un documento que refleja el desempeño deportivo de Marlenis Mesa Hernández desde el inicio en la práctica deportiva hasta la actualidad, en que se desempeña como metodóloga de Sistema Competitivo del Sectorial de Deportes de su Municipio Cifuentes, se plasman en orden cronológico, los acontecimientos más importantes de su carrera vinculada a este deporte.

Analítico -Sintético.

El análisis es la operación intelectual que posibilita descomponer mentalmente un todo en sus partes y cualidades, en sus múltiples relaciones, propiedades y componentes.

La síntesis es la operación inversa, que establece mentalmente la unión o combinación de las partes previamente analizadas y posibilita descubrir relaciones y características generales entre los elementos de la realidad.

El análisis permite estudiar el comportamiento de la atleta investigada, así como definir los elementos y aspectos que ejercen una influencia decisiva en su actuación deportiva objeto de investigación.

Sobre la base de la generalización de algunas características definidas como resultado del análisis, la síntesis teórica lleva a la formulación de, teorías que explican la conducta del objeto de investigación en diferentes momentos de su trayectoria deportiva, así como favorecer el poder predecir su desarrollo, en condiciones específicas.

El análisis y la síntesis son métodos fructíferos solo en el caso en que se utilicen en estrecha unidad y correlación. El análisis se debe producir mediante la síntesis, porque la descomposición de los elementos que conforman la situación problemática se realiza relacionando estos elementos entre sí y vinculándolos con el problema como un todo.

Inducción y deducción.

La inducción es la forma de razonamiento por medio de la cual se pasa del conocimiento de casos particulares a un conocimiento más general, que refleja lo que hay de común en los fenómenos individuales.

El método inductivo tiene una gran importancia en la etapa de recogida del material empírico, ya que su base directa es la repetición de los hechos y fenómenos de la realidad, encontrando los rasgos comunes en un grupo definido, para llegar a conclusiones de los aspectos que lo caracterizan. La fuerza de este método está en su vínculo estrecho con la práctica pedagógica.

La deducción es la forma de razonamiento mediante la cual se pasa de un conocimiento general a otro de menor nivel de generalidad.

La inducción y la deducción complementaron el proceso del conocimiento científico sobre la figura investigada. A partir del estudio del comportamiento particular de la atleta Marlenis Mesa, por el método inductivo se llega a determinadas generalizaciones, lo cual constituye punto de partida para inferir o confirmar formulaciones teóricas realizadas sobre los hechos relevantes de su trayectoria.

DEL NIVEL EMPÍRICO

Análisis de documentos.

En la investigación de corte histórico, como en cualquier otra, el uso de documentos es importante; constituye uno de los métodos de recogida de información más utilizados en la metodología de la investigación cualitativa. Cumple diferentes cometidos como el

apoyo a métodos más directos de recogida de información, la validación y constatación de la información colectada, reconstrucción de acontecimientos y generación de hipótesis. En esta investigación, la documentación analizada permitió obtener datos valiosos con el objetivo de reseñar los aspectos más importantes de la figura investigada, la documentación que se somete a análisis suele dividirse en dos grandes grupos:

1-Los documentos oficiales: Son aquellos que parten de una institución, registros, actas de reuniones, actas de evaluación, cartas oficiales, documentación corriente, documentación de carácter ilustrativo, (fotos, revistas, etc.).

El problema más importante en el análisis de documentos oficiales es la determinación del grado de confianza, porque el hecho de que estos materiales tengan carácter oficial no puede ser de ninguna manera una condición de objetividad, por lo que la tarea del investigador consiste en valorar el grado de validez y objetividad de dichos documentos. En esta investigación se revisaron documentos que contienen normativas sobre el trabajo del INDER, en el deporte Remos, fotos, reconocimientos oficiales a la atleta, y prensa escrita sobre la labor de Marlenis Mesa.

2-Los documentos personales: Son los que realiza el individuo de sus propias acciones y convicciones en forma de autobiografía, diarios, notas personales, entre otros. Estos fueron los empleados en la historia de vida reseñada.

En el trabajo investigativo que se presenta se utiliza documentación de ambos grupos para conocer el desempeño de la destacada remera.

Entrevista.

Constituye un método de investigación donde se desarrolla una conversación planificada con el sujeto entrevistado y otras personas vinculadas a la figura. Por tanto, a diferencia de la encuesta, que se realiza a través de cuestionarios que son

contestados por las personas de forma relativamente autónoma, con una intervención limitada del encuestador y casi siempre de forma escrita, la entrevista se basa en la presencia directa del investigador, que interroga personalmente.

Como diálogo planificado, representa una situación comunicativa o sistema de comunicación, y se distingue por su carácter intencional, dirigido a fines conscientes: la obtención de información y la orientación a las personas entrevistadas.

Facilitó conocer información de datos históricos valiosos, ocurridos con anterioridad, esclarecer hechos, datos, así como conocer los sentimientos y pensamientos de las personas involucradas en la investigación: familiares, compañeros de equipos, profesores deportivos, entrenadores.

Historia de vida:

La historia de vida es utilizada inicialmente por los antropólogos en los años 20, considerada como un material sociológico de gran valor en las ciencias sociales. Se define como la narración de la experiencia de vida de una persona (Colás Bravo, 1994: 264).

Se utiliza en la investigación con el fin de: hacer un análisis de la realidad vivida por el sujeto investigado, además para comprender aspectos básicos de su vida en el deporte, en especial el Remo. Mediante la utilización de este método se pudo conocer las posiciones asumidas por Marlenis Mesa Hernández en el Equipo Nacional de Remos, para reseñar su desempeño como atleta.

Triangulación:

Es una de las técnicas más típicas de la metodología cualitativa. Su principio básico consiste en obtener y analizar datos desde distintos ángulos, a fin de contrastarlos e

interpretarlos. Esta confrontación puede hacerse extensiva a datos, investigadores, teorías, métodos, etcétera; originando diferentes tipos de triangulación, de las cuales se utilizan: TRIANGULACIÓN POR LA FUENTE; para comprobar si las informaciones aportadas por una fuente son confirmadas por otra y la TRIANGULACIÓN POR EL MÉTODO: con el fin de validar los datos obtenidos por la aplicación de diferentes métodos a un mismo tema de estudio. En la investigación que se presenta se emplea la triangulación por la fuente.

Selección de informantes.

En la investigación histórica la selección de informantes cumple requisitos indispensables, es un proceso ininterrumpido, pues a lo largo de toda la investigación surgen interrogantes que son necesarias para corroborar con varias personas o documentos.

Al consultar la bibliografía de metodología de la investigación, se constata que la selección de informantes es una tarea continuada; lo esencial es saber escoger el grupo de personas que puedan aportar la información más relevante a los propósitos de la investigación. En este caso fueron seleccionados: familiares, vecinos, compañeros de equipo, entrenador, Directivos del Remo.

2.3- Escenarios y Sujetos.

