



# La moda de la cultura japonesa y salir de los deportes tradicionales, los motiva: El sumo gana adeptos e incluso niños y mujeres ya lo practican

La disciplina y el respeto que inculca esta práctica oriental ha conquistado a cerca de 70 personas de distintas edades en el país. Hoy entrenan y compiten en una actividad llena de tradiciones.

ALEXIS IBARRA O.

**B**ernarda Silva (25) estudia veterinaria, pero en sus ratos libres también practica sumo.

El deporte lo conoció en una Feria Frikí, que reúne a exponentes del animé, videojuegos o juegos retro, entre otros. "Soy fan del animé y de la cultura japonesa. Los vi en la feria y los seguí en sus redes sociales".

A ella le gustó la disciplina de este deporte y las técnicas que hay que aprender. "Si no te paras bien y tienes una mala postura te derriban con mucha facilidad. Lo importante, además de la técnica, es tener fuerza", cuenta.

Por eso mismo dice que hay que alimentarse bien, con alta proteína, pero evitando la comida chatarra.

"Se asocia con los gorditos pero en realidad ellos comen mucho porque tienen que tener muchísima fuerza. Comen sano porque tienen que tener buena condición física a pesar de su tamaño", asegura.

"Si le preguntas a alguien en Chile por el sumo, lo primero que va a pensar es que son peleas de gordos en pañales", coincide Felipe Castro (29), el mayor exponente del sumo en el país y quien hace pocos días ganó medalla de oro en el campeonato sudamericano.

El sumo es un arte marcial tradicional de Japón que tiene cerca de 1.500 años de historia. "Está asociado a la religión sintoísta y surgió como un ritual para pedir abundancia y por las cosechas", dice Eugenio Castro, el presidente de la Federación Chilena de Sumo, oficializada hace un año y el único juez oficial chileno.

El deporte ha ido ganando seguidores: Felipe Castro asegura que hoy son cerca de 70 personas las que entrenan, algunos de ellos, incluso, participando en torneos y ganando medallas.

Las mujeres, dice Bernarda Silva, aun son pocas. "Hasta ahora somos como seis las que he visto que practican y participan en campeonatos". Pero asegura que si lo conocieran, más lo practicarían.

Los niños también son parte de este despertar del deporte en Chile. Fabiola Caris es madre de dos *sumotoris* (luchadores): Jorge (14) y Agustín (7).

Ambos ya han participado en torneos de su categoría, incluso viajaron a Argentina y obtuvieron medallas.

"A ellos les ha servido bastante sobre



**Bernarda Silva**, a la derecha, practica sumo hace casi un año. Le gusta su disciplina y cree que es un deporte que todos pueden practicar.



**Hay distintas categorías según el peso.** También para juveniles y niños.



**La delegación chilena** que participó en el último Campeonato Sudamericano. Felipe Castro muestra su medalla de oro.

todo por la disciplina que deben tener para practicarlo. Además, aprenden sobre otra cultura y salen de lo típico que es el fútbol o el básquetbol".

## El primero

Si el movimiento del sumo en Chile fuera un terremoto, Felipe Castro sería el epicentro. Tras formarse y competir en el extranjero ha dado talleres y abierto academias en Providencia y Maipú. Incluso ya se organizó un torneo local en esa comuna, apoyado por el municipio. También difunde el deporte en ferias temáticas haciendo demostraciones.

Su comienzo en el sumo es digno de un libro. "Fui el primer jugador chileno con un contrato en el fútbol americano en EE.UU. Allí, jugaba en la línea defensiva y como parte del entrenamiento

usábamos el sumo para mejorar nuestro centro de gravedad, la posición de las piernas y fortalecer la potencia", dice.

Cuando regresó a Chile, se dio cuenta de que el sumo no era muy conocido: "No había academia, federación, nada".

Pero en 2024, todo cambió. "Me invitaron al Torneo Sudamericano de Argentina porque Chile no tenía representantes. Entrené un mes, solo". Fue su primer torneo y ganó medalla de bronce y con eso, la posibilidad de ir al Mundial. "Lo di todo, me preparé y en el Mundial de 2024 quedé entre los 10 mejores del mundo".

Eugenio Castro, el juez o *Gyōji*, dice que no solo participan personas de mucho peso. "La máxima categoría está por sobre los 115 kg, pero también hay de 90 kg, de 80 kg, etc. Además hay categorías para mujeres, juvenil y niños".

"Lo que la gente llama 'el pañal' es un cinturón largo de tela llamado *Mawashi*. Ponerlo no es fácil, hay toda una técnica", dice el juez.

Gana el combate el que bota al contrincante dentro del *dohyo* haciendo que toque el suelo con alguna parte del cuerpo. La otra forma de ganar es sacando al contrincante del círculo o *tawara* que tiene un diámetro de 4,5 metros. Basta con que un pie salga para ganar.

"Los combates normalmente no duran un minuto. Yo he tenido combates que duran 3 o 4 segundos porque voy con todo al choque frontal", dice Felipe Castro.

Una parte fundamental del sumo es la disciplina. Castro dice que la aprendió entrenando en establos en Japón, como se les llama a los lugares en que habitan los *sumotoris*.

"Dormí con ellos, comí con ellos. Era la primera vez que un latino entrenaba con ellos", asegura.

"Los campeones, los más antiguos y los mejorcitos nos bañábamos primero. Los más nuevos te sirven la comida. Pero todo es en un marco de sumo respeto. De hecho, cuando ganas un combate no lo celebras frente a tu contrincante, celebras después", cuenta.

Y agrega: "Van por la vida con respeto, son solidarios, los campeones en Japón son casi semidioses y viven para esto. La mayoría no tiene esposa".

También hay ceremoniales y costumbres. "El *mawashi*, ellos lo usan sin nada abajo, nosotros somos más pudorosos y lo usamos con calza. Y no se lava nunca, porque creen que tiene tu fuerza y tus triunfos", cuenta.