Escenario: La presente investigación se desarrolla fundamentalmente en el Municipio de Cifuentes de la provincia de Villa Clara, lugar de nacimiento y donde reside actualmente la atleta objeto de estudio y residencia de parte significativa de los familiares. Las acciones investigadas se desarrollan además en las instalaciones, del INDER provincial de Santa Clara, lugar donde laboran actualmente los directivos y entrenador entrevistados.

Sujetos: Atletas, Comisionado Provincial Deporte Remo, dos compañeras del Equipo nacional, entrenador, y familiares de Marlenis Mesa. Los informantes considerados se eligieron partiendo del principio que cumplen estos requisitos, pues son del mismo contexto y del propio municipio, la selección de los informantes tiene un carácter dinámico, es decir no se interrumpe sino que continúa a lo largo de todo el proceso de investigación. La selección de los informantes no responde a un esquema o plan de acción previamente fijado, más bien es el fruto del propio proceso que se genera en el acceso al campo por aporte de los investigadores. De acuerdo con las características y finalidad de esta investigación se identificaron y se caracterizaron a todas aquellas personas capaces de ofrecer información en relación con el inicio y desarrollo de la vida deportiva de la atleta Marlenis Mesa Hernández. Los seleccionados fueron:

- La Investigada (Marlenis Mesa Hernández).
- Entrenadores y Directivos del Remo en la provincia de Villa Clara, (Lic. Alfredo Álvarez Ramírez y Lic. Osvaldo Hernández Franco).
- Entrenador Roberto Pérez Rojas.
- Compañeras de Equipo: Daylin Taset e Ismaray Marrero.
- Familiares: Padres.

2.4- Cronología deportiva de Marlenis Mesa Hernández.

Marlenis Mesa Hernández nació en Sagua la grande a los 20 días del mes de abril del año 1974. Sus primeros estudios los cursó en la escuela rural Ciro Redondo del poblado de Sitio Grande en el municipio Cifuentes, en el año 1986 ingresa en la EIDE Héctor Ruiz Pérez en el deporte de Remos mediante captación directa, por el entrenador Roberto Pérez, lo cual fue una feliz casualidad ya que no se interesaba por los deportes solo que no quería estudiar en una secundaria externa, y esa fue su

oportunidad, no conocía ese deporte solo se lo enseñaron en una foto y su respuesta fue sí, allí paso 4 años obteniendo medalla de plata y oro en el single 13-14 años, oro en single 15-16, plata en doble par de igual categoría. En el último año 15-16 participa en los eventos juveniles en la tripulación del 4 par de remos cortos obteniendo oro en la regata Cuartel Moncada en Santiago de Cuba, plata en la Copa Villa Clara, en la Copa Camarones de Cienfuegos y la 26 de julio en Varadero, así como integró la tripulación del 8 con femenino por centrales, regata que fue una exhibición en nuestro país pues para ese evento no se entrena, ese mismo año formó parte de 4par de remos cortos que nos representó en los últimos Juegos Juveniles de la Amistad celebrados en Hungría obteniendo el 8vo lugar , en julio del mismo año fue llamada a integrar las filas de la preselección Nacional en peso ligero con vista a los Juegos Centro Americanos y del Caribe México 1990 radicado en Varadero, compitiendo en el 4 par de remos cortos obteniendo medalla de plata, continuó sus estudios en la Facultad Obrero Campesina de dicho municipio, participó en los Juegos Panamericanos Habana 91 en el single peso ligero alcanzando el 4to lugar ese mismo año participa en los eventos nacionales obteniendo medalla de oro en el doble par peso ligero por la provincia de Villa Clara, en el año 1992 participa en los Juegos Nacionales en single peso ligero y obtiene 1er lugar al igual que en el 1993, ese mismo año ingresa a cursar los estudios universitarios en Cultura Física, también integra el equipo que participó en los Centro Americanos y del Caribe en Ponce, Puerto Rico en la modalidades de 2 remos cortos y 4 par ligero obteniendo medalla de plata en los dos eventos, en 1994 participó en los Juegos Nacionales en 2 par peso abierto alcanzando medalla de oro, ese mismo año fue separada de la selección nacional por presentar problemas para mantener el peso para su división, pasó a entrenar en la provincia bajo la tutela del colectivo de entrenadores que en ese momento se encontraban, y se insertó al Instituto de deporte

de la provincia manteniendo buenos resultados académicos, en 1996 participa en los Juegos nacionales en la tripulación de doble sin timonel y 4sin timonel obteniendo medalla de oro en los dos eventos, al igual que en 1997, en 1998 fue llamada nuevamente para la Preselección nacional donde rápidamente se puso a la cabecera de su disciplina, en 1999 participó en los Panamericanos de Winnipeg en las 3 modalidades single, doble par y cuatro par peso ligero obteniendo 5to lugar en el 1x y 4to en el 2x y 4x, ese mismo año se gradúa como Licenciada en Cultura Física uno de sus mayores retos, fue seleccionada como la mejor atleta del año en Villa Clara, en el año 2000 participó en el evento clasificatorio a las Olimpiadas de Sydney obteniendo su clasificación en el doble par peso ligero, además participa en la Copa del mundo de Austria como preparación para las olimpiadas, participa en los Juegos Nacionales representando a la provincia de Villa Clara en los dos eventos de single femenino en el ligero mantiene su liderazgo y en peso abierto obtuvo el 2do lugar , participó en las Olimpiadas obteniendo el 14 puesto y siendo una de las tres mujeres que por primera vez llegan al más alto escaño del deporte, en el 2001 participó en los eventos nacionales celebrados en Cienfuegos en las dos modalidades del single, en el peso ligero obtuvo el 1er lugar así como en el peso abierto recibiendo la categoría de atleta destacada en los juegos, ese mismo año participó en la Copa del mundo de Austria en doble par de remos cortos obteniendo la medalla de plata y en Suiza donde alcanzó el 8vo lugar además de participar en el mundial de dicho evento obteniendo el 7mo lugar, en 2002 participó en el mundial realizado en Suiza en la modalidad de 2x peso ligero donde se alcanzo el 8vo lugar , además de participar en los Juegos nacionales manteniendo su liderazgo, así como en la Copa 26 de Julio efectuada en Varadero donde representó a la firma Gran Caribe, en 2003 participó en los Juegos nacionales en single peso ligero 1er lugar y el 1x peso abierto 2do lugar, así como en las regatas

26 de julio, participa en las regatas del club España en México las cuales se efectuaron desde el año 2000 hasta el año 2003, donde mantuvo su liderazgo en el single peso ligero, ese mismo año participó en el mundial de España alcanzando el 7mo puesto, y en los Juegos Panamericanos Santo Domingo en 2x y 4x de remos cortos peso ligeros En doble par obtuvo medalla de plata y el oro en el 4x, también participó en la Copa Nisday Esténcil que se efectuaba todos los años en conmemoración a la desaparición física de la atleta, obteniendo 1er lugar en el single ligero, en el 2004 se retira por presentar problemas de salud : una espóndilolisis en 4ta y la 5ta vértebra dorsal, en ese año se integra a trabajar en el Sectorial de Deportes como profesora de Cultura Física, en el 2007 sale a cumplir misión a la hermana República de Venezuela, regresa en el 2009 y comienza como Metodóloga de Sistema Competitivo del Sectorial de Deportes de su Municipio. Es militante del PCC desde el año 1999.

Resultados de la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa Hernández

EVENTOS NACIONALES

Evento	Modalidad	Lugar	Sede	Año
Juegos Nac. Esc.	1xF 13-14	2do	Cienfuegos	1987
	1xF 13-14	2do	Cienfuegos	1988
	1xF 15-16	2do	Cienfuegos	1989
	1xF 15-16	2do	Sancti Spíritus	1990
	2xF 15-16	1ro	Sancti Spíritus	1990
Juegos Nac.	2XFPL VC	1ro	Cienfuegos	1991
	2xFPL VC	2do	Cienfuegos	1992
	4xF VC	1ro	Cienfuegos	1992
	2XFPL VC	2do	Cienfuegos	1993
	4xF VC	1ro	Cienfuegos	1993
	2X VC	1ro	Cienfuegos	1994
	1X VC	1ro	Cienfuegos	1994
	2- VC	1ro	Cienfuegos	1997
	4- VC	1ro	Cienfuegos	1997
	2- VC	2do	Cienfuegos	1998
	4- VC	1ro	Cienfuegos	1998
	1xFPL VC	1ro	Cienfuegos	1999
	1xFPL	1ro	Cienfuegos	2000
	1XFPL VC	1ro	Cienfuegos	2001
	1XFPL VC	1ro	Cienfuegos	2002
	1XFPL	1ro	Cienfuegos	2003
Regatas Juveniles	4xFJ	1ro	Santiago de Cuba	1990
	4xFJ	2do	Villa Clara	1990
	4xFJ	2do	Varadero	1990
	8-	2do	Varadero	1990
Copa 26 de Julio	1XFPL 1000mts	1ro	Varadero	1999
	1XFPL 1000mts	1ro	Varadero	2000
	1XFPL 1000mts	1ro	Varadero	2001

JUEGOS CENTROAMERICANOS Y DEL CARIBE

Evento	Modalidad	Lugar	Sede	Año
Centroamericanos y del Caribe	4xF Cuba	2do	México	1990
	2XFPL	2do	Ponce	1993
	4XFPL Cuba	2do	Ponce	1993

JUEGOS PANAMERICANOS

Evento	Modalidad	Lugar	Sede	Año
Panamericanos	1XFPL Cuba	4to	La Habana	1991
	1XFPL Cuba	5to	Winnipeg	1999
	2XFPL Cuba	4to	Winnipeg	1999
	4XFPL Cuba	5to	Winnipeg	1999
	2XFPL	2do	República Dominicana	2003
	4XFPL	1ro	República Dominicana	2003

JUEGOS OLIMPICOS

Evento	Modalidad	Lugar	Sede	Año
Preolímpico	2XFPL Cuba	2do	México	2000
Olimpiadas	2XFPL Cuba	16to	Sydney	2000
I Olimpiadas Cubanas	1XFPL	1ro	La Habana	2002
	2XFPL	3ro	La Habana	2002
	4XFPL	3ro	La Habana	2002

CAMPEONATOS MUNDIALES

Evento	Modalidad	Lugar	Sede	Año
Mundial	2XFPL Cuba	8vo	Suiza	2001
	2XFPL Cuba	7mo	España	2002

COPAS DEL MUNDO

Evento	Modalidad	Lugar	Sede	Año
Copa del Mundo	2XFPL Cuba	7mo	Austria	2000
	2XFPL Cuba	6to	Suiza	2000
	2XFPL Cuba	8vo	Italia	2001
	2XFPL Cuba	8vo	España	2002
	2XFPL Cuba	2do	Austria	2002
	2XFPL	6to	Suiza	2003
	2XFPL	7mo	España	2003
	1XFPL	1ro	México	2003
	1X (500mts)	2do	México	2003
	2XFPL(1000mts)	1ro	México	2003
	4X- F (1000mts)	1ro	México	2003

OTROS EVENTOS INTERNACIONALES

Evento	Modalidad	Lugar	Sede	Año
Juegos Juveniles de la Amistad(JJA)	4xF Cuba	8vo	Hungría	1990
Regatas Club España	1xFPL Cuba	1ro	México	1992
	2XFPL Cuba	2do	México	1993
	4XFPL Cuba	2do	México	1993
	2- FPL Cuba	1ro	México	2001
	1XFPL	1ro	México	2001
	1XF 500mtros	2do	México	2001
	4- F 1000mts	1ro	México	2001
	1XFPL	1ro	México	2002
	1xFPL (500mts)	1ro	México	2002
	4- F (500mts)	2do	México	2002
	1XFPL	1ro	México	2003
	1X (500mts)	2do	México	2003
	2XFPL(1000mts)	1ro	México	2003
	4- F (1000mts)	1ro	México	2003
Copa Nisday	1xFPL	1ro	Ciudad Habana	2000
	1XFPL	1ro	Ciudad Habana	2001
	1XFPL	1ro	Ciudad Habana	2002
	1XFPL	1ro	La Habana	2003
	1XF 4000mts	2do	La Habana	2003

Leyenda:

1XF: single femenino 2xF: doble par femenino.

2XFPL: doble par femenino peso ligero.

4XF: cuatro par femenino.

2-F: doble single femenino.

4-F: cuatro single femenino.

1XPL: single femenino peso ligero.

2XFPL: doble par femenino peso ligero.

4XFPL: cuatro par femenino peso ligero

8XF: ocho par femenino.

2-FPL: doble single peso ligero.

2.5- Valoración de los Resultados.

En el proceso investigativo se constató la amplia participación de la atleta estudiada en competencias nacionales e internacionales, durante los años en que participó como integrante del Equipo Nacional de Remos, junto a su excelente rendimiento deportivo, se muestran las características personales y sociales de Marlenis Mesa Hernández expresadas en su trayectoria deportiva.

Las entrevistas realizadas a Jefes Técnicos y Comisionados de Remos en la provincia de Villa Clara en el período en que la remera Marlenis Mesa Hernández fuera atleta escolar, juvenil y de primera categoría posteriormente, evidencian que conocieron a Marlenis en el momento de su captación en la EIDE cuando tenía aproximadamente 11 años procedente de Sitiecito, Cifuentes esta fue descubierta por el profesor Roberto Pérez Rojas, entrenador de 13 – 14 femenino siempre tuvo un excelente biotipo para este deporte, fue buena estudiante, se caracterizó por la disciplina y el rigor en los entrenamientos, como remera se destacaba por su buena técnica y una aceptable resistencia.

Su fortaleza estaba precisamente en su técnica y resistencia y su debilidad en el hecho de no tener mucha fuerza. Su mayor logro fue haber sido una de las pocas atletas de Remo en participar en una Olimpiada. Dentro de los remeros de Villa Clara se ubica entre los 5 más destacados y como principal exponente dentro de las féminas. Tuvo

siempre buenas relaciones con sus entrenadores y compañeros de equipo. Después de formar parte de la Selección nacional, se separó del remo por un periodo de tiempo hasta un día en que se acercó manifestando su deseo de reincorporarse al deporte con el compromiso de dar esta vez todo lo que tenía, lo más satisfactorio es que cumplió con creces lo prometido llegando a ser atleta olímpica. Fue fundamental para la atleta el apoyo brindado por su familia, principalmente sus padres. Su tenacidad y valentía así como su consagración al deporte se evidenciaban en cada una de sus actuaciones.

Es una de pocas mujeres que representaron a Cuba en una Olimpiada y la única mujer de Villa Clara que lo hizo, debe tener un lugar en la historia y en el de las glorias del deporte. Se debe destacar, que nunca se pensó en aquel entonces que una muchacha tan menudita pudiera llegar con su dedicación y combatividad tan lejos como llegó ella, es un ejemplo para el Remo villaclareño.

Sus compañeras de equipo manifestaron al ser entrevistadas que dentro del equipo era un ejemplo a seguir en todos los aspectos, mantenía buena comunicación social con todos sus compañeros y del centro. Está entre las atletas remeras más destacadas que han pasado por el Equipo Nacional, teniendo en cuenta sus resultados relevantes a nivel nacional e internacional. Como atleta remó el doble par durante mucho tiempo, donde tuvo muy buena compenetración con todos, algo fundamental para el logro de los resultados, dada su vasta experiencia. Como compañera siempre, apoyó en todos los momentos dentro y fuera del entrenamiento a sus compañeras de equipo, En los Juegos Panamericanos del 2003 en Santo Domingo ocurrió algo desagradable para el equipo, este obtuvo 9 medallas de oro y una de plata la cual fue alcanzada por las féminas dado el rigor de la regata, esto fue muy triste porque no se pudo dar el alegrón al equipo de obtener las 10 medallas de oro. Marlenis es una brillante persona, tuvo

resultados muy buenos docentes y deportivos, fue Capitana de equipo, salida de una familia humilde, donde le enseñaron buenos valores y le inculcaron buena conducta, por eso fue quien fue y logró todo lo que se propuso, es muy querida y respetada por todos en el canal de remos.

Sus familiares, especialmente su madre, la valoran como una persona que desde niña demostró su tenacidad y fortaleza al enfrentar todos los obstáculos que se interponían en el alcance de sus metas deportivas. Esta siente un gran orgullo porque su hija ha sido reconocida por sus resultados tanto en Cuba como fuera de ella. Con énfasis manifiesta todo el apoyo que a ella dieron desde pequeña y la sencillez de Marlenis, a pesar de ser una de las pocas mujeres que ha representado a Cuba en el Remo olímpico.

Su entrenador, quien la descubre desde niña, señala que las características que más la distinguieron en las categorías escolares fueron su perseverancia y optimismo ante todas las tareas de entrenamiento.

Era honesta, sencilla, muy sensible con los problemas de los demás los cuales le afectaban más que los propios, estudiosa, preocupada, laboriosa, con una excelente estabilidad política ideológica, la mayoría de ellos provenientes de la formación en el hogar en el cual siempre contó con una ayuda excelente.

Los elementos expresados anteriormente, reafirman su voluntad en los entrenamientos y las competencias, unido a su disciplina en los diferentes ámbitos de actuación, que constituyeron motivos de su crecimiento como atleta y como ser humano, e influyeron en el logro de su maestría deportiva y sus significativos resultados en el deporte Remo nacional e internacionalmente. Después de valorar las informaciones logradas en el desarrollo de la investigación, se considera que la atleta Marlenis Mesa Hernández, posee dentro de sus cualidades la técnica como deportista, se destacan el nivel

alcanzado en la resistencia y la fuerza, el estilo y dominio de una técnica depurada como remera, unido a la disciplina en los entrenamientos y competencias y sus buenas relaciones humanas con sus compañeros de equipo que la llevaron a convertirse en una figura destacada del Remo cubano.

En el desarrollo de su vida social se evidencian su buena conducta y participación en las tareas que se le han asignado como trabajadora del INDER en el municipio de Cifuentes, el cumplimiento de misión en la hermana república de Venezuela, así como su integración entusiasta a la vida de su comunidad, donde goza de prestigio y respeto como gloria del deporte villaclareño y cubano.

III- Conclusiones

1. En la trayectoria deportiva de la remera villaclareña Marlenis Mesa Hernández como miembro del Equipo Nacional de Remos y del Deporte villaclareño, se destaca su amplia participación en eventos nacionales e internacionales.

2. Las actuaciones más relevantes de Marlenis Mesa Hernández, están centradas en la obtención de 31 medallas en eventos internacionales: 17 medallas de oro, 12 medallas de plata y 2 de bronce.

3. La mayor significación que tiene la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa Hernández radica en ser una de las escasas mujeres que representaron a Cuba en una Olimpiada y la única mujer de la provincia de Villa Clara que lo hizo, por lo cual debe tener un lugar meritorio en la historia del deporte nacional y villaclareño.

Recomendaciones.

1- Desarrollar otras investigaciones sobre historias de vidas de atletas del Remo, por los resultados significativos de esta disciplina y su aporte al desarrollo del deporte de la provincia de Villa Clara y el movimiento deportivo cubano.

2- Incorporar la presente investigación científica a la historia del deporte en el municipio de Cifuentes.

IV - Bibliografía.

1. Alfonso, Marcos. (2000) Olímpicas Razones: Cuba por una Sede. Ciudad de La Habana, Editorial Científico Técnica.
2. Álvarez Valdivia Ibis (2008) Investigación cualitativa. Diseños Humanísticos.
3. Baxter Ester (1989). La formación de valores una tarea pedagógica. La Habana, Editorial Pueblo y Educación.
4. _____ (1999). La educación en valores. Tarea principal de la Escuela la Familia y la Sociedad. La Habana, curso 24 Pedagogía 99.
5. Bombino Álvarez Rafael (2004) El saber ético de ayer. Tomo 1. Editorial Félix Varela.
6. Castro Ruz Fidel (2004) Discurso pronunciado en la inauguración de la Escuela de Trabajadores Sociales de Villa Clara.
7. De Osaba y Goenaga Martínez, Juan A. y Mayrilian Cruz Blanco. (2008) Pequeña Enciclopedia Olímpica y de la Cultura Física. Ciudad de La Habana, Editorial Científico Técnica.
8. Del Toro Alonso, Mayra. (1996). Un enfoque multidisciplinario en el diseño de un curso de ética para profesionales del deporte. Tesis de maestría (Maestría en Educación Avanzada) La Habana ISP "Enrique José Varona.
9. _____ (2001). Hacia una reflexión necesaria: La formación del remero en las condiciones actuales. Un reto del sistema cubano de Cultura Física: Revista Acción (La Habana).
10. _____ (2001). Reflexiones teórico-metodológicas sobre el deporte Remos. *En* memorias de II Conferencia Internacional de Educación Física y

Deporte de alto rendimiento. La Habana, ISCF "Manuel

11. Estévez Cullell, Migdalia, Margarita Arroyo Mendoza y Cecilia González Ferry. (2004) Investigación científica en la actividad física: Su metodología. Ciudad de la Habana, Editorial Deportes. .
12. González Pérez, Alfredo. (1999). Acciones de superación en historia de la Cultura Física de Villa Clara. Tesis de Maestría (Maestría en educación Avanzada). Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo". .
13. Hernández Díaz, Tania. (2004). Abelardo Eduviges Montiel Martínez, Paradigma del deporte Cubano. Trabajo de Diploma. Villa Clara, ISCF "Manuel Fajardo".
14. Herberger, Ernest. y col. (1984) Remo. Ciudad de la Habana, Editorial Científico-Técnica.
15. INDER. (2009) Orientaciones para la recreación física. *En* Indicaciones para el curso escolar 2009 – 2010. (CD-ROM). La Habana.
16. Mesa Anoceto, Magda. (2006) Asesoría estadística en la investigación aplicada al deporte. La Habana, Editorial José Martí. 171 p.
17. Méndez Brotox Mónica (2009) La historia del deporte Remos. Revista Digital. Disponible en <http://www.educaciónmotriznet/art-vaeducdepseirul-lo.htm>.
18. Harre, D. (1983). Teoría del Entrenamiento Deportivo. Editorial Científico-Técnica. Ciudad de la Habana.
19. _____ (2007) Alternativas pedagógicas interactivas para la educación en El Remo juvenil. Tesis en opción al grado científico de doctor en ciencias de la cultura física. ISCF. Facultad. Villa Clara.
20. Montero Delgado. R y Luis del Toro Reyes (2005). Apuntes para el estudio del

Sistema Deportivo o Sistema de Cultura Física y Deportes. En dirección de la Cultura Física.

21. Sánchez Acosta, María Elisa (2005). Psicología del entrenamiento y la competencia deportiva. Editorial Deportes.
22. VIII Seminario Nacional para educadores. Ministerio de Educación. Curso escolar 2007-2008.
23. Vigotsky. L.S. (1987) Historia del desarrollo de las funciones psíquicas superiores. Editorial Ciencia y Técnica. Ciudad de La Habana.

V - Anexos.

Anexo 1

Entrevista realizada a Marlenis Mesa Hernández.

- 1-¿Dónde y cuándo nació?
- 2- Narre aspectos significativos de su infancia y cómo se vinculó al deporte
- 3-¿Qué representó Roberto Pérez Rojas en su carrera?
- 4-¿Recibió el apoyo de sus padres durante su carrera deportiva o de alguien más, quiénes?
- 5-¿Qué condiciones cree que debe reunir una joven para practicar el deporte?
- 6-¿Alguna figura le sirvió de ejemplo durante su carrera?
- 7-Hábleme de sus resultados en los Juegos escolares y Juveniles
- 8-¿Cómo llega al Equipo nacional?
- 9-¿Cuénteme sus primeras experiencias con el Equipo nacional?
- 10-¿Cuántas veces fue campeona nacional y en qué modalidad?
- 11-¿Tuvo una pareja estable en el doble par o cambiaba con frecuencia?
- 12-¿Cuál de las dos modalidades le gustaba más y por qué?
- 13-¿Cuáles fueron sus principales resultados en eventos internacionales?
- 14-¿Qué representa ser la primera mujer cubana en competir en unos Juegos olímpicos en la especialidad de Remo?
- 15-¿Cómo termina su carrera deportiva?
- 16-¿Le fue difícil tomar esa decisión?
- 17-¿Después de su retiro ha seguido vinculada al deporte?

18-¿Es graduada de Cultura Física, cómo puede un atleta realizar estudios superiores y mantener un alto rendimiento en el deporte?

19-¿Cómo ve el presente del Remo en Cuba y específicamente en el femenino?

20-¿Está casada, tiene hijos y qué ha representado su familia en su vida?

21-¿Cuál es el momento que considera más importante dentro de su carrera y cuál es el que menos quiere recordar?

22-¿Recuerda alguna anécdota o momento trascendental dentro del equipo nacional?

23-¿Qué recomendaciones le diera a las nuevas generaciones de deportistas en el Remo?

24-¿Si le dieran la oportunidad de volver a nacer volvería a ser remera?

25-¿Qué papel juega ser el strok de un bote?

26-¿Cómo enfrenta las derrotas que ha tenido o los resultados que no has esperado conseguir?

Anexo 2.

Entrevista realizada a Jefes Técnicos y Comisionados de Remo en la provincia de Villa Clara.

Nombre del entrevistado:

Como parte de una investigación para conocer aspectos de la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa, se solicita que usted sea lo más sincero posible, para enriquecer este trabajo y que la investigación sea fiel a la realidad, por lo que se expresa con antelación la gratitud por la ayuda que brinda.

- 1- ¿Cuándo conoció a Marlenis Mesa Hernández?
- 2- ¿Cuáles eran sus características sociales y personales?
- 3- ¿Cómo fue su desempeño durante los primeros pasos en el Remo?
- 4- ¿En qué aspecto de su desarrollo deportivo sobresalía?
- 5- ¿Qué cualidades como deportista apreciaba en ella?
- 6- ¿Cuándo trabajó con ella directamente?
- 7- ¿A su juicio dónde reside la mayor significación de esta atleta?
- 8- ¿Cómo eran sus relaciones interpersonales con compañeros y entrenadores?
- 9- Cuente alguna anécdota que le gustaría recordar de su relación con la atleta

Muchas Gracias.

Anexo 3.

Entrevista realizada a sus compañeras de equipo.

Nombre del entrevistado:

Como parte de una investigación para conocer aspectos de la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa, se solicita que usted sea lo más sincero posible, para enriquecer este trabajo y que la investigación sea fiel a la realidad, por lo que se expresa con antelación nuestra gratitud por la ayuda que se brinda.

- 1- ¿Cómo era Marlenis dentro del equipo?
- 2- ¿Cómo se relacionaba con sus compañeros?
- 3- ¿La considera usted una de las mejores remeras que haya pasado por Cuba?
¿Por qué?
- 4- Diga su valoración de Marlenis como atleta y compañera.
- 5- Cuente alguna anécdota de Marlenis con usted u otro compañero que conozca.
- 6- Algún otro aspecto que usted crea, se debe señalar.

Muchas Gracias.

Anexo4

Entrevista realizada a la madre de Marlenis Mesa Hernández

1. ¿Cómo transcurrió su niñez y cuáles eran sus actividades preferidas?
2. ¿Tuvo Marlenis su apoyo cuando comenzó la práctica del deporte?
3. ¿Cómo eran sus relaciones con Marlenis?
4. ¿Cómo se siente usted al ser madre de una gloria del deporte?
5. ¿Cuál fue el momento más emocionante en la carrera deportiva de su hija?
6. ¿Cuál fue el momento en la carrera deportiva de Marlenis en que la vio más triste?
7. ¿Qué era lo que más extrañaba de ella cuando no estaba en casa?
8. ¿Qué es lo que más admiraba de su vida personal?
9. ¿Qué ha significado para usted que su hija haya sido la única mujer de Villa Clara, en el deporte de Remos, en participar en unos Juegos Olímpicos y una de las 3 mujeres cubanas que han podido estar en esta cita?

Anexo 5

Entrevista realizada al Entrenador Roberto Pérez Rojas.

Como parte de una investigación para conocer aspectos de la trayectoria deportiva de Marlenis Mesa, se solicita que usted sea lo más sincero posible, para enriquecer este trabajo y que la investigación sea fiel a la realidad, por lo que se expresa con antelación nuestra gratitud por la ayuda que nos brinda.

Muchas gracias.

1-¿Cómo conoció a Marlenis Mesa Hernández?

2-¿Apreció algo especial en ella cuando la conoció?

3-¿Que tiempo trabajó con ella?

4-¿Cuáles eran los elementos que la caracterizaban a ella a la hora de remar?

5-¿Cuáles eran sus valores?

6-¿En qué lugar ubicaría a esta excepcional atleta en el Remo cubano?

7-¿Cómo se sintió como entrenador al tener una atleta así?

8-¿Se encuentra orgulloso de haber encontrado una gloria del deporte cubano revolucionario?

9-¿Qué era lo que más admiraba de ella dentro y fuera del equipo?

10-¿Tiene alguna anécdota que pudiera contar acerca de ella?

11-¿Otro aspecto que considere relevante y quiera contar?

.

Anexo 6.

Resultados de la entrevista realizada a la atleta Marlenis Mesa Hernández.

1. Nací en el Hospital de Sagua la Grande a los 20 días del mes de Abril de 1974.
2. Mi infancia fue muy bonita llena de cariño por parte de mis padres, mis primeros pasos fueron en el poblado de Sito Grande donde estuve hasta el 5to grado donde paso para el Concentrado "Carlos Conquero en la Cabecera del municipio pues en el poblado la escuela no tenía ese grado ,al terminar el curso me ubicaron en la ESBU La Portilla, pero mis padres me querían pasar para la secundaria básica Antonio Guitera a la cual no quería ingresar por no gustarme las escuelas en la calle, ese fue el motivo principal para vincularme al deporte, pues el día antes de salir de la escuela pasaron un grupo de entrenadores a realizar captaciones para la EIDE y me decidí por entrar a ella.
3. Roberto para mí fue el padre del deporte, fue el que me vio y me captó para el deporte de Remo, me dio la oportunidad de seguir los estudios en una escuela interna que era lo que quería, me enseñó a querer el deporte, a crecer como atleta, la responsabilidad y defensa de la camiseta que representaba, la abnegación, la fuerza para ser cada día mejor.
4. Sí, recibí el apoyo de mis padres incondicionalmente siempre estuvieron presentes en cada momento que pudieron en cada competencia, al igual que el resto de mi familia y de los entrenadores de la provincia que me ayudaban y apoyaban a superarme cada día más.
5. Para mí, lo que debe reunir un atleta es la actitud deportiva, la voluntad, la entrega, la perseverancia, conjuntamente con esas cosas las condiciones físicas y las especificidades de cada deporte

6. Ana Fidelia Quirós.

7. Mis primeros juegos escolares fueron en el curso 86-87 donde alcancé el 2do lugar al igual que en el segundo año 13-14 donde solo estuve yo en la categoría en 15-16 alcancé en el 1er año oro y en el segundo año de esa categoría integré el equipo juvenil participando en las Regatas de Santiago de Cuba en el cuatro par alcanzando primer lugar, en abril Villa Clara el 2do lugar, al igual que en Cienfuegos en la misma tripulación, ese mismo año participé en los JJA en Hungría donde obtuvimos el 8vo lugar, al regreso participé en los Juegos Nacionales Escolares realizados en Santi Spíritus alcanzando 1er lugar en el doble par y 2do en el single, en Julio participamos en la copa 26 de julio (Varadero), 2do lugar en el 4par Juvenil y en la exhibición de 8con realizada por primera vez en nuestro país.

8. En el año 90 fui seleccionada para pertenecer a la preselección nacional como ligera por mis condiciones físicas y mis resultados en los años escolares.

9. Son difíciles pues como escolar participo en los JJA en otro medio muy diferente, no tan solo en un país de otro idioma, clima sino también con los implementos deportivos pues no pudimos llevar ni los remos que se usaban, después fue algo grande pues la misma maestría en el deporte te da la confianza de realizarte como atleta.

11. La pareja en la tripulación fue bastante estable aunque no fue una sola, la primera fue la atleta Daylin Taset que fue con la que participé en las Olimpiadas y la segunda fue la atleta Ismaray Marrero.

12. El single, por ser la modalidad en la que lo que tú hagas es solo tu responsabilidad, es decir tus resultados solo dependen de ti, el doble y cuatro par

también son bonitos y disfrutables cuando hay integralidad en los movimientos es decir que se ve una sola persona sobre el bote.

13. Campeona Panamericana, Centro Americana, 2do lugar en la copa del Mundo de Austria, 14lugar en las Olimpiadas de Sydney 2000, 7mo lugar en el mundial de España 2002.

14- Los Juegos Olímpicos es el escalón más alto de un atleta e integrar el equipo de mujeres que compite por primera vez en ellos es maravilloso, pues te da una visión aún más amplia del nivel de nuestro deporte.

15. Termina por problemas de salud, en el año 2003 comienzo con dolores en la columna vertebral, después de los Panamericanos me realizan un estudio donde me diagnostican una espondilolisis L4,L5 lo cual me impedía esforzarme al máximo, por lo que determino retirarme.

16. Sí, pues tenía por delante las Olimpiadas en las cuales queríamos participar, pero sin poder esforzarme al máximo por la lesión no lograríamos un mejor resultado y ese no era el objetivo.

17. Sí, aunque no frente al alumno directamente, en la actualidad me estoy desempeñando como, metodóloga de atención atleta y formación integral.

18. Es difícil porque los estudios solo eran una vez a la semana lo demás era auto preparación, pero esa era la única opción para poder superarnos, el entrenamiento de esos días se hacían en la madrugada o después del regreso de la universidad.

19. Cada día veo más difícil alcanzar una medalla olímpica, por las dificultades económicas que nos golpean a todos lo niveles tanto de material deportivo como de competencias internacionales, eso sin contar que nuestro deporte es caro.

20. Sí estoy casada, tengo una niña que es mi razón de ser en estos momentos, mi familia representa el eslabón fundamental para mi crecimiento profesional.

21. Las Olimpiadas del 2000 Sidney y el menos que quiero es la 1ra olimpiada del Deporte Cubano.

22. En el año 1991 no estaba en la selección para los Panamericanos de la Habana y se realizaría una ultima eliminación en el single, una de las compañeras me comentó realizar la regata suave y cuando se estuviera cerca de la meta terminar en el orden que nos encontrábamos hacía un mes atrás, no estuve de acuerdo y eso me dio la posibilidad de clasificación para el evento en la modalidad de single femenino ligero, fueron mis primeros Panamericanos.

23. La consagración al deporte y más a este que es un deporte longevo, entre más tiempo llevas en el deporte más resultados puedes alcanzar.

24. Creo que sí, aunque nunca me gustó el deporte pero este fue mi carrera y le dediqué parte de mi juventud y mi vida.

25. Es el guía de la tripulación, es como el armador en el voleibol así es el strok en el remo.

26. Las derrotas siempre son difíciles de superar, pero con el apoyo incondicional de mi familia siempre salí a flote,

27. Ni mal, ni bien, yo ya sabía que causaría baja, no por el peso solo sino que en el cambio de categoría también debía cambiar de entrenador y no fue así, lo cual me trajo muchos contra tiempos para lo que me estaban pidiendo en ese momento, pero no todo fue tristeza bajé siendo campeona nacional ese mismo año.

28. Soy de temperamento fuerte, me gusta que las cosas salgan bien, me gusta respetar para que me respeten.

29. Siempre hay contrarios difíciles, nunca fáciles, por muy bien que uno esté preparada nunca sabe como está el contrario si no se enfrentan a menudo, y aquí Ismaray Marrero fue mi eterna rival.

30. Alcanzar una medalla Olímpica, no lo pude lograr al 100% pero sí parte de él pues fui una de las 3 primera mujeres en estar en ese evento

31. 17 años entre escolar y Selección Nacional

32. Si, son momentos muy bonitos, toda mi adolescencia y parte de la juventud vinculada al deporte de alta competencia, en él pase mis 15 años.

33. Cada generación tiene su particularidad, la diferencia no es mucha el deporte de Remos es uno de los más caros y no siempre pudimos tener una flota de botes de ultima tecnología en la actualidad pasa parecido, con la diferencia que en los años 90 se tenia más eventos tantos nacionales como internacionales al igual que la ESPA y la EIDE a nivel provincial donde se comenzaba la practica en edades tempranas y existía más posibilidad de talento hoy se ha perdido, lo que nos imposibilita un mejor desarrollo de deporte y con ello los resultados internacionales.

34. Para mí la voluntad es lo primero, son entrenamientos muy fuertes y si no la tienes no logras los objetivos, dedicación, humildad, respeto, abnegación.

35. Si tuviera una reencarnación volvería a ser remera, entré al deporte por casualidad y me enamoré de él, hoy soy fiel seguidora de este deporte aunque tenga poca divulgación en los medios.

Anexo 7.

Alfredo Álvarez Ramírez.

Resultados de la entrevista realizada al Jefe Técnico y Comisionado de Remos en la provincia de Villa Clara en el periodo en que la remera Marlenis Mesa fuera atleta escolar, juvenil y de primera categoría posteriormente.

- 1- Conocí a Marlenis en el momento de su captación en la EIDE cuando tenía aproximadamente 11 años procedente de Sitiecito, Cifuentes por el profesor Roberto Pérez Rojas, entrenador de 13 – 14 femenino.
- 2- Marlenis siempre tuvo un excelente biotipo para este deporte, además de ser muy bonita. Fue buena estudiante, se caracterizó por la disciplina y el rigor en los entrenamientos.
- 3- Trabajé aproximadamente 8 años.
- 4- Marlenis como remera se destacaba por su buena técnica y una aceptable resistencia.
- 5- Su fortaleza estaba precisamente en su técnica y resistencia y su debilidad en el hecho de no tener mucha fuerza.
- 6- Su mayor logro fue haber sido una de las pocas atletas de remo en participar en una Olimpiada.
- 7- Dentro de los remeros de Villa Clara ubicaría a Marlenis entre los 5 más destacados y como principal exponente dentro de las féminas.

- 8- Marlenis tuvo siempre buenas relaciones con sus entrenadores y compañeros de equipo.
- 9- Después de formar parte de la Selección nacional, Marlenis se separó del remo por un periodo de tiempo hasta un día en que se acercó a mí manifestando su deseo de reincorporarse al deporte con el compromiso de dar esta vez todo lo que tenía, lo más satisfactorio es que cumplió con creces lo prometido llegando a ser atleta olímpica.
- 10- Considero que fue fundamental para Marlenis el apoyo brindado por su familia, principalmente sus padres que son excelentes personas.

Anexo 8.

Oswaldo Hernández Franco.

Resultados de la entrevista realizada al Jefe Técnico y Comisionado de Remo en la provincia de Villa Clara en el periodo en que la remera Marlenis Mesa fuera atleta escolar, juvenil y de primera categoría posteriormente.

- 1- Conocí a Marlenis cuando comenzó en la EIDE en la categoría 13-14.femenino.
- 2- Era muy seria pero siempre tenía su sonrisa, y aplicada tanto en el deporte, como en las demás cosas (la sonrisa era de pícara).
- 3- Directamente no trabajé con ella.
- 4- La técnica.
- 5- Su tenacidad y valentía así como su consagración al deporte.
- 6- Cuando comienza por segunda vez en el remo estando en la EIDE en La Coronela.
- 7- Es una de pocas mujeres que representaron a Cuba en una Olimpiada y la única mujer de aquí de Villa Clara (en un lugar para la historia y de las glorias del deporte).
- 8- Mantenía buena relación con sus compañeros y entrenadores era muy respetuosa.
- 9- Una vez para buscar el permiso para viajar de sus padres a unos Juegos Juveniles de la Amistad, fui con el comisionado Rolando Sienas Portal en aquel momento comisionado provincial hasta Sitio Grande a pleno mediodía y no aparecía la casa pero al final dimos con ella y firmamos el permiso.

- 10- Se debe destacar, que nunca se pensó en aquel entonces que una muchacha tan menuda pudiera llegar con su dedicación y combatividad tan lejos como llegó ella, es un ejemplo para el remo villaclareño.

Anexo 9.

Resultados de la Entrevista realizada a Daylin Taset, e Ismaray Marrero compañeras de equipo de Marlenis Mesa.

- 1- Dentro del equipo era ejemplo a seguir en todos los aspectos. Mantén buena comunicación social con todos sus compañeros de Equipo y del Centro.
- 2- Está entre las atletas remeras más destacadas que han pasado por el Equipo Nacional, teniendo en cuenta sus resultados relevantes a nivel nacional e internacional.
- 3- Como atleta remamos el doble par juntas durante mucho tiempo, donde tuvimos muy buena compenetración, algo fundamental para el logro de los resultados, dada su vasta experiencia.
- 4- Como compañera siempre apoyó en todos los momentos dentro y fuera del entrenamiento a sus compañeros de equipo.
- 5- En los Juegos Panamericanos del 2003 en Santo Domingo ocurrió algo desagradable para el equipo este obtuvo 9 medallas de oro y una de plata la cual fue alcanzada por las féminas dado el rigor de la regata, esto fue muy triste porque no se pudo dar el alegrón al equipo de obtener las 10 medallas de oro.
- 6- Marlenis es una brillante persona, tuvo resultados muy buenos docentes y deportivos, fue Capitana de equipo, salida de una familia humilde, donde le enseñaron buenos valores y le inculcaron buena conducta, por eso fue quien fue y logró todo lo que se propuso, es muy querida y respetada por todos en el canal de remos.

Anexo 10. Resultados de la entrevista realizada a Familiares de Marlenis Mesa Hernández.

1- El momento en la carrera deportiva de Marlenis en que la vi más triste fue cuando se suspendieron los Centroamericanos y dieron paso a las olimpiadas del deporte cubano pues ya no podría adueñarse de un título Centroamericano.

2- La niñez fue como la de toda niña, estudiando y jugando siempre, además de hacer muchos amigos.

3- Siempre tuvo nuestro apoyo desde sus primeros pasos. Hemos dedicado toda nuestra vida a ayudarla en su camino desde sus primeros días en la EIDE hasta que integró la Selección nacional, incluso en la actualidad tiene nuestro apoyo.

4- Me siento satisfecha y orgullosa, mi hija ha sido reconocida mundial y nacionalmente y aún así es sencilla y dedicada a su familia.

5- El momento más emocionante para mí en su carrera de atleta fue cuando participó en la Olimpiada de Sydney, no alcanzó medallas pero participó con mucho entusiasmo, además el solo hecho de llegar a tan grande evento demuestra su dedicación al deporte.

6- Lo que más extrañaba cuando ella no estaba en casa, era su presencia y la cantidad de dulces que siempre tenía que hacer, porque le gusta mucho.

7- Lo que más admiro de su vida personal es su modestia y desinterés hacia los valores materiales porque los valores morales y espirituales siempre han sido parte de ella.

8- Para mí significa mucho porque mi hija es una más de las tantas mujeres que demostramos a diario nuestro valor en la sociedad.

9- Mi relación con ella era estrecha pues aunque estuviera lejos siempre nos manteníamos en contacto y muy al tanto de sus inquietudes.

Anexo 11.

Resultados de la entrevista realizada al Entrenador Roberto Pérez Rojas.

1-Todos los años salíamos de selección por las escuelas de la provincia buscando los talentos que iban a integrar la selección de Villa Clara de este deporte. En el municipio de Sagua la Grande en un barrio rural llamado Jumagua, en una escuelita interna llamada Ramón Rivero pasamos aula por aula y en una de ellas , conversamos con los estudiantes, pero no vimos que hubiera algún atleta con la talla requerida, al intentar retirarnos vimos que detrás de la puerta había una estudiante que había quedado de espalda a nosotros, que tenía una estatura por encima de la media del grupo, como ya habíamos molestado al profesor solicitamos permiso para conversar con ella fuera del aula, media 1.68 , 4 cms por encima de la talla mínima establecida, al hablar con ella sobre el deporte quedamos sorprendidos al ver que conocía a todas nuestras atletas en la provincia, hacía pocos días habíamos realizado un documental que se pasó por la televisión y había quedado impresionada con el mismo, de regreso a la capital provincial pasamos por el poblado de Sitio Grande que está entre Sagua la Grande y el municipio de Cifuentes, un poblado rural bien pequeño y discreto donde residía en aquel entonces, en compañía de los padres y un hermano pequeño, la mamá ama de casa y el padre camionero del MINAZ , vanguardia nacional por varios años consecutivos, una familia humilde pero trabajadora y revolucionaria, conversamos con los mismos y nos manifestaron que la niña les había comentado su interés de practicar el

deporte, esta visita fue un martes y el jueves ya era alumna de forma oficial en la EIDE.

2- Dos años en la categoría 13 y 14 de forma directa y dos años de forma indirecta.

3- Dos características que la distinguieron en las categorías escolares fue su perseverancia y optimismo ante todas las tareas de entrenamiento.

4- Honesta, sencilla, muy sensible con los problemas de los demás los cuales le afectaban mas que los propios, estudiosa, preocupada, laboriosa, con una excelente estabilidad política ideológica, la mayoría de ellos provenientes de la formación en el hogar en el cual siempre contó con una ayuda excelente.

5- La ubicaría entre las cuatro mejores atletas de todos los tiempos del Remo cubano.

6- Gratitud por el reconocimiento ya que la misma era una atleta que en todos los escenarios reconoció el trabajo de los entrenadores de la base. Estando en la Selección Nacional se preocupaba por los atletas de la provincia en formación, dándole su apoyo y experiencia cuando coincidíamos en la sede de la Coronela en competencias, trataba de estar el mayor tiempo posible con los atletas de la provincia, en la mayoría de los casos ajustando y adaptando los botes de lo principiantes corrigiéndole errores técnicos de una forma sencilla y humilde.

7- Sí

8, 9, 10, 11- En los primeros días que empezó su entrenamiento presentaba problemas con las habilidades motrices sobre todo con la falta de coordinación por lo cual gran parte del entrenamiento iba dirigido a estas individualidades, cuando no lograba realizar los ejercicios complejo se molestaba grandemente hasta al punto de llorar, al otro día cuando llegaba al entrenamiento le pedía al profesor que empezara

por los ejercicios que no había podido lograr el día anterior y sorprendentemente lo realizaba. Al investigar con el resto de las compañeras me decían que había pasado parte de la noche realizándolos, así era su perseverancia y su eterna inconformidad antes las tareas del entrenamiento.

Cuando se realizaban controles pedagógicos con tiempos programados por ejemplo, 4x1000 a 4 mn 10 sg cumplía con los 3 primeros y el cuarto no le daba el tiempo era capaz de repetir cuatro extras y en octavo cumplir con el tiempo.

Anexo 12.



Anexo 13.



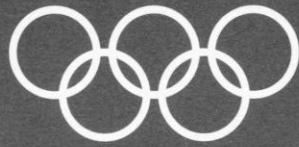
Anexo 14.



Anexo 15.



Anexo 16.



CITIUS ALTIUS FORTIUS

MARLENIS MESA

IN RECOGNITION OF AND APPRECIATION
FOR YOUR CONTRIBUTION TO THE SUCCESS OF
THE GAMES OF THE XXVII OLYMPIAD

EN RECONNAISSANCE DE VOTRE
CONTRIBUTION AU SUCCES
DES JEUX DE LA XXVII^e OLYMPIADE

Sydney 2000

JUAN ANTONIO SAMARANCH
PRESIDENT, INTERNATIONAL OLYMPIC COMMITTEE
PRESIDENT, COMITE INTERNATIONAL OLYMPIQUE

MICHAEL KNIGHT
PRESIDENT, SYDNEY ORGANISING COMMITTEE
FOR THE OLYMPIC GAMES
PRESIDENT, COMITE D'ORGANISATION DES JEUX
OLYMPIQUES DE SYDNEY